

## **Etelän-SYLI ry**

Tallberginkatu 1 C 115  
(käynti B-rappu, 4. krs.)  
00180 Helsinki  
info(at)etelansyli.fi  
www.etelansyli.fi  
Y-tunnus: 1953728-9



## **JÄSENKIRJE**

Hei, Etelän-SYLI ry:n jäsen!

kevät 2020

Kaapelitehtaan toimistolla on viime päivinä nautittu ikkunoista tulvivasta valosta. Meillä työntekijöillä on täysi kevättohina päällä. Useita kurseja ja työpajoja on käynnistynyt, ja uusia kurseja on luvassa aina kesäkuun alkuun saakka. Virkistystapahtumien suunnitelmat ovat parhaillaan käynnissä, ja vuoden 2019 toimintakertomus on loppusilausta vaille valmis. Lisäksi kevätuulet tuovat muutoksia Etelän-SYLI ry:n työntekijätiimiin.

### **Menestyksestä toimintaa vuonna 2019**

Palautteen mukaan Etelän-SYLI ry:n nykyisiin toimintamalleihin ollaan tyytyväisiä ja toiminta tukee muun muassa arjessa selviytymistä ja jaksamista. Monelle yhdistyksen toiminta on arvokas lisä hoidon tukena ja toisille ainut kontakti, jossa syömishäiriöstä pystyy puhumaan ja saamaan siihen tukea.

Vuosi 2019 oli lähes kaikilla toiminnan alueilla osallistujamäärissä mitattuna nousujohteinen. Ahmimistyyppisesti oireilevien ryhmässä kasvua edellisen vuoden osallistujamääriin oli 47,7%. BED-ryhmän osallistujamäärät nousivat 25 % edellisvuoteen verrattuna. Kaikkien säännöllisesti kokoontuvien vertaistukiryhmien osallistujamäärät nousivat 20,1 %. Kurssien ja työpajojen osallistujamäärät nousivat 138,8 % ja luentojen 73,5 %. Yhdistyksen jäseneksi halusi liittyä ennätysmäärä ihmisiä ja syyskuussa jäsenmäärä oli 287. Työntekijät lähettivät toimintavuoden aikana yhteensä 249 tukisähköpostia, mikä on 17,5 % enemmän kuin edellisenä vuotena. Tukikäynnit lisääntyivät 12,5 %. Tukipuheluja tuli 13,6 % edellisvuotta enemmän.


Sidosryhmäyhteistyön kautta tavoitettiin huikeat 115,8 % enemmän ihmisiä edellisvuoteen verrattuna. Tähän vaikutti muun muassa se, että yhdistys osallistui ensimmäistä kertaa Sairaanhoidtajapäiville ja Hyvinvointiareena-tapahtumaan yhdessä Syömishäiriöliitto-SYLI ry:n kanssa. Uutuutena järjestettiin varsin onnistuneesti Ammattilaisten aamukahvit (21.11.) Tiedekulmassa Helsingissä. Tapahtumaan saapui 26 eri alojen ammattilaista verkostoitumaan ja keskustelemaan syömishäiriöistä ja siitä, miten ne omassa työssä näkyvät.

Vapaaehtoiset ovat yhdistyksen yksi tärkeimmistä resursseista, sillä he vastaavat suurimmasta osasta tukitoimintaa. Vapaaehtoistyössä yhdistyksellä oli mukana 78 vapaaehtoista, joista 54 toimivat aktiivisesti. Vapaaehtoistyön tekeminen yhdistyksessä on herättänyt paljon kiinnostusta viime vuosina.



## Viestintäkyselyn tuloksia

Yhdistys lähetti 1.11.2019 jäsenilleen viestintää koskevan kyselyn, johon saimme 60 vastausta. Vastanneista läheisiä oli 35 %, sairastavia 23,3 % ja toipuvia 21,7 %. Naisten osuus oli 91,7 %. Vastanneista 51 % oli ollut jäsen 1–5 vuotta.

Sisäiseen ja ulkoiseen viestintään oltiin yleisesti hyvin tyytyväisiä: ”Teette tärkeää työtä . Kiitos aktiivisesta tiedottamisesta.” Kolme tärkeintä syytä kuulua yhdistykseen olivat: 1. Haluan kannattaa toimintaa (71,7 %). 2. Pysyn kärryillä yhdistyksen järjestämistä kurseista, vertaistukiryhmistä, luennoista ja muista tapahtumista (56,7 %). 3. Saan yhdistyksen toiminnasta voimia ja tukea omaan elämäntilanteeseeni (53,3 %). Käytetyimpiä viestintäkanavia olivat sähköpostiviestit, viikkotiedote ja verkkosivut. Vastanneista 48,3 % sai mielestään hyvin tietoa yhdistyksen toiminnasta; todella hyvin tietoa koki saavansa 40 %. Moni vastasi, että ei käytä sosiaalisen median kanavia lainkaan.

Vastanneista 43,3 % oli täysin samaa mieltä siitä, että yhdistyksen toimintaan on helppo osallistua; 36,7 % koki, että osallistuminen on jokseenkin helppoa. Tähän varmasti vaikuttaa jokaisen oma henkilökohtainen tilanne toipumisen tiellä. Yksi merkittävä osallistumiseen vaikuttava tekijä oli myös toimitilojen sijainti Kaapelitehtaalla. Moni koki matkan liian pitkäksi. Tämä tilanne tulee varmasti muuttumaan vuoden 2020 aikana, jolloin toiminta laajenee Uudellamaalla.

Saimme kyselyssä esitetyistä toiveista monia hyviä ideoita. Vastaajat toivoivat lisää toipumiskertomuksia, kokemuksia, tietoisuuksia, haastattelua ja vinkkejä arkeen. Näihin tarpeisiin olemme erityisesti Facebookissa ja Instagramissa pyrkineet vastaamaan. Yhdistys julkaisi menestyksekkäästi esim. joulukalenteria, jonka sisältö muokattiin kyselyssä esitettyjen toiveiden mukaiseksi. Luvassa on vielä kampanja, jossa pyritään kokoamaan lisää kokemustarinoita niin kirjallisessa kuin kuvallisessakin muodossa.

## Kurkistus kevääseen ja alkukesään

Yhdistyksellä on kaksi vakituista työntekijää: **Uura-Liina Lahti** ja **Kaisa Lehtonen**, joka tekee 50 % työaikaan 31.1.2021 saakka. Toisesta puolikkaasta vastaa **Taija Kuula** ainakin 31.7.2020 asti. Toimintavuosille 2020–21 yhdistys on saanut kolmannen kokoaikaisen työntekijän vastaamaan verkossa tapahtuvan vertaistuen kehittämisestä sekä yhdistystoiminnan jalkauttamisesta laajemmin Uudellemaalle. Tehtävässä aloittaa monille ennestään tuttu **Suvi Ala-Venna** 2.3.2020 alkaen.

Tämän vuoden puolella luennot ovat saaneet ihmisiä mukavasti liikkeelle. Univaikeuksista käsittelevällä luennolla (luennoitsijana **Lea Attila**) osallistujia oli 25. Omien rajojen tärkeydestä (luennoitsijana **Elina Gambardella**) oli kuulemassa 20 osallistujaa. **Katarina Meskasen**



**Etelän-SYLI ry**

Tallberginkatu 1 C 115  
(käynti B-rappu, 4. krs.)  
00180 Helsinki  
info(at)etelansyli.fi  
www.etelansyli.fi  
Y-tunnus: 1953728-9



tunnesyömisen työpaja täyttyi hetkessä, minkä vuoksi järjestämme tänä keväänä uuden kurssin. Myös **Monica Ålgarsin** arvotyöpaja on täynnä. Tämän kevään tapahtumista mainittakoon vielä luento suun terveydestä (25.3.), kokemuspuheenvuoroilta (29.4.), keskusteluilta kehopositiivisuudesta (27.5.), uutuuksena puolisoitten keskusteluilta (15.4.) ja Hyvä olo omassa kehossa -ryhmä (31.3.–28.4.). Myös musiikkiryhmä on suunnitteilla loppukeväälle.

Muista merkitä jo nyt kalenteriisi vuotuinen Etelän-SYLI ry:n kesäjuhla, jota vietetään Kaisaniemessä Café Violassa ti 26.5. klo 17–20 buffetpöydän äärellä mukavassa seurassa! Kiasma-retkelle lähdetään ke 15.4. klo 13.

Kiitämme sinua yhdistyksemme jäsenyydestä ja toimintamme tukemisesta. Me olemme täällä sinua varten, joten olethan yhteydessä, jos sinulla on kysyttävää tai ehdotuksia toiminnan kehittämiseksi.

Valoa kevääseesi!  
Etelän-SYLI ry:n väki