



POHJOIS-KARJALAN
SYÖPÄYHDISTYS

VUOSIKERTOMUS 2016

SISÄLLYSLUETTELO

<u>1. PUHEENJOHTAJAN KATSAUS</u>	2
<u>2. YLEISTÄ</u>	3
<u>3. HALLINTO</u>	3
<u>3.1. Yhdistyksen kokoukset</u>	3
<u>3.2. Hallitus</u>	3
<u>3.3. Tilintarkastajat</u>	4
<u>3.4. Edustukset ja jäsenyydet</u>	4
<u>4. TOIMISTO JA TOIMIHENKILÖT</u>	4
<u>5. JÄSENET, JÄSENETUUDET JA JÄSENTOIMINTA</u>	5
<u>5.1. Jäsenetuudet</u>	5
<u>5.2. Paikallisosastot ja niiden toiminta</u>	5
<u>6. MAAKUNNALLINEN TUKI- JA KRIISITOIMINTA</u>	6
<u>6.1. Ryhmätoiminta</u>	8
<u>6.2. Koulutetut tukihenkilöt</u>	9
<u>7. TERVEYDEN EDISTÄMINEN JA KUNTOUTUSTOIMINTA</u>	10
<u>7.1 Rintaproteesin välitys ja ohjaus</u>	11
<u>7.2 Sopeutumisvalmennuskurssit</u>	12
<u>8. TAPAHTUMAT JA TIEDOTUS</u>	11
<u>9. KOULUTUS</u>	15
<u>9.1. Henkilökunnan koulutus</u>	15
<u>10. YHDISTYKSEN TALOUS</u>	15
<u>11. LOPUKSI</u>	16
Liite 1 (jäsenet kunnittain).....	17
Liite 2 (paikallisosastojen hallinnoimat varat).....	17
Liite 3 (paikallisosastojen toimintaa pähkinänkuoressa).....	18

1. PUHEENJOHTAJAN KATSAUS

VAPAAEHTOISTOIMINNALLE TUNNUSTUSTA

Toimintavuosi 2016 oli Pohjois-Karjalan Syöpäyhdistykselle toimekas 60-vuotisjuhluvuosi. Vuoden mittaan syöpätyö sai monipuolista näkyvyyttä. Myös yhdistyksen toiminnasta jaettiin tietoa sekä juhlalehdessä että eri tilaisuuksissa ja tapahtumissa. 60-vuotisjuhla oli syyskuun lopulla. Juhlapuhujana oli pääsihteeri Sakari Karjalainen. Juhlissa muistettiin erityisesti yhdistyksen vapaaehtoisia.

Vapaaehtoistoiminta oli toimintavuonna myös 80-vuotisjuhluvuottaan viettäneiden Suomen Syöpäyhdistyksen huomion ja tunnustuksen kohteena. Jokainen Suomen Syöpäyhdistyksen jäsenyhdistys palkitsi oman alueensa vapaaehtoiset. Carelia-salissa oman syöpäyhdistyksemme juhlassa palkittiin joensuulainen Tyyne Laitinen, jo yli 80-vuotias aktiivinen ja monipuolinen vapaaehtoistoimija.

Pohjois-Karjalan Syöpäyhdistyksen toiminnassa on noin 250 vapaaehtoista. Vapaaehtoiset järjestävät monipuolista toimintaa osastotasolla, osallistuvat varainhankintaan ja toimivat tukihenkilöinä tai muuten monin tavoin syöpäpotilaiden hyväksi ja syövän ehkäisemiseksi. Tämä toiminta on suuren kiitoksen ja arvostuksen ansaitsevaa.

Kansanterveys- ja potilasjärjestöissä - kuten yhdistystoiminnassa yleensäkin - tärkeitä ovat toimivat ja aktiiviset jäsenet. He ovat koko yhdistyksen ja sen toiminnan kantava voima aina yhdistyksen tai osaston hallinnosta lähtien. Toiminta hallituksen tai osaston johtokunnan jäsenenä vaatii sitoutumista, yhteydenpitoa, osallistumista. Se on arvokasta vapaaehtoistoimintaa.

Syöpäjärjestöissä myös luottamustehtävien hoito perustuu vapaaehtoisuuteen eikä kokouspalkkioita makseta järjestön millään tasolla. Tästä huolimatta – tai ehkä juuri siksi – luottamushenkilöt ovat erittäin sitoutuneita tehtäväänsä.

Oman yhdistyksemme hallituksen jäsenet ovat todella hyvin sitoutuneet tehtäväänsä ja perehtyneet kokousasioihin. Vain harvoin on joku estynyt, joten osallistuminen kokouksiin on lähes täysimääräistä. Tähän aktiivisten vapaaehtoisten joukkoon on ilo kuulua.

Juhlavuoden aikana Pohjois-Karjalassa valmistauduttiin Siun soten käynnistymiseen vuoden 2017 alussa. Valtakunnallinen sote-uudistus etenee niin, että järjestämisvastuu siirtyy kunnilta maakunnille vuoden 2019 alusta. Sote-uudistuksessa syöpäjärjestöjen yleisenä tavoitteena on oikeudenmukaisuuden toteutuminen syövän diagnostiikassa, hoidossa ja kuntoutumisessa sekä terveyteen vaikuttavissa tekijöissä ja ympäristöissä.

Vuoteen 2020 ulottuvassa syöpäjärjestöjen strategiassa neljä tavoitetta ovat: 1) tehostaa syövän ehkäisyä ja varhaisesta hoidosta, 2) tukea syövänhoidon kehittämistä, 3) edistää hyvää elämää syövästä huolimatta ja 4) vahvistaa syöpätutkimusta. Toimintaympäristössä tapahtuvat muutokset tuovat vaikuttamistyöhön omat huomioon otettavat erityispiirteensä.

Esitän lämpimät kiitokset tuloksekkaasta 60-juhluvuodesta yhdistyksemme jäsenille, luottamushenkilöille, tukihenkilöille ja kaikille vapaaehtoistoimijoille, työntekijöille, lahjoittajille ja eri tavoin toimintaamme tukeneille yhteistyökumppaneille.

William Penn antaa meille ohjeen: ”Jos on jotain, missä voin osoittaa ystävällisyyttä, tai hyvä teko, jonka voin tehdä toiselle, minun on tehtävä se nyt eikä laiminlyötävä sitä, koska en kulje samaa tietä uudelleen”.

Matti Väistö

2. YLEISTÄ

Vuosi 2016 oli Pohjois-Karjalan Syöpäyhdistyksen 60. toimintavuosi. Pohjois-Karjalaan perustettiin Suomen Syöpäyhdistyksen Pohjois-Karjalan osasto vuonna 1956 ja se hyväksyttiin Pohjois-Karjalan Syöpäyhdistys r.y:nä yhdistysrekisteriin 16.5.1967. Yhdistys kuuluu jäsenyhdistyksenä Suomen Syöpäyhdistys – Cancerföreningen i Finland ry:een. Yhdistyksen toiminta-alue on Pohjois-Karjalan maakunta. Vuonna 2016 vapaaehtoistoimijoiden ylläpitäminä toimivia paikallisosastoja oli 14.

Pohjois-Karjalan Syöpäyhdistys r.y:n säännöt määräävät yhdistyksen toiminnan eli yhdistyksen tarkoituksena on toiminta-alueellaan työskennellä syöpäsairauksien ehkäisemiseksi ja näiden sairauksien seuraamusten vähentämiseksi ja torjumiseksi.

Juhlavuoden toimintaa toteutettiin yhdistyksen syyskokouksen vahvistaman toimintasuunnitelman mukaisesti. Yhdistyksen tuottamista palveluista tukikeskustelu-, terveysneuvonta- ja vertaistukipalvelujen kysyntä oli aktiivista. Palvelujen kysyntä kasvoi edelliseen vuoteen verrattuna. Toimintavuonna yhdistyksen toimistoon tuli 1861 puhelua (v2015 1824, v2014 1899). Yhdistyksen kotisivuille kirjaantui google analyticsin mukaan istuntoja 11 708 kappaletta (v2015 9711 kappaletta, v2014 7263 kappaletta) ja katseltujen sivujen kokonaismäärä oli 35 109 kappaletta (v 2015 33 187 kappaletta, v.2014 32 371 kappaletta). Kotisivut uudistettiin ja ne avattiin marraskuussa.

Yhdistyksen toiminnasta informoitiin mm. sairaalan osastotunneilla, eri luentotilaisuuksissa/tapahtumissa ja yhdistyksen avoimien ovien –päivänä sekä paikallisosastojen toimesta. Lisäksi toiminnasta tiedotettiin yhdistyksen kotisivuilla, facebook-sivuilla, Karjalaisen järjestöpalstalla, eri paikallislehdissä ja toimittamalla yhteistyökumppaneille materiaalia yhdistyksen toiminnasta.

3. HALLINTO

3.1. Yhdistyksen kokoukset

Yhdistyksen kevätkokous pidettiin 7.4.2016 ja syyskokous 29.11.2016. Kokouksissa käsiteltiin sääntöjen määräämät asiat. Kevätkokoukseen osallistui 24 henkilöä ja syyskokoukseen 31 henkilöä.

3.2. Hallitus

Yhdistyksen hallinnosta vastasi ja yhdistyksen toimintaa valvoi yhdistyksen hallitus, johon kuuluivat puheenjohtaja ja yhdeksän (9) jäsentä. Hallituksen jäsenten toimikausi on kolme (3) vuotta. Hallitus kokoontui seitsemän (7) kertaa. Pöytäkirjoihin kirjattiin 120 §:ää.

Hallituksen jäsenet vuonna 2016

Matti Väistö, puheenjohtaja, valtiopäiväneuvos, Kiihtelysvaara
Raakel Ikonen, varapuheenjohtaja, osastonhoitaja, Outokumpu
Henna Myller, koulutuspäällikkö, Joensuu
Vuokko Väistö, sairaanhoitaja (el.), Tohmajärvi

Risto Tikka, vanhempi konstaapeli evp., Kitee
Leena Kuvaja, palveluesimies, Nurmes
Leena Pöyhönen, sairaanhoitaja (el.), Joensuu
Anja Back, johtava hoitaja (el.), Ilomantsi
Sirpa Romppanen, ohjaaja, Eno
Kristina Vänskä, sairaanhoitaja (el.), Liperi

Hallituksen kunniapuheenjohtaja

lääkintöneuvos Pertti Puhakka

Hallituksen kunniajäsened

Irma Nuutinen, Kiihtelysvaara
Kaisu Mustonen, Lieksa
Salme Hiltunen, Liperi
Aune Timonen, Kitee

Hallitusta avustavia toimikuntia oli kaksi (2):

Yhdistyksen toiminnan kehittämistiimi

Vuokko Väistö, Matti Väistö, Risto Tikka, Kristina Vänskä, Leena Kuvaja, Sirpa Romppanen, Henna Myller, Anja Back, Suvi Jolkkonen.

Lahjarahastotoimikunta

Matti Väistö, Leena Pöyhönen, Raakel Ikonen, Suvi Jolkkonen.

3.3. Tilintarkastajat

Tilintarkastus

Joensuun Tilintarkastus Oy vastuullisena tilintarkastajana HTM-tilintarkastaja Seppo Åkerlund.

3.4. Edustukset ja jäsenyydet

Suomen Syöpäyhdistyksen valtuuskunta

Yhdistyksen edustajana oli lehtori Henna Myller ja hänen varajäsenensä oli toiminnanjohtaja Suvi Jolkkonen.

Suomen Syöpäyhdistyksen hallituksen järjestövaliokunta

Yhdistyksen puheenjohtaja Matti Väistö.

Suomen Syöpäyhdistyksen hallitus

Valtiopäiväneuvos Matti Väistö.

Syöpäjärjestöjen valtakunnalliset järjestöpäivät Helsinki

Neuvottelupäiville osallistui puheenjohtaja Matti Väistö, hallituksen jäsenet Sirpa Romppanen ja Leena Pöyhönen sekä toiminnanjohtaja Suvi Jolkkonen.

Pohjois-Karjalan sairaanhoito- ja sosiaalipalvelujen kuntayhtymän Syöpätukiverkosto

Syöpätukiverkoston sihteerinä sairaanhoitaja Salla-Maaria Martikainen

Pohjois-Karjalan Kansanterveyden keskuksen hallinnoima maakunnallinen Savuton työryhmä

Yhdistyksen edustajana sairaanhoitajat Marketta Komulainen ja Marjo Toivanen

Kotikartanoyhdistyksen hallitus

Yhdistyksen edustajana Leena Pöyhönen

Yhdistys oli jäsenenä: Kotikartanoyhdistyksessä ja Pohjois-Karjalan Kansanterveyden keskuksessa.

4. TOIMISTO JA TOIMIHENKILÖT

Yhdistyksen toimisto sijaitsee Karjalankatu 4 A 1 Joensuussa ja oli toimintavuonna avoinna ma-to klo 9-15 ja pe klo 9-13.

Henkilöstöön kuuluivat kokopäivätoimisesti:

Suvi Jolkkonen, toiminnanjohtaja

Hilkka Huikuri, palvelusihteeri

Marketta Komulainen, sairaanhoitaja, terveysneuvonta ja kuntoutus

Salla-Maaria Martikainen, sairaanhoitaja, tuki- ja kriisitoiminta

Maija Tietäväinen, sairaanhoitaja, tukitoiminta ja terveysneuvonta 31.1.2016 asti

Marjo Toivanen, sairaanhoitaja, tukitoiminta ja terveysneuvonta alkaen 29.3.2016

Luennoijina/kouluttajina

Anu Torikka, taideterapeutti, taideterapiaryhmä

Tuija-Kaisa Teikari, kirjallisuusterapeutti, Lukuportti -ryhmä

Eeva-Kaisa Titov, kirurgian erikoislääkäri, sopeutumisvalmennuskurssilla

Leila Friis, psykoterapeutti, luennoijana saattotukihenkilökoulutuksissa

Outi Tammi, psykologi, luennoijana vertaistukihenkilökoulutuksessa ja sopeutumisvalmennuskurssilla

Kari Salo, personal trainer, liikunnanohjaaja, sopeutumisvalmennuskurssilla ohjaajana

Sirpa Sedano, liikunnanohjaaja, fysioterapeutti, sopeutumisvalmennuskurssilla ohjaajana

Tuula Manninen, joogaryhmän vetäjä

Leena Rosenberg, terveydenhuoltoneuvos, tukihenkilöiden täydennyskoulutuksessa luennoijana

Jarkko Tenhunen, ravitsemusterapeutti, vertaistukiryhmässä ja sopeutumisvalmennuskurssilla ohjaaja/luennoija

Hannele Arvekari, järjestökoordinaattori, vertaistukiryhmäohjaajakoulutus

Leena Venäläinen, fysioterapeutti, luennoija teemailta

Vapaaehtoisina luennoijina ryhmissä/koulutuksissa

Marjut Lukkarinen, sairaanhoitaja, diakoni

Saila Musikka, diakoni

Arja Arponen, sairaanhoitaja

Minna Peake, sairaanhoitaja

Minna Kaartinen, sairaanhoitajaopiskelija, opinnäytetyö

Kati Hilska, kosmetologiaineopettaja ja kosmetologiopiskelijat, PKKY, avoimet ovet

5. JÄSENET, JÄSENETUUKSET JA JÄSENTOIMINTA

Yhdistyksen jäseninä voivat olla sekä yksittäiset henkilöt että yhteisöt. Henkilöjäsenmaksu oli 25 euroa ja kuntajäsenmaksu 0,05 euroa kunnan asukasta kohden. Henkilöjäseniä oli kertomusvuoden lopussa 3213 jäsenmaksun maksanutta yhdistyksen jäsentä (vuonna 2015 3322, vuonna 2014 3424). Jäsenmäärät kunnittain vuonna 2016 löytyvät **liitteestä 1**.

Kuntajäsenmaksun maksoivat Polvijärvi ja Tohmajärvi.

5.1. Jäsenet

Kaikille jäsenille tuleva, taloudellisesti merkittävin jäsenetu on Syöpä Cancer-lehti. Muita jäsenetuja olivat:

- 3 euron korvaus syövän hoitoon liittyviltä hoitopäiviltä ja poliklinikkakäynniltä jäsenmaksun maksamis-päivästä lähtien
- jäsenhinta yhdistyksen järjestämällä virkistysmatkoilla
- maksuttomat keskustelu-, neuvonta- ja ohjauspalvelut syöpään sairastuneille ja omaisille
- maksuton ohjaus rintojen omatoimiseen tarkkailuun
- maksuton iho- ja luomimuutosten tarkastus
- Joensuun Keskusapteekki: perusvoiteet, ravintolisät – 10 %
- Vetrea Joensuu: fysioterapiapalveluiden, uimahallin, suolahuoneen ja kuntosalin sarjalipuista – 10 %
- Oriflame Kauneuspiste Joensuu: hemmotteluhoidot – 20 %
- LadyLine Joensuu: aloitusmaksu 0€, 12kk ja 24kk asiakkuus 59€/kk, sis. kuntosalin ja ryhmäliikuntatunnit

Jäsenyyteen kuuluvia syöpäpotilaiden hoitopäiväkorvauksia maksettiin vuoden aikana 2736 euroa (vuonna 2015 2703 euroa, vuonna 2014 2229 euroa). Lahjarahaston kautta avustuksia jaettiin pankkikulut mukaan luettuna yhteensä 4364 euroa (vuosi 2015 4150 euroa) seitsemälle (7) eri perheelle.

5.2. Paikallisosastot ja niiden toiminta

Kertomusvuonna oli toiminnassa 14 yhdistyksen rekisteröimätöntä paikallisosastoa. Osastojen toimintaa ohjasi toimintaohje. Osastot järjestivät sen mukaisesti toimintansa suunnittelun ja toteutuksen sekä vastasivat varojensa hoidosta. Toimintaohjeen mukaisesti osastojen keskeiset tehtävät ovat syöpätietouden edistäminen, yhdistyksen tuottamista kuntoutus- ja tukipalveluista tiedottaminen sekä sosiaalisen kuntoutus- ja virkistystoiminnan järjestäminen. Toimintakertomukset, tilinpäätökset, toimintasuunnitelmat, talousarviot ja henkilövalinnat käsiteltiin osastojen vuosikokouksissa.

Osastojen keskeisiä toimintatapoja olivat kerhokokoukset, luentotilaisuudet, erilaiset harrastusryhmät ja virkistystoiminta. Osastojen toiminta oli toimintavuonna pääosin aktiivista ja monipuolista. Osastot osallistuivat aktiivisesti ja ansiokkaasti Roosanauha-lipaskeräykseen. Osastojen toiminta tavoitti satoja ihmisiä. Paikallisosastojen toiminnasta on tiivistelmä **liitteessä 3**. Varoja paikallisosastot keräsivät pääsääntöisesti pitämällä myyjäisiä, arpajaisia ja kirpputoria. Osastojen toiminnan taloudellinen tulos ja varat on esitetty **liitteessä 2**.

Yhdistyksen ja osastojen edustajien tapaaminen pidettiin kevät- ja syyskokouksien yhteydessä. Lisäksi yhdistyksen toiminnanjohtaja kävi vuoden alussa osastojen vuosikokouksissa. Kuudesta (6) eri paikallisosastosta oli edustus yhdistyksen hallituksessa.

Yhdistyksen osastoina perustamisjärjestyksessä toimivat:

* Lieksan osasto, perustettu 1975
puheenjohtaja Raija Piironen, sihteeri Kaisu Mustonen
* Nurmeksen osasto, perustettu 1980
puheenjohtaja Leena Kuvaja, sihteeri Helena Halonen
* Enon osasto, perustettu 1982
puheenjohtaja Sirpa Romppanen, sihteeri Anja Oksman
* Outokummun osasto, perustettu 1982
puheenjohtaja Pirjo Vauhkonen, sihteeri -
* Kiteen osasto, perustettu 1983
puheenjohtaja Aune Timonen, sihteeri Sirkku Tolvanen
* Juuan osasto, perustettu 1984
puheenjohtaja Kyllikki Väyrynen, sihteeri -
* Ilomantsin osasto, perustettu 1984
Puheenjohtaja Anja Back, sihteeri -
* Tohmajärven osasto, perustettu 1986
puheenjohtaja Vuokko Väistö, sihteeri Seija Dufva
* Polvijärven osasto, perustettu 1987
puheenjohtaja Mirja Tanskanen, sihteeri Arja Leskinen
* Kiihtelysvaaran osasto, perustettu 1991
puheenjohtaja Irma Nuutinen, sihteeri -
* Liperin osasto, perustettu 1991
puheenjohtaja Salme Hiltunen, sihteeri Leena Pekkinen
* Kontiolahden osasto, perustettu 1991
varapuheenjohtaja Pirkko Jokinen, sihteeri Marjatta Myyry
* Rääkkylän osasto, perustettu 1995
puheenjohtaja Raija Autio, sihteeri -
* Valtimon osasto, perustettu 2004
puheenjohtaja Aune Hämynen, sihteeri Raija Tiainen

Paikallisosastojen toimintaa tuettiin tiedotuksellisesti, toiminnallisesti, taloudellisesti (antamalla myyjäisiin/arpajaisiin tuotteita, adresseja ja pesuaineita) sekä välittämällä syöpäjärjestöjen tuottamia potilasoppaita ja yhdistyksen esitteitä.

6. MAAKUNNALLINEN TUKI- JA KRIISITOIMINTA

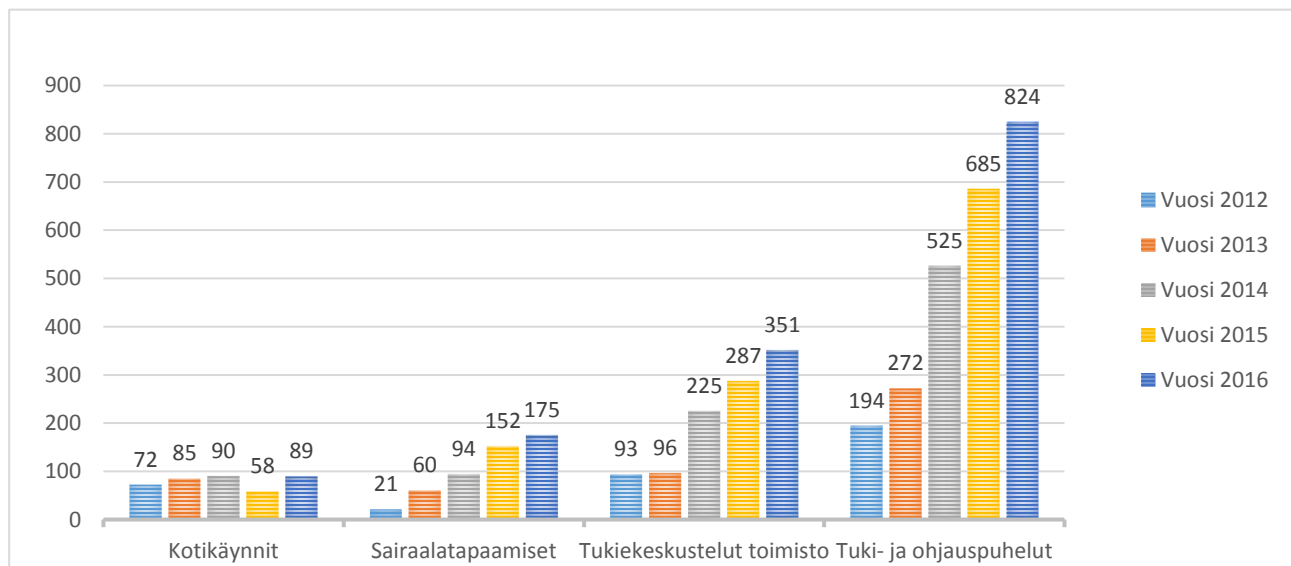
Raha-automaattiyhdistyksen myöntämän kohdennetun avustuksen avulla toteutettiin alueellista syöpään sairastuneiden ja heidän läheisten tuki- ja kriisitoimintaa, jossa yhdistyksen sairaanhoitajat, palvelusihteeri ja toiminnanjohtaja sekä koulutetut tukihenkilöt toimivat syöpään sairastuneiden ja heidän läheistensä apuna sairauden eri vaiheissa. Raha-automaattiyhdistys myönsi yhdistykselle alueelliseen syöpään sairastuneiden ja heidän läheistensä tuki- ja kriisitoimintaan avustusta 93 000 euroa. Sairauden aiheuttaman epävarmuuden kohtaaminen

potilaan ja omaisen roolissa oli keskeinen tuen tarpeen aiheuttaja sekä henkilökohtaisissa tapaamisissa että puhelinkeskusteluissa.

Syöpään sairastuneiden ja heidän läheistensä tuki- ja kriisitoiminnassa sairaanhoitajilla oli yhteensä käyntejä 89 asiakkaan kotona (v. 2015 58 ja v.2014 90 käyntiä). Yhteensä tuettavia oli 110 henkilöä (v. 2015 104 ja v. 2014 95 henkilöä), joista naisia oli 79 (v. 2015 79 ja v.2014 71 naista) ja miehiä 31 (v.2015 25 ja v.2014 24 miestä). Tukikäyntejä tehtiin seuraavilla paikkakunnilla: Joensuu, Eno, Pyhäselkä, Outokumpu, Liperi, Juuka, Nurmes, Kontiolahti, Tohmajärvi, Lieksa, Kitee ja Kesälahti. Käynnit olivat asiakkaille maksuttomia. Sairaalatapaamisia oli 175 henkilön kanssa (v. 2015 152 ja v. 2014 94 henkilön kanssa), joista miehiä oli 61 (v.2015 49 ja v.2014 37) ja naisia 114 (v. 2015 103 ja v. 2014 57). Kriisi-/tukikeskusteluja toimistolla oli 41 naisen ja 12 miehen kanssa (v. 2015 yht. 67 ja v.2014 yht. 46) ja puheluita oli 256 kpl (v.2015 230 kpl ja vuonna 2014 229 kpl). Puheluita tuli 219 naiselta ja 17 mieheltä. Ohjausta ja neuvontaa annettiin myös sähköpostin avulla.

Palvelusihteeri ohjasi toimistolla tuki- ja kriisitoimintaan liittyen 222 naista (v.2015 160 naista ja v. 2014 119 naista) ja 31 miestä (v. 2015 31 ja v.2014 25 miestä). Ohjaus-/tukikeskustelut toimistolla kestivät 15-60 minuuttia. Puhelimitse hän opasti tuki- ja kriisitoimintaan liittyen 429 naista (v.2015 345 naista ja v. 2014 211 naista) sekä 111 miestä (v.2015 76 miestä ja v. 2014 45 miestä). Puhelinkeskustelut kestivät 10-40 minuuttia.

Toiminnanjohtaja keskusteli tukipuheluja 20 naisen (v.2015 25,v.2014 31) ja kahdeksan (8) miehen kanssa (v.2015 9). Toimistolla ja maakunnassa paikallisosastojen vuosikokousten yhteydessä tukikeskusteluja oli 33 naisen (v.2015 24) ja 12 miehen (v. 2015 5) kanssa. Tukipuhelut kestivät 15-60 minuuttia ja kasvotusten keskustelut 30-120 minuuttia.



Sairanhoitajat ja toiminnanjohtaja suunnittelivat ja ohjasivat vertaistukiryhmiä sekä järjestivät tukihenkilöiden koulutukset ja virkistyspäivän toimintavuoden aikana.

6.1. Ryhmätoiminta

- **Syöpään sairastuneiden miesten vertaistapaamisia** (Vilttiketju) oli vuoden aikana kahdeksan (8) kertaa, osallistujia 2-8 henkilöä/kerta, ryhmässä yhteensä 12 eri henkilöä. Osallistujia oli Liperistä, Joensuusta ja Kontiolahdesta.
- **Avanneleikkattujen ryhmä** kokoontui seitsemän (7) kertaa ja osallistujia oli 6-22 henkilöä/kerta, kävijöitä ryhmässä yhteensä 22 eri henkilöä (miehiä 8 ja naisia 14). Ryhmäläisten ikäjakauma 30-80 vuotta. Osallistujia oli Joensuusta, Liperistä, Outokummusta, Tohmajärveltä, Juuasta, Nurmeksesta ja Kontiolahdelta. Ryhmän vetäjänä toimi Suvi Jolkkonen. Ryhmän kanssa järjestettiin myös keväällä retki Ruunaalle yhteistyössä Pohjois-Karjalan Ilcon r.y:n kanssa.
- **Lukuportti** kokoontui yhdeksän (9) kertaa ja osallistujia oli 9/kerta (kaikki osallistujat naisia). Vetäjänä toimi kirjallisuusterapeutti Tuija-Kaisa Teikari. Osallistujia oli Joensuusta ja Kontiolahdelta.
- **Hiljattain syöpään sairastuneiden ryhmä** kokoontui kahdeksan (8) kertaa. Osallistujia 4-10 henkilöä/kerta, kävijöitä ryhmässä yhteensä 26 eri henkilöä (miehiä 5 ja naisia 21). Ryhmäläisten ikäjakauma oli 25-80 vuotta. Osallistujia oli Joensuusta, Liperistä, Lieksasta, Polvijärveltä, Heinävedeltä ja Kontiolahdelta. Vetäjänä oli sh Salla-Maaria Martikainen.
- **Pitkäaikaista ja uusiutunutta syöpäsairautta sairastavien ryhmä** kokoontui kahdeksan (8) kertaa. Osallistujia 3-13 henkilöä/kerta, kävijöitä ryhmässä yhteensä 18 eri henkilöä (miehiä 6 ja naisia 12). Ryhmäläisten ikäjakauma oli 50-79 vuotta. Osallistujia oli Joensuusta, Liperistä, Kontiolahdesta ja Polvijärveltä. Vetäjänä oli sh Salla-Maaria Martikainen.
- **Syöpään sairastuneiden naisten vertaistapaamisia** (Rinnakkain) oli vuoden aikana kahdeksan (8) kertaa ja osallistujia oli 3-9 henkilöä/kerta, kävijöitä ryhmässä yhteensä 12 eri henkilöä. Osallistujia oli Joensuusta ja Kontiolahdelta. Ryhmäläisten ikäjakauma 30-79 vuotta.
- **Gynekologista syöpää sairastavien vertaistapaaminen** järjestettiin kahdeksan (8) kertaa ja osallistujia oli 2-4 henkilöä/kerta, yhteensä kuusi (6) eri henkilöä. Osallistujia oli Joensuusta ja Kontiolahdesta. Ryhmää ohjasi vertaistukiryhmäohjaaja Maija Lehtola.
- **Taideterapiaryhmä** kokoontui 10 kertaa ja osallistujia 4 henkilöä/kerta (kaikki osallistujat naisia). Ohjaajana toimi taideterapeutti Anu Torikka. Osallistujat olivat Joensuusta ja Liperistä.
- **Joogaryhmä** kokoontui 24 kertaa ja osallistujia 7-17/kerta, yhteensä 23 eri osallistujaa (kaikki osallistujat naisia). Vetäjänä toimi Tuula Manninen. Osallistujia oli Joensuusta, Liperistä ja Polvijärveltä.
- **Allasryhmä** kokoontui Joensuun Vetrealla vuoden aikana 20 kertaa ja osallistujia oli 13-25 henkilöä/kerta, yhteensä 41 eri osallistujaa (naisia 35 ja miehiä 6). Allasryhmän vetäjänä toimi Vetrean fysioterapeutti. Kävijöitä Joensuusta, Liperistä ja Kontiolahdelta.
- **Nurmeksen vertaistukiryhmä** kokoontui syksyllä 2016 kolme (3) kertaa. Ryhmään osallistui seitsemän (7) eri henkilöä (naisia 5 ja miehiä 2). Ikäjakauma 30-80 vuotta. Ryhmää ohjasivat vertaistukiryhmäohjaajat Leena Kuvaja, Leena Pennanen ja Esa Pennanen.
- **Juuan vertaistukiryhmä** kokoontui vuoden aikana viisi kertaa. Ryhmään osallistui 17 eri henkilöä (naisia 12 ja miehiä 5). Osallistujia 7-13 henkilöä/kerta. Ikäjakauma 30-79 vuotta. Ryhmää ohjasi vertaistukiryhmäohjaaja Rauni Nuutinen.
- **Tohmajärven vertaistukiryhmä** kokoontui vuoden aikana yhdeksän (9) kertaa. Ryhmään osallistui yhteensä 15 eri henkilöä. Osallistujia 3-15 henkilöä/kerta. Ikäjakauma 30-80 vuotta. Ryhmää ohjasivat vertaistukiryhmäohjaajat Vuokko Väistö ja Heli Kuronen.

Yhteensä ryhmätoimintaan osallistui 212 henkilöä.

6.2. Koulutetut tukihenkilöt

Pohjois-Karjalan Syöpäyhdistyksen tukihenkilötoiminta koostuu vertaistukihenkilöistä, omaisten tukihenkilöistä ja saattotukihenkilöistä sekä vertaistukiryhmäohjaajista. Pohjois-Karjalan maakunnan alueella vertaistukihenkilöiden määrä oli 39 henkilöä (vuosi 2015 51 henkilöä, vuosi 2014 50 henkilöä) ja saattotukihenkilöiden määrä oli 37 henkilöä (vuosi 2015 36 henkilöä, vuosi 2014 29 henkilöä).

Keväällä 2016 koulutettiin viisi (5) uutta vertaistukihenkilöä ja syksyllä kuusi (6) uutta saattotukihenkilöä. Uutena toimintana käynnistettiin vertaistukiryhmäohjaajakoulutus, joka järjestettiin keväällä Joensuussa ja siihen osallistui 12 henkilöä. Kouluttajana toimin Hannele Arvekari.

Kaikille tukihenkilöille järjestettiin täydennyskoulutusta 19.11.2016 ”Ihmissuhteet ja vuorovaikutus tuettavan ja tukijan näkökulmasta” Joensuun Kimmelissä. Täydennyskoulutukseen osallistui 32 tukihenkilöä. Kouluttajina toimivat terveydenhuoltoneuvos Leena Rosenberg, toiminnanjohtaja Suvi Jolkkonen sekä sairaanhoitajat Salla-Maaria Martikainen ja Marjo Toivanen.

Vertaistukihenkilöille käynnistettiin uutena toimintana alueelliset vapaaehtoistyönohjaukset. Ohjaajana toimi Anja Back ja Salla-Maaria Martikainen. Ohjauksia järjestettiin Nurmeksen, Juuan, Valtimon ja Lieksan tukihenkilöille (osallistujia 6 henkilöä) Nurmeksessa ja Joensuun alueen tukihenkilöille (osallistujia 8 henkilöä) sekä Tohmajärven, Kiteen, Kontiolahden, Liperin ja Rääkkylän alueen tukihenkilöille (osallistujia 6 henkilöä) Joensuussa.

Saattotukihenkilöille järjestettiin toimintavuonna neljä (4) työnohjauksellista työkokousta. Työkokouksiin osallistui 5-16 saattotukihenkilöä/kerta.

Vertaistukiryhmäohjaajille järjestettiin toimintavuoden aikana yksi (1) työkokous, johon osallistui yhdeksän (9) henkilöä.

Tukihenkilötoiminnan koordinoinnista, tukihenkilöiden välityksestä ja ohjauksesta vastasi yhdistyksen sairaanhoitaja Salla-Maaria Martikainen. Vertaistukiryhmäohjaajatoiminnasta vastasi sairaanhoitaja Marjo Toivanen.

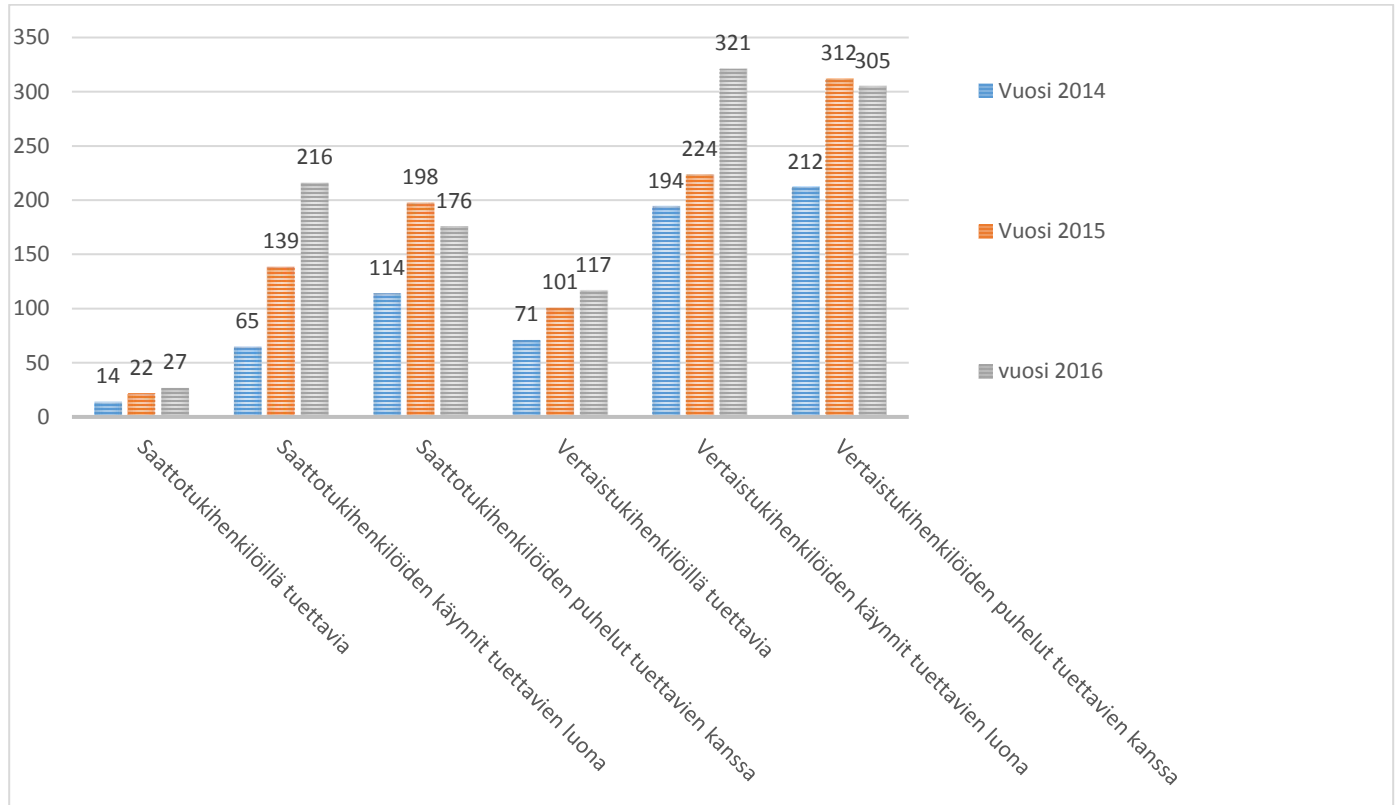
Saattotukihenkilöiden palveluita järjestettiin 27 eri asiakkaalle (vuosi 2015 22 asiakkaalle, v 2014 14 eri asiakkaalle). Käyntikertoja tuettavien luona saattotukihenkilöille kertyi 216 käyntiä (vuosi 2015 139 käyntiä, v 2014 65 käyntiä) ja tukipuheluita/tekstiviestejä saattotukihenkilöille kertyi 176 kappaletta (vuosi 2015 198 kappaletta, v 2014 114 kappaletta).

Vertaistukihenkilöillä tuettavia oli yhteensä 117 henkilöä (vuosi 2015 101 henkilöä, v 2014 71 henkilöä). Tukikäyntejä vertaistukihenkilöillä oli 321 käyntiä (vuosi 2015 224 käyntiä, v 2014 194). Tukipuheluita ja sähköpostikeskustelua tukihenkilöille kertyi 305 kpl (vuosi 2015 312 kappaletta, v 2014 212 kappaletta).

Saattotukihenkilöiden kanssa käytyjä ohjaus- ja tukipuheluita kertyi toiminnasta vastaavalle hoitajalle 123 kpl (vuosi 2015 85 kpl, v 2014 28 kpl). Vertaistukihenkilöiden kanssa käytyjä ohjaus- ja tukipuheluita kertyi 38 kpl

(vuosi 2015 3 kpl, v 2014 23 kpl). Vertaistukiryhmäohjaajien kanssa käytyjä ohjaus- ja tukipuheluja kertyi 150 kpl. Tukea ja ohjausta annettiin tukihenkilöille myös kasvotusten, sähköpostitse ja tekstiviestein sekä koulutuksien yhteydessä.

Kaikille vapaaehtoistoimijoille järjestettiin virkistyspäivä Nurmeksien Hyvärilässä 17.9.2016. Osallistujia oli 40 henkilöä.



7. TERVEYDEN EDISTÄMINEN JA KUNTOUTUSTOIMINTA

Terveysneuvonnan tavoitteena oli syöpätautien ennaltaehkäisyn ja varhaisen toteamisen edistäminen. Keskeisinä aiheina oli tupakointitottumusten, ravinnon, liikunnan ja auringonottojen merkitys syöpään sairastumisriskin kannalta. Yhdistyksen työntekijät luentoivat terveyteen liittyvistä asioista monissa tilaisuuksissa ympäri maakuntaa (kohta 8. TAPAHTUMAT JA TIEDOTUS).

Kuntatasolla tapahtuvassa terveydenedistämistyössä yhdistyksen sairaanhoitaja jatkoi päivän kestäviä vastaanottoja eri kuntien terveyskeskuksissa. Vastaanotoilla tarkastettiin ihomuutoksia ja luomia sekä ohjattiin terveelliseen aurinkokäyttäytymiseen ja opastettiin naisia rintojen omatoimiseen tarkkailuun. Sairaanhoitaja kävi vuoden aikana Ilomantsissa, Juuassa, Kiihtelysvaarassa, Kiteellä, Kesälähdellä, Lieksassa, Nurmeksessa ja Polvijärvellä. Sairaanhoitaja kävi myös kahdessa apteekissa ohjaamassa asiakkaita iho- ja luomiasioissa. Sairaanhoitajan vastaanotoilla (yhdistyksen toimitilat ja kuntapäivät) kävi tarkistuttamassa ja saamassa ohjausta iho- ja luomimuutosasioissa 601 asiakasta (vuosi 2015 722 asiakasta, v.2014 600 asiakasta). Rintojen omatoimisen tarkkailun

ohjauksessa kävi yhdeksän (9) asiakasta (vuosi 2015 48 asiakasta, v.2014 43 asiakasta). Toimintavuoden aikana iho- ja luomivastaanottoja vähennettiin toimistolla resurssitilanteen vuoksi.

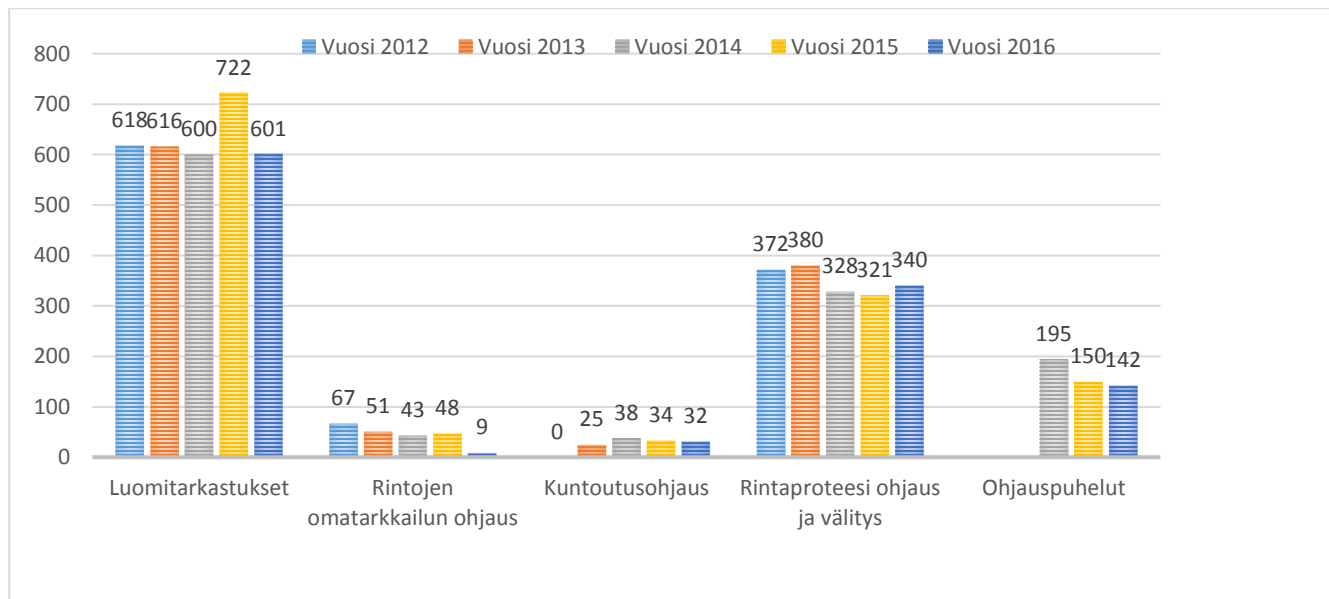
Periytyvyyskeskustelussa sairaanhoitajan luona toimistolla kävi yhdeksän (9) asiakasta (vuosi 2016 7 asiakasta, v. 2014 9 asiakasta) ja kuntoutusohjauskeskustelussa kävi 32 asiakasta (vuosi 2015 34 asiakasta, v. 2014 38 asiakasta). Puhelua terveyden edistämisen osa-alueella työtä tekeville hoitajalle kertyi yhteensä 142 kappaletta (vuosi 2015 150 kappaletta, v. 2014 195), joista 29 puhelua oli kuntoutukseen liittyviä, periytyvyyteen 11 ja loput puhelut liittyivät yleiseen terveysneuvontaan.

Sairaanhoitajat osallistuivat toimintavuoden aikana Savuttoman työryhmän kokouksiin.

Nuoriin kohdistuvaa savuttomuustyötä laajennettiin toimintavuoden aikana. Yhteistyössä eri toimijoiden kesken järjestettiin 11 alakoululla ja yhdellä yläkoululla sekä lukiolla toiminnallinen savuttomuuden edistämistapahtuma. Tapahtumissa tavoitettiin yhteensä 704 oppilasta (vuosi 2015 neljä alakoulua+ yksi ammattikoulu, tavoitettiin 209 oppilasta).

7.1. Rintaproteesien välitys ja ohjaus

Rintaproteesipalvelu on tarkoitettu rinnanpoisto- ja osapoistoleikkauksessa olleille naisille maksusitoumuksella. Proteeseja välitettiin vuonna 2016 340 kappaletta (v.2015 yhteensä 321 kappaletta, vuonna 2014 328 kpl). Rintaproteesin sovituksessa ja ohjauksessa kävi 304 henkilöä (vuosi 2015 280 henkilöä). Rintaproteesi valitaan yksilöllisesti jokaiselle asiakkaalle. Proteesin sovitustilanteessa annetaan ohjausta ja neuvontaa proteesiasioihin, sairauteen, hoitoon, kuntoutukseen sekä psyykkiseen, fyysiseen ja sosiaaliseen hyvinvointiin liittyen.



7.2. Sopeutumisvalmennuskurssit

Kurssien tavoitteena on lisätä syöpään sairastuneen ja hänen läheisensä tiedollisia valmiuksia sairauteen liittyvissä kysymyksissä sekä edistää psykososiaalista kuntoutusta ja siten antaa voimavaroja muuttuneen elämäntilanteen hallitsemiseksi.

Toimintavuoden aikana yhdistys järjesti Raha-automaattiyhdistyksen tuella kursseja seuraavasti:

- Tunteet voimavaroiksi –avokuntoutuskurssi, Pohjois-Karjalan Syöpäyhdistys r.y. Kuntoutujia oli kurssilla yhteensä kahdeksan (8) henkilöä.
- Kunnon eväät -avokuntoutuskurssi. Kuntoutujia yhteensä yhdeksän (9) henkilöä.
- Uusiutunutta/pitkäaikaista syöpää sairastavat ja heidän läheisensä -kurssi, Toivonlahti Ilomantsi. Kuntoutujia oli yhteensä 12 henkilöä.
- Yhdessä eteenpäin –avokuntoutuskurssi ei toteutunut vähäisen hakijamäärän vuoksi.

Vetrean hakemista Kelan sopeutumisvalmennuskursseista ei toteutunut yhtään vähäisen hakijamäärän vuoksi.

8. TAPAHTUMAT JA TIEDOTUS

Keväällä järjestettiin yhdistyksellä **avoimet ovet** teemalla ”Kauniina kaiken ikää”. Avoimissa ovissa oli mm. tutustumista yhdistyksen toimintaan ja kosmetologiopiskelijat tekivät hemmotteluhoitoja. Avoimien ovien päivänä vierailijoita kävi 29 henkilöä. Syyskuussa järjestettiin yhdistyksen 60-vuotisjuhla Carelia-salissa, osallistujia n. 250 henkilöä. Joulukuussa järjestettiin hyväntekeväisyyskonsertti ”Sateenkaaren tällä puolen”, jossa esiintyivät Maria ja Katarina Zaborszky sekä Tatu Eskelinen. Konserttiin osallistui n. 100 henkilöä.

Lisäksi järjestettiin seuraavat tapahtumat ja luennot:

- Pohjois-Karjalan keskussairaala järjesti syöpään sairastuneille ja heidän läheisilleen kolme (3) ensitietopäivää Joensuussa. Yhdistyksen sairaanhoitaja oli jokaisessa ensitietopäivässä mukana esittelemässä syöpäyhdistyksen tuki- ja toimintamuotoja sekä kuntoutuksen osa-aluetta (osallistujia oli yhteensä n. 75 henkilöä (vuosi 2015 n. 110 henkilöä, vuonna 2014 90 osallistujaa). Luennoijana Salla-Maaria Martikainen.
- 12.1.2016 ”Yhdistyksen tukitoimintojen esittely ja syöpäpotilaan kohtaaminen” PPKY lähihoitajaopiskelijat, osallistujia 45 opiskelijaa. Luennoijana Salla-Maaria Martikainen.
- 14.1.2016 ”Yhdistyksen tukitoimintojen esittely ja syöpäpotilaan kohtaaminen” Karelia ammattikorkeakoulu sairaanhoitajaopiskelijat, osallistujia n. 55 opiskelijaa. Luennoijana Salla-Maaria Martikainen.
- 4.2.2016 ”Maailman syöpäpäivä – yleisötapahtuma” yhteistyössä Pohjois-Karjalan sydänpiirin, Marttojen ja Kansanterveyden keskuksen kanssa. Osallistujia yhteensä 75 henkilöä.
- 4.2.2016 ”Iho- ja luomimuutosten tarkastelu ja terveellisen aurinkokäyttäytymisen ohjaus neuvontahoitajan työssä” PPKY kosmetologiopiskelijat, 20 opiskelijaa. Marketta Komulainen.
- 9.2.2016 ”Syöpäyhdistyksen toiminnan esittely” Joensuu aikuiskoulutuskeskus lähihoitajaopiskelijat, osallistujia 18 opiskelijaa. Marketta Komulainen.
- 10.2.2016 ”Rintasyövän riskiä voi vähentää”, Kontiolahti, yhdeksän osallistujaa. Luennoijana Marketta Komulainen.

- 22.2.2016 ja 22.8.2016 "Terveitä aamuja –tapahtumat" Onttolan varuskunta. Yhteistyössä SPR, Ehyt ja Kansanterveyden keskus. Varusmiehiä tavoitettiin noin 260. Marketta Komulainen.
- 29.2.2016 "Yhdistyksen esittely"-osastotunti Kontiolahden terveyskeskus. Mukana tukihenkilöitä. 10 kuulijaa. Esittelijänä Salla-Maaria Martikainen.
- 4.3.2016 "Yhdistyksen esittely ja saattotukihenkilötoiminta" PKKY aikuiskoulutuskeskus sairaanhoitajille ja lähihoitajille kohdistettu täydennyskoulutus. Osallistujia 30 henkilöä. Salla-Maaria Martikainen.
- 23.3.2016 "Yhdistyksen esittely"-osastotunti Lieksan terveyskeskus. Osallistujia 10. Marketta Komulainen.
- 23.3.2016 "Yhdistyksen esittely"-osastotunti Enon terveyskeskus. Osallistujia 10. Salla-Maaria Martikainen.
- 30.3.2016 "Yhdistyksen esittely"-osastotunti Kiihtelysvaaran terveysasema. Osallistujia 3. Marketta Komulainen. Paikallisosaston edustaja mukana.
- 7.4.2016 "Yhdistyksen esittely"-osastotunti Rääkkylän terveyskeskus. Osallistujia 2. Marketta Komulainen. Paikallisosaston edustaja mukana.
- 7.4.2016 "Terveysturinat" Rääkkylä yhteistyössä P-K Kansanterveyden keskus, Sydänpiiri, Martat, Ehyt ry ja Selkäyhdistys. Osallistujia n. 100 henkilöä.
- 14.4.2016 "Savuttomuustunti" Noljaan koulu, 75 oppilasta. Marjo Toivanen.
- 19.4.2016 "Yhdistyksen esittely"-osastotunti Tuupovaaran terveyskeskus. Osallistujia 3. Marketta Komulainen.
- 22.4.2016 "Terveysturinat" Katsastus Kovalainen. Osallistujia 50 henkilöä. Marketta Komulainen.
- 27.4.2016 "Yhdistyksen esittely"-osastotunti Ilomantsin terveyskeskus. Osallistujia 6. Mukana paikallisosaston edustaja. Marketta Komulainen.
- 2.5.2016 "Yhdistyksen esittely" lähihoitajaopiskelijat. Osallistujia 12 henkilöä. Salla-Maaria Martikainen.
- 2.5. ja 12.5.2016 "Yhdistyksen esittely"-osastontunti Siilaisen sairaala ja kotisairaala. Osallistujia yht. 25 henkilöä. Salla-Maaria Martikainen
- 4.5.2016 "Savuttomuustunti" Iksenvaaran koulu. 25 oppilasta. Marjo Toivanen.
- 16.5.2016 "Aurinko ja ihon terveys" –teemapäivä Niinivaaran apteekki, osallistujia n. 30 henkilöä. Marketta Komulainen.
- 17.5.2016 "Ikääntymisen vaikutus ihoon, iho- ja luomimuutokset" –luento. Suvituulen palvelukeskus Joensuu, osallistujia 32 henkilöä. Marketta Komulainen
- 24.5.2016 "Lymfaödeema ja sen hoito", luennoimassa fysioterapeutti Leena Venäläinen. Osallistujia 11 henkilöä.
- 25.5.2016 "Välitähkö-tapahtuma" Niiralan raja-asema. Yhteistyössä P-K Kansanterveyden keskus, Ehyt ry, Joensuun kaupunki, AVI. Tavoitettu henkilömäärää 200. Marketta Komulainen ja Marjo Toivanen.
- 26.5.2016 "Yhdistyksen esittely"-osastotunti Outokummun terveyskeskus. Osallistujia 5. Marketta Komulainen.
- 26.5.2016 "Terveysturinat" Outokumpu. Osallistujia n. 120 henkilöä. Marketta Komulainen.
- 27.5.2016 "Yhdistyksen esittely" lähihoitajaopiskelijat, 20 opiskelijaa. Marjo Toivanen.
- 31.5.2016 "Savuton Suomi"-Tapahtuma Joensuun tori. Eri yhdistyksen esillä. Osallistujia n. 300 henkilöä.
- 6.6.2016 "Yhdistyksen tukipalvelujen esittely" Eno Parempi Arki ry, 8 osallistujaa. Salla-Maaria Martikainen.
- 13.6.2016 "Terveysturinat" Nurmes. Osallistujia n. 60 henkilöä.
- 25.8.2016 "Yhdistyksen esittely"-osastotunti Liperin terveyskeskus. Osallistujia 16 henkilöä. Mukana kolme tukihenkilöä. Marjo Toivanen.
- 30.8.2016 "Yhdistyksen esittely"-osastotunti Nurmeksen terveyskeskus. Osallistujia 10 henkilöä. Mukana viisi tukihenkilöä. Salla-Maaria Martikainen.
- 6.9.2016 "Yhdistyksen esittely"-osastotunti osasto 2 G PKKS. 10 henkilöä. Marjo Toivanen.

- 7.9.2016 ”Yhdistyksen esittely”-osastotunti Juuan terveyskeskus. Osallistujia 10 henkilöä. Mukana kaksi tukihenkilöä. Salla-Maaria Martikainen.
- 14.9.2016 ”Välitistö-tapahtuma” Niiralan raja-asema. Yhteistyössä P-K Kansanterveyden keskus ja Ehyt ry. Tavoitettu 196 henkilöä.
- 21.9.2016 ”Yhdistyksen esittely”-osastotunti Tohmajärven terveyskeskus. Osallistujia 10 henkilöä. Mukana paikallisosaston edustaja. Marjo Toivanen.
- 4.10.2016 Ikäihmisten terveyspäivä Joensuun areena. Osallistujia yhdistyksen toimipisteellä n. 120 henkilöä.
- 10.10.2016 ”Terveysturinat” Outokummun terveyskeskus. Yhteistyössä P-K Kansanterveyden keskus, Sydänpiiri, Ehyt ry. Osallistujia 25 henkilöä.
- 11.10.2016 ”Iho- ja luomimuutosten tarkastelu ja terveellisen aurinkokäyttämisen ohjaus neuvonhoitajan työssä” –luento PKKY kosmetologiopiskelijat. Osallistujia 20 opiskelijaa. Marketta Komulainen.
- 11.10.2016 ”Iho- ja luomimuutosten tarkastelu ja terveellisen aurinkokäyttämisen ohjaus neuvonhoitajan työssä” –luento Pohjois-Karjalan aikuiskoulutuskeskus. Osallistujia 24 henkilöä. Marketta Komulainen.
- 27.10.2016 ”Rintasyöpä – sairastumisen vaikutukset elämän eri osa-alueisiin” Ilomantsi. Osallistujia 30 henkilöä. Marjo Toivanen.
- 31.10.2016 ”Yhdistyksen esittely ja syöpäpotilaan kohtaaminen” Karelia amk, sairaanhoitajaopiskelija, noin 100 kuulijaa. Salla-Maaria Martikainen.
- 31.10.2016 ”Askelia terveempään elämään – syöpää voi ehkäistä” – luento Valtimo. 7 henkilöä. Marjo Toivanen.
- 4.11.2016 ”PKSY 60 vuotta ja Movember” infotapahtuma yhdessä Syöpiksen Säpököiden kanssa. Osallistujia 25 henkilöä.
- 4.11.2016 ”Movember-kävely”. Osallistujia 20 henkilöä.
- 24.11.2016 ”Syöpäyhdistyksen toiminnan esittely” Jns ortodoksinen srk päiväpiiri, 25 kuulijaa. Salla-Maaria Martikainen.
- 7.12.2016 ”Yhdistyksen toiminnan esittely” lähihoitajaopiskelijat, 12 opiskelijaa. Salla-Maaria Martikainen.
- 12.12.2016 ”Yhdistyksen tukihenkilötoiminnan esittely” Hoivakoti Sireenipiha Joensuu, 10 osallistujaa. Salla-Maaria Martikainen.

Toimintavuoden aikana järjestettiin **yhteensä 57** (vuosi 2015 52, v.2014 37) **erilaista tilaisuutta maakunnan alueella. Kaikkiaan tapahtumat ja luennot tavoittivat 2753 henkilöä** (vuosi 2015 2059 henkilöä, v. 2014 1316 henkilöä). Arvioituna tapahtumiin ja luennoille osallistui 70 % naisia ja 30 % miehiä.

Tiedotuksesta:

Yhdistys tilasi neljä (4) kertaa vuodessa ilmestyvän Syöpä Cancer-lehden jäsenilleen. Kotisivut toimivat osoitteessa www.pohjois-karjalansyopayhdistys.fi ja yhdistyksen Facebook-sivut osoitteessa [facebook.com/pohjois-karjalansyopayhdistys](https://www.facebook.com/pohjois-karjalansyopayhdistys). Suomen Syöpäyhdistys mahdollisti jäsenjärjestöille yhtenäisen kotisivu-uudistuksen. Uudet kotisivut otettiin käyttöön marraskuussa 2016. Toimintavuoden aikana yhdistyksen toiminnan esitteitä päivitettiin. Keskussairaalan jokaiselle osastolle, jossa syöpään sairastuneita hoidetaan, toimitettiin päivitettyt kansiot yhdistyksen toimintaan liittyen. Kaikkiin maakunnan terveyskeskuksiin vietiin osastotuntien yhteydessä yhdistyksen infokansiot. Lisäksi materiaalia välitettiin sairaalan sosiaalityöntekijöille, yleispsykiatrian poliklinikalle, paikallisosastoille ja maakunnan terveyskeskuksiin. Lisäksi tapahtumista tiedotettiin sunnuntaisin sanomalehti Karjalaisen järjestöpalstalla ja ilmoituksilla eri paikallislehdissä.

Sanomalehti Karjalainen, Karjalan Heili, paikallislehdet sekä Pohjois-Karjalan radio ja Radio rex tekivät toimintavuoden aikana erilaisia tiedotuksia yhdistyksen toimintaan liittyen.

9. KOULUTUS

Yhdistyksen sairaanhoitajat toimivat ohjaajina yhdelle (1) sairaanhoitajaopiskelijalle kuusi (6) viikkoa kestäneessä harjoittelujaksossa. Sairaanhoitajaopiskelija Minna Kaartinen teki yhdistyksen toimeksiannosta opinnäytetyön ”Minä sinua vaan –parisuhde syöpää sairastavan voimavarana”.

9.1. Henkilökunnan koulutus

- Toiminnanjohtaja Suvi Jolkkonen osallistui Suomen Syöpäyhdistyksen valtakunnallisille järjestöpäiville ja jatkoi Karelia ammattikorkeakoulussa Sosiaali- ja terveysalan johtamisen ja kehittämisen YAMK-opintoja.
- Sairaanhoitaja Marketta Komulainen osallistui Savuton Suomi-seminaariin, Suomen Syöpäyhdistyksen järjestämään periytyvyyskoulutukseen, syöpäkuntoutusseminaariin ja terveydenedistämiskoulutuspäiviin, joista käynnistyi Metropolian verkkokoulutus
- Sairaanhoitaja Salla-Maaria Martikainen osallistui Suomen Syöpäyhdistyksen ja Suomen Kansallisoopperan järjestämään Kuvalla läsnä-koulutukseen.
- Sairaanhoitaja Marjo Toivanen osallistui Savuton Suomi-seminaariin ja Päihteet puheeksi –koulutukseen sekä Suomen Syöpäyhdistyksen järjestämiin Terveydenedistämiskoulutuspäiviin, joista käynnistyi Metropolian verkkokoulutus
- Palvelusihteri Hilikka Huikuri osallistui P-K Sotun järjestämään JOOMAG-verkkojulkaisukoulutukseen

Henkilökunta osallistui Itä-Suomen Syöpäjärjestöjen yhteisiin työhyvinvointipäiviin Kotkassa. Henkilökunnalle järjestettiin tarpeen mukaan yksilötyönohjausta. Henkilökuntaa tuettiin liikunnan pariin Smartum –liikuntaseteleillä.

10. YHDISTYKSEN TALOUS

Yhdistyksen talous perustuu jäsenmaksutuottoihin, RAY:n myöntämään kohdennettuun avustukseen, Syöpäsäätiön tukeen, yhdistyksen saamiin lahjoituksiin sekä omatoimiseen varainhankintaan.

Omatoimista varainhankintaa yhdistys toteutti paikallisosastojen ja vapaaehtoisten turvin Roosa nauha – lipaskeräyksellä koko maakunnan alueella, jonka tuotto oli 15 032,50 euroa (vuosi 2015 14 656,85 euroa, v. 2014 15 960,38 euroa).

Vapaaehtoisista koostuva varainhankintaryhmä Syöppiksen Säpäkät teki yhdistyksen varainhankintaa ansiokkaalla tavalla mm. järjestämällä myyjäisiä ja tanssiaiset Sepänsalilla. Säpäkät osallistuivat myös Roosa nauha - lipaskeräykseen.

Lahjoituksin yhdistystä muistivat eri henkilöt ja yhteisöt. Lisäksi useat yritykset ja yksityishenkilöt tukivat yhdistyksen toimintaa antamalla mm. erilaisia palkintoja arpajaisiin.

Vuoden tulos oli ylijäämäinen 195 272,58 euroa. Ylijäämä on muodostunut aiemmin testamenttilahjoituksena saadun ja kertomusvuonna myydyn tontin ennakoitua korkeammasta myyntihinnasta ja aiemmista sijoituksista kertyneen tuoton tuloutuksesta. Tilinpäätös on tämän vuosikertomuksen liitteenä.

11. LOPUKSI

Vuosi 2016 oli Pohjois-Karjalan Syöpäyhdistykselle vireä ja työntäyteinen 60-vuotisjuhlavuosi. Samalla toimintavuosi oli juhlineen ja tapahtumiseen tuloksekas ja mieliinpainuva. Juhlavuoden aikana saimme monia uusia ystäviä ja tukijoita sekä vapaaehtoisia toimijoita. Lämmin kiitos kaikille yhdistyksemme jäsenille, työntekijöille sekä luottamushenkilöille ja muille vapaaehtoisille, samoin kaikille yhteistyökumppaneillemme ja toimintaamme eri tavoin tukeneille ja edistäneille yksityisille, yrityksille ja yhteisöille.

HALLITUS

Jäsenten määrä osastojen alueella v. 2016

Liite 1

Eno	126	Liperi	249
Ilomantsi	85	Nurmes	144
Juuka	113	Outokumpu	111
Kesälahti-Kitee	209	Polvijärvi	138
Kiihtelysvaara	45	Rääkkylä	99
Lieksa	225	Tohmajärvi	112
Kontiolahti	185	Valtimo	55
Joensuu	1317	yhteensä	3213 jäsentä

Paikallisosastojen hallinnoimat varat v. 2016

Liite 2

Osasto	Saldo 31.12.2016 (€)
Eno	13 142,05
Ilomantsi	5 789,88
Juuka	3 145,58
Kiihtelysvaara	1 662,42
Kitee/Kesälahti	4 107,59
Kontiolahti	1 877,68
Lieksa	2 489,98
Liperi	3 681,52
Nurmes	6 711,90
Outokumpu	1 750,94
Polvijärvi	2 151,73
Rääkkylä	5 132,40
Tohmajärvi	8 469,54
Valtimo	3 829,82

Paikallisosastojen toimintaa v. 2016

Liite 3

OSASTO	Lahjoitukset	Kerhot, johdot.	Lii-kunta	Luomi-neu-vonta *	Tuki-henki-löitä	Saat-totu-kihen-kilöitä	Yleisötilaisuudet, muuta
Eno	Terveyskeskuksen saattohoito-huoneeseen lepotuoli		Kuntosalivuoro 1 kerta /vko		3	3	Kuntosalivuoro 1 krt/viikossa osall. 4-7 hlöä/krt vertaisohjaajana Silja Tikansalo, laavuretki osall. 18 hlöä, kevätretki Niittyranta osall. 23 hlöä, teatteriretki osall. 48 hlöä, kesäkahviviikko kävijöitä yli 500 hlöä, syyslaulelot osall. 20 hlöä, infot apteekkeissa Uimaharju osall. n. 60 hlöä ja Eno osall. n. 40 hlöä, Roosa nauha lipaskeräykseen osallistuminen, pikkujoulu yhteistyössä Kulttuuriyhdistys Louhi ja Louhiojan kyläyhdistys osall. n. 40 hlöä.
Ilomantsi		Kerran / kk kuu-kausi tapaa-miset 8-12 hlöä /krt	Allas-jump-pa / 1 kerta /vko osall. 8-10 hlöä/ kerta	1	1	3	Luentotilaisuus rintasyövästä osall. 30 hlöä, mökkiretki osall. 7 hlöä, joulupuuro osall. 9 hlöä, Roosa nauha lipaskeräykseen osallistuminen 6 kerääjää.
Juuka	Terveyskeskuksen saattohoito-huoneeseen sisustus-materiaalia	Johto-kunta koon-tui 4/krt		1	3	1	Keskustelutilaisuus eturauhassyövästä osall. 20 hlöä, vertaistukiryhmä 5 kertaa osall. 9-13 hlöä/krt, Valamon retki yhdessä Marttojen kanssa osall. 26 hlöä, Mökkiläispäivät Paalasmaalla kävijöitä n. 1500 hlöä, hyväntekeväisyysiltamat yhdessä Juuan karaokeklubin ja Polvelan kyläyhdistyksen kanssa osall. 80 hlöä, luentotilaisuus kehittyvät syöpähoitot osall. 84 hlöä, osaston info yhdistysten harrastemessut osall. 500 hlöä, Roosa nauha lipaskeräykseen osallistuminen 17 kerääjää, teatteriretki yhdessä Marttojen kanssa osall. 26 hlöä, osaston jouluateria osall. 48 hlöä.
Kiihtelysvaara		Johto-kunta koon-tui 3/krt		1			Aktiivista yhteistyötä muiden järjestöjen kanssa, osaston info Kiihtelysvaaran terveysasemalla, teatteriesitykset Havukka-ahon ajattelijan ja Tapsan tahdit osall. 28 hlöä, Roosa nauha lipaskeräykseen osallistuminen 3 kerääjää, joulujuhla yhdessä Kiihtelysvaaran Sydänyhdistyksen kanssa osall. 60 hlöä.

Kitee/Kesä-lahti	Kiteen hoivakodin saattohoitohuoneeseen tekstiililahjoitus	Johtokunta koontui 10/krt		Kitee 1 Kesä-lahti 1	2		Retki Oronmyllylle osall. 30 hlöä, ulkoilutamisaipua Kiteen hoivakodilla vapaaehtoisia mukana 10 hlöä, Roosa nauha lipaske- räykseen osallistuminen Kitee 12 kerääjää Kesälahti 4 kerääjää, joulujuhla Koivikon Kievari osall. 47 hlöä.
Kontiolahti		Johtokunta koontui 4/krt			6	7	Luento rintasyövästä luennoimassa sh Marketta Komulainen, uintiretki Pajarinhoviin yhdessä hengitysyhdistyksen kanssa osall. 50 hlöä, kesäteatteriretki Vuokon kesäteatteriin osall. 60 hlöä, Kotailta yhdessä hengitysyhdistyksen kanssa osall. 60 hlöä, Roosa nauha lipaske- räykseen osallistuminen 5 kerääjää, uintiretki Siilinjärvelle yhdessä hengitysyhdistyksen kanssa osall. 60 hlöä, joulujuhla Kotiseutukeskus osall. 30 hlöä.
Lieksa		Kerho koontui 9 krt osall. n. 12 hlöä/kerta	Kuntosali vuoro 1 kerta /vko	1	1		Maailman syöpäpäivänä osaston info osall. 9 hlöä, makkaranpaistoretki Kelvänsaareen osall. 11 hlöä, retki Kylänlahteen osall. 15 hlöä, Roosa nauha lipaske- räykseen osallistuminen 10 kerääjää, jouluruokailu osall. 20 hlöä.
Liperi		Johtokunta koontui 4/krt			3	3	Kahvitustoimintaa 10 kertaa, 25-vuotisjuhla osall. 70 hlöä, Roosa nauha lipaske- räykseen osallistuminen Liperi, Ylämylly, Viinijärvi 71 kerääjää.
Nurmes	Terveyskeskukseen imulaite, lapsiperheelle avustus	Johtokunta koontui 6/krt		1	6	3	Terveysturinoihin osallistuminen vertaistukiryhmä kokoontui 3/krt osall. 6 hlöä/krt, teatteriretki osall. 7 hlöä, Bomban kesäteatteri osall. 16 hlöä, vierailu Valamon ja Lintulan luostareissa osall. 28 hlöä, Roosa nauha lipaske- räykseen osallistuminen 10 kerääjää, marraskuussa teatteriretki osall. 24 hlöä, pikkujoulu osall. 30 hlöä.

Outokumpu		Johtokunta kokoontui 4/krt kuukausi tapaukset 9/krt 5-15 hlöä/ kerta			1		Vierailu Polvijärven osastolle osall. 30 hlöä, retki Pellinmäen leirikeskukseen yhteistyössä ev.lut. seurakunnan kanssa osall. 20 hlöä, pikkujoulu osall. 20 hlöä.
Polvijärvi		Johtokunta kokoontui 4/krt Sympis- kerho 4/krt osall. n. 10 hlöä/ krt		1		1	Kesäteatteriretki yhteistyössä Marttojen kanssa osall. 49 hlöä, vierailu Outokummun osastolle osall. 15 hlöä, Terveysturinat osall. n. 60–70 hlöä, pikkujoulu osall. 51 hlöä.
Rääkkylä		Johtokunta kokoontui 4/krt			1	1	Kahvituksia vanhustentalolla, Terveysturinoihin osallistuminen, Roosa nauha lipas- keräykseen osallistuminen 4 kerääjää, puurojuhla osall. 30 hlöä.
Tohmajärvi		Johtokunta			1	2	Vertaistukitapaamiset 1/krt kuukaudessa 8/krt kevään ja syksyn aikana osall. n. 8

		ko- koon- tui 6/krt					hlöä/krt kirpputori kolmena päivänä viikossa, osaston infoa iho- ja luomipäivässä Tohmajärven apteekissa osall. 57 hlöä, ystävänäpäiväkahvitus osall. 40 hlöä, Vuokon päivä kahvitus osall. 40 hlöä, teatteriretki Utran kesäteatteriin osall. 50 hlöä, Roosa nauha lipaskeräykseen osallistuminen Tohmajärvi-Värtsilä 10 kerääjää, Puhdas Tohmajärvi – tapahtumassa osaston info osall. 50 hlöä, osaston 30-vuotisjuhla ja pikkujoulu osall. 64 hlöä.
Valtimo					2	1	Luentotilaisuus askelia terveempään elämään – syöpää voi ehkäistä luennoimassa sh Marjo Toivanen osall. 7 hlöä.

Osastojen toiminta tavoitti eri tapahtumissa vuoden aikana yli 2000 henkilöä.

* Luomineuvonta toteutettiin yhteistyössä terveyskeskusten kanssa. Työntekijänä sh Marketta Komulainen Pohjois-Karjalan Syöpäyhdistys ry:stä