

**HYVÄ ELÄMÄ
ILMAN SYÖPÄÄ JA
SYÖVÄSTÄ HUOLIMATTA**

**VUOSIKERTOMUS
2024**



**POHJOISSAVON
SYÖPÄYHDISTYS**

SISÄLLYSLUETTELO

1. Toiminnanjohtajan katsaus	1
2. Yhdistyksen toiminta ja talous	2
2.1. Viralliset kokoukset	
2.2. Hallitus	
2.3. Tilintarkastajat	
2.4. Huomionosoitukset	
2.5. Jäsenistö	
2.6. Jäsenetuudet	
2.7. Toimisto	
2.8. Talous	
3. Hyvä elämä syövästä huolimatta - psykososiaalisen tuen palvelut	6
3.1. Vertaistukiryhmät	
3.2. Kurssit	
3.3. Tukihenkilötoiminta	
3.3.1. Vertaistukija	
3.3.2. Saattohoidon tuki	
3.4. Perhepalvelut	
3.5. Yhteistyö Hyvinvointialueen SOTE-palveluiden ja oppilaitosten kanssa	
4. Syövän ehkäisy ja terveydenedistäminen	13
4.1. Nikotiinittomuuden edistäminen	
4.2. Nikotiiniton urheilu -toimintamalli	
4.3. Seulontojen osallistumisaktiivisuuden lisääminen	
4.4. Syövän ennaltaehkäisyä lasten parissa	
4.5. Periytyvyysneuvonta	
5. Iloa vapaaehtoisuudesta	15
5.1. Vapaaehtoiset erilaisissa tehtävissä	
5.2. Paikallisosastojen toiminta	
6. Taloudellista tukea syöpään sairastuneille ja heidän perheilleen	17
6.1. Syöpää sairastavien lasten perheille	
6.2. Syöpää sairastaville vähävaraisille ikääntyneille henkilöille	
6.3. Perheiden tuki	
6.4. Syöpää sairastaville vähävaraisille aikuisille, jotka eivät ole ikääntyneitä	
7. Apurahoja tutkimukseen ja opinnäytetöihin	18
7.1. Savon Syöpärahasto	
7.2. Sirkku Heikkisen rahasto	
8. Viestintä	20
8.1. Sisältöstrategia	
8.2. Viestintäkanavat	
LIITTEET	21
Liite 1. Tuloslaskelma	
Liite 2. Tase	

1. TOIMINNANJOHTAJAN KATSAUS

Hyvinvointialueen kanssa jatkettiin entuudestaan hyviä vakiintuneita yhteistyön rakenteita ja toimintamuotoja, joita vahvistettiin ja kehitettiin eteenpäin. Saattohoidon vapaaehtoistoiminnan kumppanuushanke edistyi hyvin Pohjois-Savon hyvinvointialueella. Hankkeessa kehitettiin ja juurrutettiin saattohoidon vapaaehtoistoimintaa hyvinvointialueen sotepalveluihin, tuotiin saattohoidon vapaaehtoistoimintaa ihmisten tietoisuuteen ja tiedotettiin toimintayksiköiden henkilökuntaa vapaaehtoisten hyödyntämisestä.

Yhdistyksen palvelut toimivat matalalla kynnyksellä, olivat maksuttomia ja tarjosivat ihmiselle tärkeän yhteisön. Palvelut olivat avoinna kaikille sitä tarvitseville. Syöpään sairastuneelle, läheiselle tai perheelle tarjottiin asiantuntevan ammattilaisen antamaa psykososiaalista tukea; kiireetöntä keskustelua, ohjausta sekä tietoa. Psykososiaalinen tuki oli myös vertaistukea ryhmissä ja vertaistukihenkilöiden kanssa. Silloin vertaistuki oli vastavuoroista. Toisen kohtaaminen merkitsi voimaantumista, antoi arkeen virkistystä ja ainutkertaisia hetkiä sosiaaliseen osallisuuteen.

*“Haluan tehdä pyyteetöntä hyvää muille. Itse olen saanut ihanaa vertaistukea ja sitä on ilo antaa eteenpäin”
-Vapaaehtoinen vertaistukija*

Yhdistyksen vapaaehtoistoimijat loivat verkostoja, joissa he antoivat toimintansa kautta tietoa, tukea, vertaisuutta ja virkistystä syöpään sairastuneille ja heidän läheisilleen. Vapaaehtoiset kokivat toimintansa merkityksellisenä myös itselleen. Yhdistyksen paikallisosastot tarjosivat 19 paikkakunnalla monenlaista virikkeellistä toimintaa, virkistystä ja vertaistukea. Paikallisosastot olivat tärkeä osa yhdistyksen vapaaehtoistoimintaa. Heidän kauttaan palveluita vietiin lähemmäksi ihmisiä.

Yhdistyksen voima oli jäsenissä, jotka omalla aktiivisuudellaan loivat yhdistyksen toiminnalle perustan. Jäseniä tarvittiin toiminnan turvaamiseksi ja kehittämiseksi. Yhdistys tarjosi jäsenilleen yhdistyksen palveluiden lisäksi paikallisia, alueellisia ja valtakunnallisia jäsenetuja.

Terveiden ja hyvinvoinnin edistämisen osa-alueista painotettiin keväällä lasten ja nuorten nikotiinittomuuden edistämistä heidän harrastusympäristössään ja aurinkoterveyden edistämistä. Yhdistyksen teemaillat tarjosivat yhdessäoloa erilaisten hyvinvointia tuottavien toimintojen parissa. Hyvinvointia tuottavat ryhmät saivat hyvää palautetta ja ihmiset olivat onnellisia päästessään tapaamaan toisiaan. Syöpään sairastuneiden ja heidän läheistensä terveyttä- ja hyvinvointia edistettiin psykososiaalisissa keskusteluissa elintapoihin liittyen.

Yhteistyöverkostot ja kumppanuudet olivat tärkeä osa toimintaa. Yhdessä pystyttiin tekemään toimintaa näkyväksi, rakentamaan asiakkaita palvelevaa kokonaisuutta ja lisäämään tietoisuutta yhdistyksestä.

Kiitos toimintaa taloudellisesti tukeneet jäsenet, STEA, Syöpäsäätiö, lahjoituksien-, avustuksien- ja testamenttien antajat sekä yhdistyksen omaan varainhankintaan osallistujat. Kiitän myös luottamus- ja vapaaehtoistojen ympäri Pohjois-Savoa. Teidän avullanne yhdistyksen toiminta on mahdollista. Isot kiitokset yhdistyksen työntekijöille joustavasta ja asiakkaita ajattelevasta tavasta toimia.

Voidaan todeta edellä olevien asioiden yhteissummana: Yhteistyössä oli voimaa!

”Antaessaan saa yhteisöllisyyttä” -Vapaaehtoinen

13.3.2025 Heidi Kolehmainen, toiminnanjohtaja

2. YHDISTYKSEN TOIMINTA JA TALOUS

2.1. Viralliset kokoukset

Yhdistyksen sääntömääräinen kevätkokous järjestettiin 24.4. ja sääntömääräinen syyskokous 3.12. yhdistyksen toimistolla. Kevät- ja syyskokouksiin osallistuttiin myös Teams-etäyhteyden kautta. Kokouksissa käsiteltiin sääntömääräiset asiat.

2.2. Hallitus

Veli-Matti Kosma, puheenjohtaja

Varsinaiset jäsenet

Leena Rosenberg, varapuheenjohtaja

Tiina Nykky, varapuheenjohtaja

Leena Iivanainen

Outi Nikunen

Heli Kemppainen

Annamarja Lamminmäki

Tarja Heikkinen

Inkeri Eriksen

Jokaisella hallituksen varsinaisella jäsenellä oli varajäsenet, joita olivat Päivi Auvinen, Reijo Sironen, Teija Niskanen, Leena Koponen, Tuula Sapattinen, Asta Miettinen, Maija Vainikainen ja Milla Palm-Kilpi.

Hallituksen sihteerinä toimi yhdistyksen toiminnanjohtaja Heidi Kolehmainen.

Yhdistyksen sijoituksista päättää hallituksen valtuuttamana Sijoitusvaliokunta.

Sijoitusvaliokunnan jäsenet

Veli-Matti Kosma, puheenjohtaja

Asta Miettinen

Teija Niskanen

Heli Kemppainen

Leena Iivanainen, asiantuntijajäsen

Heidi Kolehmainen, sihteeri

Sosiaalitoimikunnan muodostivat Leena Iivanainen ja toiminnanjohtaja Heidi Kolehmainen.

Sirkku Heikkisen rahaston ammattikorkeakoulu apurahatoimikunnan muodostivat Pirkko Kouri, Outi Nikunen, Leena Koponen ja sihteerinä toiminnanjohtaja Heidi Kolehmainen.

2.3. Tilintarkastajat

Yhdistyksen varsinaisiksi tilintarkastajiksi vuodelle 2024 valittiin HT Tommi Colliander ja Tilipalvelu Sirpa Koponen Oy tilintarkastusyhteisö päävastuullisena Olli-Pekka Jalkanen. Varatilintarkastajaksi HT Tuomo Sirviö ja HT Ari-Pekka Poikonen.

2.4. Huomionosoitukset

Suomen Syöpäyhdistyksen valtuuskunnan myöntämän pronssisen ansiomitalin sai pitkäaikaisesti Varpaisjärven paikallisosastossa taloudenhoitajana toiminut Irja Niiranen.

2.5. Jäsenistö

Henkilöjäsenen jäsenmaksu oli 25 €. Vuoden lopussa jäseniä oli yhdistyksessä 3457 jäsentä (vuonna 2023 oli 3667).

2.6. Jäsenetuedet

- Syöpälehti, joka ilmestyi neljä kertaa vuoden aikana.
- Potilasjäsenille maksettiin henkilökohtaisena jäsenetuna 3 euron virkistysraha/vrk sekä polikliinisen että vuodeosastolla tapahtuneen syövän hoidon ajalta. Maksukatto oli 20 vuorokautta/hlö.
- Itä-Suomen yliopiston apteekki antoi 10 %:n alennuksen käsikauppatuotteista näyttämällä syöpäyhdistyksen jäsenkorttia.
- Kylpylähotelli Kunnonpaikka tarjosi majoitusta ja hyvinvointipalveluja etuhintaan.
- HemmotteluPysäkki tarjosi etuhintaan hierontaa.
- Vuonna 2024 alueelliset syöpäyhdistykset panostivat erilaisten valtakunnallisten jäsenetujen hankkimiseen, joita tarjottiin myös Pohjois-Savon Syöpäyhdistyksen jäsenille.

2.7. Toimisto

Yhdistyksen toimisto sijaitsi Kuopiossa osoitteessa Kuninkaankatu 23.

Toimisto oli avoinna maanantaista torstaihin klo 9–15.

Aarre Kirppari ja olohuone Elona olivat avoinna ma-to klo10-15 pienen hetken alkuvuodesta. Toimitilan vesivahinko aiheutti näiden toimintojen loppumisen.

Yhdistyksessä työskentelivät:

Virpi Nissinen, sairaanhoitaja, tuki ja neuvonta

Sari Nousiainen, perhepalveluiden koordinaattori 1.8.2024 alkaen

Sari Nousiainen, järjestökoordinaattori ajalla 1.1.-31.7.2024

Minttu Aho, järjestökoordinaattori 1.8.2024 alkaen

Anne Rautiainen, hankekoordinaattori

Tuija Kojo-Silvast, taloussuunnittelija

Heidi Kolehmainen, toiminnanjohtaja

Riikka Heikkinen, asiakasneuvoja ajalla 1.1.-31.5.2024

Anne Sorsa, asiakasneuvoja ajalla 1.8.2024-31.5.2025

Yhdistyksen kanssa samoissa tiloissa oli vuokralla Omaishoitajaliitto ry, Tyttöjen talo ja Ehyt ry.

2.8. Talous

Liitteenä tuloslaskelma ja tase (sivut 21-22)

Varsinainen toiminta

Toimintatuotot

Pohjois-Savon Syöpäyhdistys r.y:n varsinaiset toimintatuotot koostuivat pääasiallisesti yleisistä ja kohdistetuista toiminta-avustuksista. Varsinaisen toiminnan sisällä tuottoja saatiin proteesien välitystoiminnasta sekä Kuninkaankadun toimitilan vuokrasta.

Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus STEAn myöntämää yleisavustusta (90.000 euroa) käytettiin yhteensä 88.610,43 euroa. Suomen Syöpäyhdistys tuki toimintaa yhteensä 108.452,46 eurolla josta 50.000,00 euroa kohdistui terveyden- ja hyvinvoinnin edistämiseen, 19.424,91 euroa saattohoidon hankkeeseen ja 16.221,19 euroa kurssitoimintaan. Loppuosa tuesta sisälsi Nikotiiniton urheilu -toimintaa 1.782,46 euroa sekä Pohjois-Savon alueen Roosa nauha -kampanjan myyntituottoja arvonnalisäverolla vähennettynä yhteensä 21.023,90 euroa.

Muut saadut avustukset sisälsivät Pohjois-Savon hyvinvointialueen Saattohoidon hankerahaa 31.000,00 euroa sekä Kuopion kaupungin myöntämän 600,00 euron 25.8.2024 pidetyn Taiteiden yö - tapahtuma-avustuksen ja Opintotoiminnan Keskusliiton avustuksen paikallisosastojen syyspäivien kustannuksiin 315,00 euroa.

Varsinainen toiminta

Toimintakulut

Henkilöstökulut

Henkilöstökulut sisälsivät viiden vakinaisen työntekijän, yhden määräaikaisen, sekä kahden osavuotisen palkkatukityöllistetyn palkat sivukuluineen.

Näiden lisäksi henkilöstökuluja (sisältäen vapaaehtoiset henkilöstökulut, kuten työterveyspalvelut ja työnohjaus) jyvitettiin rahastoille yhteensä 31.160,07 euron verran. Tästä summasta 14.406,47 euroa sisälsi toiminnanjohtajan rahastoille tekemää työtä ja 17.096,84 euroa Kaisa Mieltisen rahaston lapsiperheille suunnattua työtä.

Asiakastoiminnan kulut

Asiakastoiminnan kuluihin on kirjattu ne kulut, jotka on kohdistettu suoraan asiakastyöhön, esimerkiksi vertaistukiryhmä- ja kurssitoiminta. Rintaproteesien hankintakulut olivat 25.075,34 euroa. Jäsenetuna maksettavaa virkistysrahaa maksettiin potilasjäsenille vuoden aikana yhteensä 1.740,00 euroa ja Yhdistyksen sosiaalitoimikunnan myöntämää harkinnanvaraista tukea yhteensä 900,00 euroa. Asiakastoiminnan kuluihin on lisäksi kirjattu Varkauden alueen toimintatukiavustukset, jotka yhdistys on maksanut. Ylä-Savon alueen toimintatukiavustukset on maksettu Seija Hautakosken rahastosta.

Varaston muutos ja poistot

Varaston muutos (lisäys) liittyy rintaproteesivaraston arvoon vuoden viimeisenä päivänä. Poistot liittyvät Kuninkaankatu 12 toimitilojen remontin yhteydessä asennettuun ilmastointikoneen hankintaan. Poistossa käytetty 15 %:n menojäännöspoistoa.

Muut kulut

Matkakuluihin on kirjattu henkilöstön matkakulut sekä Varkauden alueen paikallisosaston toimijoiden koulutuspäivien matkakulut, yhteensä 12.656,79 euroa. Matkakuluja jyvitettiin myös rahastoille tehdyn työn perusteella yhteensä 1.013,07 euroa.

Yhtiövastikkeet ja vesi, sekä muut ylläpitokulut (sähkö, siivous, vartiointi ja hissihuolto) ovat Kuninkaankadun toimitilojen kustannuksia. Yhteensä toimitilan ylläpitoon kului 213.400,25 euroa, johon sisältyy poismaksettu toimitilaan kohdistunut taloyhtiövelka 100.601,96 euroa (14.596,98 toimisto ja kellarikerros 86.004,98) sekä sisäpihan remontista yhdistykselle jyvitettyt kustannukset 41.375,61 euroa (24.215,83 euroa toimisto ja 17.129,78 kellarikerros).

Toimistokulut (hallintokuluja) sisälsivät toiminnassa syntyviä, tavanomaisia IT-, posti-, puhelin-, tietoliikenne, tarvike-, neuvottelu-, ym. kuluja. Näistä suurin yksittäinen menoryhmä olivat IT-kulut 14.913,02 euroa sisältäen laite- ja ohjelmistoleasingit, ohjelmistot päivitykset ja ylläpidon, huollot ja korjaukset. Myös näistä kuluista on jyvitetty kuluja kolmelle rahastolle yhteensä 3.346,79 euroa.

Muihin kuluihin on kirjattu mm. koko Pohjois-Savon alueen myydyt Roosa nauhat 26.385,00 euroa, jotka tilitettiin Suomen Syöpäyhdistykselle ja jotka palautuivat arvonnalisäverolla vähennettynä varsinaisen toiminnan tuottoihin Syöpäsäätiön tuki -kirjanpitolille.

Varainhankinta

Tuotot

Varainhankinnan tuottoihin on kirjattu yhdistyksen jäsenmaksutuottojen 84.660,59 euroa lisäksi yksityishenkilöiden lahjoitukset 38.526,61 euroa sekä Yhdistyksen Roosanauha- arpajais-, adressi- ja korttien sekä kirpputori Aarteen myyntituotot 9.042,30 euroa. Vaikka varsinainen kirpputoritoiminta päättyi heti tammikuussa 2024 yhden toimistohuoneen vesivahinkoon, tuottoja kertyi tyhjennysmyynnistä koko vuoden ajan lopulta 1.404,36 euroa (netto).

Kulut

Varainhankinnan kuluihin kirjatut annetut lahjoitukset sisältävät Kuopion yliopistollisen sairaalan Sädesairaalan kahvi- tee ja kaakaoautomaatin tarvikekulut. Varainhankinnan muut kulut sisältävät mm. Kantolan korttituotteelta ostetut ja myyntiin menevät adressien ostokulut sekä verkkolahjoituspalvelun (ns. lahjoitusnappi) kuukausimaksun.

Sijoitus- ja rahoitustoiminta

Yhdistyksen kolmesta asunto-osakkeesta myytiin vuoden aikana kaksi ja purettiin yksi rahasto, jotta taloyhtiövelka ja sisäpihan remontti saatiin maksettua pois. Myös yhdistyksen toimitilan alakerta saatiin viimein myytyä vuoden lopussa. Vuokratuottoja asunnoista kertyi yhteensä 10.380,00 euroa ja vuokrauskuluja 8.369,88 euroa. Sijoitus-, osinko- ja korkotuottoja on kirjattu yhteensä 43.218,89 euroa ja kuluja (sijoitusten myyntitappiot ja muut kulut) 101.524,38 euroa. Sijoitus- ja rahoitustoiminta oli näin ollen 58.307,98 euroa tappiollinen.

Yleisavustukset

Kuntien avustuksissa on Kuopion maksama yleisavustus Pohjois-Savon Syöpäyhdistykselle 4.000,00 euroa.

Tilikauden tulos oli alijäämäinen -295 807,56 € ja taseen loppusumma 4 182 010,80 €

3. HYVÄ ELÄMÄ SYÖVÄSTÄ HUOLIMATTA - PSYKOSOSIAALISEN TUEN PALVELUT

3. Hyvä elämä syövästä huolimatta – psykososiaalisen tuen palvelut

Syöpään sairastuminen sekä itse sairastuneelle että läheiselle herättää paljon tunteita, ajatuksia, pelkoja, kysymyksiä sairauden aikana ja sen jälkeen. Yhdistyksen sairaanhoitaja tarjosi mahdollisuuden olla näiden ajatusten ja tunteiden äärellä. Tukea tarjottiin sairastumisen diagnoosivaiheesta saattohoidon vaiheeseen saakka ja läheisensä menettäneille. Hyvin tärkeää oli läsnäolo, ajan antaminen, kyky kohdata kaikenlaisia tunteita ja myötäelää asiakkaan kokemusta. Asiakkaiden kohtaamiset olivat ainutkertaisia ja heidät kohdattiin yksilöinä. Heidän omia näkemyksiään ja elämäntilannetta kunnioitettiin. Keskustelun kautta asiakas sai akuutisti apua hätäänsä, yleistä tietoa sairaudesta ja yhdistyksen muista palveluista. Keskustelun aikana käytiin läpi asiakkaan elämäntilanne, kartoitettiin sosiaalisia suhteita ja keskusteltiin niistä avoimesti sekä annettiin mahdollisuus uuteen tapaamiseen. Tarvittaessa asiakas ohjattiin muun avun piiriin. Sairaanhoitaja kohtasi asiakkaita yhdistyksen toimistolla, sairaalassa, puhelimitse, sähköpostilla, verkossa, ryhmissä, kursseilla, erilaisissa infotilaisuuksissa, tapahtumissa ja ensitiedon päivillä.

Keväällä aloitettiin sädesairaalan kanssa yhteistyössä päivystysvastaanotto KYSin sädesairaalassa. Yhdistyksen sairaanhoitaja oli läsnä ja saatavilla kerran viikossa sädesairaalassa, missä asiakkaat odottavat hoitoihin tai lääkärin/sairaanhoitajan vastaanotolle. Käyntien yhteydessä annettiin psykososiaalista tukea ja kerrottiin yhdistyksen palveluista. Toiminta koettiin hyvänä sekä asiakkaiden että hoitohenkilökunnan puolesta. Tätä toimintaa on tarkoitus jatkaa seuraavanakin vuonna.

Kohtaamisia asiakkaiden kanssa oli yhteensä 598 (571) sekä 716 (444) eri tapahtumissa ja luennoilla. Suluissa olevat luvut kertovat vuodesta 2023.

Yhdistyksen sairaanhoitaja sovitti ja välitti rintaproteeseja rintasyöpään sairastuneille. Ensiroteesin hakija sai maksusitoumuksen sairaalasta ja jatkossa omasta terveyskeskuksesta. Rintaproteesiasiakasta tuettiin ja neuvottiin asiakaskäynnillä, jotta hän sai apua uuden tilanteen hyväksymiseen ja voimavaroja jatkaa eteenpäin. Kysyttiin miten läheiset voivat ja onko heillä tarvetta keskustella ammattilaisen kanssa. Samalla kerrottiin yhdistyksen palveluista – vertaistukijoista, ryhmistä sekä erilaisista tapahtumista.

Jatkokäynneillä keskusteltiin myös kuulumisista ja kerrottiin kurssivaihtoehtoista. Käynnin yhteydessä kiinnitettiin huomiota myös mahdollisiin käden turvotusongelmiin sekä muihin elämän mahdollisiin haasteisiin – asiakas huomioitiin jokaisen käynnin yhteydessä kokonaisvaltaisesti.

Rintaproteeseja välitettiin 144 (157) naiselle.

3.1. Vertaisryhmät

Syöpään sairastuneille ja heidän läheisilleen järjestettiin vertaisryhmiä eri puolilla Pohjois-Savoa. Vertaisryhmät kokosivat yhteen samankaltaisessa tilanteessa olevia. Ryhmissä tärkeimmät elementit olivat jakaminen ja kuunteleminen. Teemoja oli sairauteen liittyvistä asioista, mutta positiivisuus ja elämänmyönteisyys korostuivat. Erilaisten toiminnallisten harjoitteiden kautta pohdittiin ilon ja kiitollisuuden aiheita sekä voimavaroja tuottavia asioita. Vertaistuen mahdollistaminen ryhmissä oli erittäin tärkeää – kukaan muu kuin vertainen ei voi tuntea ja kokea samoin kuin toinen vertainen. Ryhmissä annettiin mahdollisuus puhua, kuunnella, tai olla vain hiljaa, kaikki tunteet olivat sallittuja. Ammatilainen tai koulutettu ryhmänohjaaja oli tärkeässä roolissa, koska hän pystyi vastaanottamaan vaikeita kokemuksia, tukemaan ryhmäläisiä ja ylläpitämään toivon näkökulmaa. Yhdistyksen sairaanhoitaja koordinoi kaikkia ryhmiä ja tuki ryhmien ohjaajien jaksamista tarjoamalla toiminnanohjausta, jatkokoulutusta ja virkistystä.

Yhteistyötä Savonia-ammattikorkeakoulun kanssa jatkettiin. Opiskelijat suunnittelivat liikkumiseen liittyviä teemailtoja syöpään sairastuneille. Fysioterapeuttien teemaillat toteutuivat ja kävijöiden palautteet olivat hyviä. Osallistujat saivat vinkkejä eri liikuntamuodoista, mitä voivat soveltaa omassa elämässään. Opiskelijat saivat kokemusta syöpään sairastuneen ja hänen läheisensä kohtaamisesta. Hyvinvoinnin teemailla toteutui yhdessä koulutetun vertaistukijan kanssa. Aiheena hyvinvointiin liittyvä toiminnallinen kokonaisuus. Palaute teemaillasta oli loistava, se koettiin sekä tiedollisesti että vertaistuellisesti erittäin antoisina.

Harrasteryhmissä vahvistetaan yhteisöllisyyttä ja osallisuutta. Vertaisuuden lisäksi osallistujat saivat keskustelujen lomassa osallistua erilaisiin toiminnallisiin toimintoihin esim. kirjallisuuteen, käsitöihin, askarteluun, tanssiin ja boccian pelaamiseen. Harrasteryhmissä ei ollut ketään tiettyä ohjaaja, vaan jokainen tuki toinen toistaan, toivat omia ideoitaan ja ajatuksiaan hyvinvoinnin saamiseen ja edistämiseen. Kävijämäärät ja palautteet olivat hyviä. Ryhmien toivottiin jatkuvan. Oli hienoa huomata, miten aktiivisesti, innokkaasti ja omatoimisesti ryhmät toimivat. Ryhmiä koordinoi ja tuki yhdistyksen sairaanhoitaja.

Vuonna 2024 kokoontuivat seuraavat vertaisryhmät:

Kuopiossa

- Äijäryhmä kokoontui 8 kertaa ja kävijöitä 64
- Kahvila 23 kokoontui 6 kertaa ja kävijöitä 44
- Kroonista syöpää sairastaville kokoontui 8 kertaa ja kävijöitä 41
- Suu- ja kurkkusyöpää sairastaneille kokoontui 9 kertaa ja kävijöitä 57
- Teemaillat sairastuneille ja läheisille kokoontui 1 kertaa ja kävijöitä 11
- Ravitsemusryhmä sairastuneille ja läheisille kokoontui 5 kertaa ja kävijöitä 50
- Läheinen pidäthän itsestäsikin huolta kokoontui 6 kertaa ja kävijöitä 28
- Läheinen tämä hetki on sinulle kokoontui 4 kertaa ja kävijöitä 20
- Kässäkerho sairastuneille ja läheisille kokoontui 20 kertaa ja kävijöitä 30
- Kirjallisuuspiiri sairastuneille ja läheisille kokoontui 20 kertaa ja kävijöitä 92
- Boccia sairastuneille ja läheisille kokoontui 28 kertaa ja kävijöitä 167
- Tanssahdellen ryhmä sairastuneille ja läheisille kokoontui 14 kertaa ja kävijöitä 96

Siilinjärvellä

- Syöpään sairastuneille naisille kokoontui 11 kertaa ja kävijöitä 75

Iisalmessa

- Syöpään sairastuneille naisille kokoontui 8 kertaa ja kävijöitä 67

Leppävirralla

- Syöpään sairastuneille kokoontui 11 kertaa ja kävijöitä 69

Keiteleellä

- Syöpään sairastuneille/läheisille naisille ja miehille kokoontui 22 kertaa ja kävijöitä 198

3.2. Kurssit

Yhdistys toteutti kursseja, jotka pidettiin Kunnonpaikassa Vuorelassa ja yhdistyksen toimistolla. Yksi kurseista toteutettiin yhteistyössä toisen jäsenjärjestön kanssa. Kurssien tavoitteena oli ylläpitää ja edistää syöpään sairastuneiden ja heidän läheisten terveyttä, toiminta- ja työkykyä sekä vahvistaa arjessa selviytymistä ja sopeutumista sairauden vuoksi muuttuneessa elämäntilanteessa. Kurseilla hyödynnettiin toiminnallisia- ja terapeuttisia menetelmiä. Vertaistuen mahdollistuminen oli hyvin tärkeää.

Kaikki kurssit toteutuivat. Kurseilta saatu palaute oli hyvää ja yhteistyökurssi Coloreksen kanssa toimi erittäin hyvin.

Vuodelle 2024 haetut kurssit olivat:

- Voimaa luonnosta ja taiteesta kurssille osallistui 6
- Yhteyttä kehoon-yhteyttä itseen kurssille osallistui 7
- Gynekologisten syöpäpotilaiden yksilökurssille osallistui 10
- Suolistosyövän sairastaneiden yksilökurssille yhteistyössä Suolistosyöpä Coloreksen kanssa osallistui 10

3.3. Tukihenkilötoiminta

Yhdistyksessä toimii vapaaehtoisia vertaistukijoita sekä saattohoidon vapaaehtoisia tukihenkilöitä. Vertaistukija on itse sairastanut syövän tai hän on syöpään sairastuneen läheinen. Saattohoidon vapaaehtoisena tukihenkilönä voi toimia kuka tahansa sopivaksi katsottu henkilö, jolla on halu olla sairastuneen tukena elämän loppuvaiheessa.

Kaikki vapaaehtoiset tukihenkilöt käyvät tukihenkilökoulutuksen ja sitoutuvat samalla toiminnan periaatteisiin, sääntöihin ja arvoihin. Yksi toiminnan tärkeimmistä periaatteista on se, että syöpään sairastunut tai hänen läheisensä voi keskustella tukihenkilön kanssa luottamuksellisesti. Jokaisen koulutetun tukihenkilön kanssa on tehty tukihenkilösopimus, joka sisältää vaitiolositoumuksen.

Koordinaattori piti yhteyttä tukihenkilöihin ja tukihenkilöllä oli mahdollisuus olla yhteydessä, milloin vain se itsestä hyvältä tuntui. Vapaaehtoisista tukihenkilöistä pidettiin hyvää huolta järjestämällä toiminnanohjausta, täydennyskoulutusta ja pientä virkistystä säännöllisesti pitkin vuotta. Haluttiin, että tukihenkilö tunsu olonsa merkitykselliseksi ja turvalliseksi toiminnassaan.

3.3.1. Vertaistukija

Syöpään sairastunut voi saada tuekseen vertaistukijan, joka on itse sairastanut syövän, sairastaa syöpää tai on sairastuneen läheinen. Vertaistukijana voi olla myös läheisensä syöpään menettänyt. He ovat koulutuksen läpikäyneitä ja vaitiolositoumuksen tehneitä.

Toiminnan ammatillinen koordinointi mahdollisti tukisuhteen luomisen nopeasti. Tärkeää oli, että koordinaattori tuntee koulutetut tukihenkilöt, jotta osasi yhdistää tukihenkilön ja tuettavan keskenään. Koordinaattori huolehti tukihenkilöiden jaksamisesta järjestämällä toiminnanohjausta, lisäkoulutusta ja virkistystä.

Vertaistukijoita oli mukana toiminnassa 13. Heillä oli 75 tuettavaa ja kohtaamisia oli yhteensä 581. Kohtaamiset tapahtuivat puhelimitse, kasvotusten ja sairaalassa.

Vertaistukijakoulutus ei toteutunut syksyllä 2024, koska hakijoita koulutukseen ei ollut. Toiminnassa oleviin vertaistukijoihin oltiin yhteydessä ja kyseltiin heidän ajatuksiansa olla mukana toiminnassa. Osa jäi toiminnasta pois ja osalle löytyi muuta vapaaehtoistoimintaa.

3.3.2. Saattohoidon tukihenkilö

Saattohoidon tukihenkilötoiminta on yksi matalan kynnyksen psykososiaalisen tuen muoto niin sairastuneille kuin läheisillekin. Vapaaehtoiset tukihenkilöt ovat sairastuneen tai hänen läheistensä tukena jo sairauden palliatiivisen hoidon aikana. Vapaaehtoiset toimivat Kuopiossa, Iisalmessa ja Varkaudessa. Vapaaehtoiset toimivat Kuopiossa pääasiassa saattohoidon tukiyksikkö Lehtola-kodissa sekä tarvittaessa tuettavan kotona. Iisalmessa ja Varkaudessa vapaaehtoiset tukihenkilöt toimivat osastopalveluissa sekä heidät voitiin kutsua myös tuettavan kotiin. Toimintaa on laajennettu ulottumaan myös asumispalveluyksiköihin Ylä-Savossa. Yhteistyö terveydenhuollon kanssa oli Pohjois-Savon alueella erittäin tärkeää, jotta saattohoidon vapaaehtoistoiminta tuli tutuksi sekä terveydenhuollon henkilöstölle että kohderyhmälle, jotka hyötyivät palvelusta.

Syöpäyhdistys yhdessä Pohjois-Savon hyvinvointialueen kanssa (Ikääntyneiden palvelut, Perus – ja Osastopalvelut, Syöpäkeskus/Palliatiivinen poliklinikka) käynnistivät saattohoidon vapaaehtoistoiminnan kehittämishankkeen vuosille 2023–2025. Vuonna 2024 vapaaehtoistoiminta käynnistettiin Varkaudessa ja lähialueilla ja tehtävään koulutettiin 9 vapaaehtoista.

Vuonna 2024 vapaaehtoiset ovat olleet niin syöpään sairastuneiden kuin heidän läheistensä tukena. Tilastointiin perustuvien tietojen mukaan vapaaehtoiset kohtasivat vuoden aikana sairastuneita yhteensä 163 kertaa sekä ja läheisiä 56 kertaa. Toimintayksiköiden henkilökunnalle järjestettiin yhteensä kuusi infotilaisuutta saattohoidon vapaaehtoistoiminnasta, lisäksi järjestettiin infotilaisuus vapaaehtoistoiminnasta opiskelijoille. Säännölliset infot vapaaehtoistoiminnasta olivat äärimmäisen tärkeitä, sillä ne tarjosivat olennaista tietoa saattohoidon vapaaehtoistoiminnasta ja edistivät yhteistyötä toimintayksiköiden ja vapaaehtoisten välillä. Vapaaehtoisia ja ammattilaisia kohdattiin yhteensä 229 kertaa. Kun tuettavien kohtaamiset sekä hankekoordinaattorin järjestämät vapaaehtoisten ja ammattilaisten kohtaamiset lasketaan yhteen, kohtaamisia oli ollut yhteensä 448.

Sosiaalinen media oli keskeinen kanava tavoittaa kohderyhmiä ja ohjata heitä tukihenkilötoiminnan palveluiden äärelle. Tukihenkilötoiminnan kohdalla palliatiivisessa ja saattohoidossa some-viestinnällä oli tärkeä rooli, koska aihepiiri oli monille vielä tuntematon, ja kynnys jaksaa etsiä tietoa saattoi olla korkea. Hyvin toteutetulla some-viestinnällä voitiin madaltaa tätä kynnystä, lisätä tietoisuutta palveluista ja tarjota helposti saavutettavia väyliä hakeutua tuen piiriin. Sosiaalisessa mediassa (Facebook, yhdistyksen kotisivut, Instagram) jaettiin tietoa tukihenkilötoiminnasta palliatiivisessa ja saattohoidossa säännöllisin väliajoin. Tehtiin Reels-video, jonka myös Pohjois-Savon hyvinvointialue jakoi tarinoissaan omalla IG-tilillään. Tarinaa oli katsottu yhdistyksen somessa yhteensä lähes 2000 kertaa.

Vapaaehtoisten aktiivinen osallistuminen osastoilla, asumispalveluyksiköissä ja tuettavien kodeissa toi arvokasta lisätukea sairastuneille ja heidän läheisilleen, erityisesti niissä tilanteissa, joissa ammatillisten resurssien rinnalle tarvittiin inhimillistä läsnäoloa ja rinnalla kulkemista. Toiminnan monipuolisuus — esimerkiksi vierailut osastoilla, tuki kotona ja asumispalveluyksiköissä — vastasi hyvin erilaisiin tarpeisiin. Samalla vapaaehtoisten määrä ja heidän laaja sitoutumisensa eri alueilla viittasi siihen, että hanke oli onnistunut paitsi rekrytoimaan myös motivoimaan vapaaehtoisia. Saattohoidon vapaaehtoistoiminta oli merkityksellistä ja tarkkaan kohdennettua, ja iloksemme meillä oli riittävästi sitoutuneita vapaaehtoisia mukana sekä jatkuvasti uusia kiinnostuneita, mikä turvaa toiminnan jatkuvuuden ja laadukkaan tuen tarjoamisen.

3.4. Perhepalvelut

Koko perheen arki muuttuu, kun lapsiperheen vanhempi tai lapsi sairastuu syöpään. Äidin, isän tai lapsen syöpään sairastuminen herättää huolta ja monenlaisia mietteitä myös lapsissa. Monet vanhemmat kaipaavat tukea syöpään sairastumisen käsittelyyn itselleen ja perheen kesken.

Syöpäyhdistyksen tarjoamien palvelujen tavoitteena oli hyvinvoiva perhe syövästä huolimatta. Palveluilla tuettiin perheiden selviytymistä arjesta sekä ylläpidettiin ja edistettiin koko perheen fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista hyvinvointia.

Perheille suunnattua tukea ja tapahtumia järjestettiin vuonna 2024 seuraavasti:

- Keskustelutukea sairastumisen ja kuormittavan elämäntilanteen käsittelyyn 23 kertaa.
- Sylvan tuolitapahtuma, joka järjestettiin ensimmäistä kertaa Kauppakeskus Matkuksessa. Kansainvälistä lasten syövän päivää vietetään 15.2., jolloin järjestetään tuolitapahtumia ympäri Suomen yhdessä paikallisten syöpäyhdistysten kanssa. Tapahtumassa asetettiin tuolit edustamaan niitä lapsia ja nuoria, jotka olivat edeltävän vuoden aikana sairastuneet tai menehtyneet syöpään. Tuolit olivat esillä Matkuksessa viikonlopun ajan. Pohjois-Savon Syöpäyhdistys oli pitämässä tapahtumapöytää, jolla viestittiin lasten syövän päivästä. Tapahtumassa tavoitettiin noin 100 henkilöä.
- ”Nuori elämä tauolla” - hyväntekeväisyysliigaottelu järjestettiin yhteistyössä Sylvan ja Kalpan kanssa helmikuussa. Perheitä oli mukana 3 ja lipaskerääjiä vapaaehtoisina 9. Illassa myytiin Kultanauhoja, järjestettiin lipaskeräys ja tapahtumapisteellä esiteltiin nikotiinitonta urheilumallia. Jäähalliin mahtui noin 5300 katsojaa.
- Perheille tarjottiin pizzat KYS lasten veri- ja syöpätautien osastolla neljä kertaa vuoden aikana yhteensä 53 perheelle.
- Erityinen sisarus – sisaren huomioiminen ja tukeminen. Järjestettiin vertaistuellinen luentoilta perheille, osallistujia 12. Yhteistyössä KYS vertaistuki-iltamat verkoston kanssa.
- IPK-jääkiekkoseura järjesti hyväntekeväisyysottelun syöpäteemalla marraskuussa. Illan aikana pelaajien erikoispainetut pelipaidat olivat myytävissä, joiden tuotto ohjattiin syöpään sairastuneiden lasten- ja nuorten hyväksi Pohjois-Savon Syöpäyhdistykselle. Pelipaitoja myytiin 4300 € edestä. Illan aikana myytiin myös Kultanauhoja noin 125 kpl. Jäähallissa oli illan aikana noin 1300 katsojaa.
- Juho-Pekka Salorannan muistorahasto tarjosi KYS lasten veri- ja syöpätautien osaston lapsille ja nuorille 30kpl joulukalentereita.
- Juho-Pekka Salorannan muistorahaston järjesti joulupuuro tapahtuman KYSin lasten veri- ja syöpätautien osaston lapsille, perheille ja hoitajille, yhteensä 50 osallistujaa.

Lisäksi tehtiin terveydenedistämistyötä:

Auringolta suojautumista ohjattiin yhteensä

- perheille, joihin osallistui 54 henkilöä
- kolmelle ammattikorkeakouluopiskelijalle
- ammattikorkeakouluopiskelijoiden ohjaamina noin 300 koululaiselle kuopiolaisessa alakoulussa

3.5. Yhteistyö Hyvinvointialueen SOTE-palveluiden ja oppilaitosten kanssa

Yhteistyö jatkui Kuopion yliopistollisen sairaalan syöpäosaston, sädesairaalan, kirurgian, naistentautien, hematologian, korva-, nenä- ja kurkkutautien, keuhkosairauksien, suu- ja leukakirurgian osastojen ja poliklinikkojen sekä lasten veri- ja syöpätautien yksiköiden kanssa. Yhteydenotot tehtiin sähköpostin ja puhelimen välityksellä. Yhdistyksen sairaanhoitaja kävi pitämässä osastotunteja osastoilla, missä syöpäpotilaita hoidetaan. Tapasi säännöllisin väliajoin kuntoutusohjaajaa puhelimitse ja kasvotusten.

Potilaiden ja läheisten tukimuotojen kehittämisen vuoksi yhteistyö KYSin kuntoutusohjaajan, sosiaalityöntekijöiden ja muiden yhdyshenkilöiden kanssa oli hyvin tärkeää. Heidän kautta asiakkaita ohjautui palveluihimme, ja sairaalassa oltiin tietoisia toiminnastamme. Sairaalaan perustettu syöpähoitajaverkosto oli myös hyvin tärkeä yhteistyökumppani yhdistyksen toiminnan välittäjinä potilaille ja läheisille.

Oppilaitosten kanssa tehtiin yhteistyötä niin, että kerrottiin opiskelijoille yleistä syöpätaudeista, syöpäpotilaan kohtaamisesta sekä yhdistyksen tarjoamista palveluista ja muista toiminnoista. Heidän kauttansa saatiin opiskelijoita suunnittelemaan ryhmien teemoja ja tekemään opinnäytetöitä. Yhdistys toimi puheenjohtajana Syöpäsairaalan hyvinvointia edistävässä työryhmässä, jossa on jäseniä Savonia-ammattikorkeakoulun sotepuolen opettajista, Suomen Syöpäyhdistyksen terveyden edistämisen päällikkö ja Itäisen Syöpäkeskuksen kehittämiskoordinaattori. Tavoitteena oli löytää keinoja, jolla/joilla edistettiin syöpäpotilaan hyvinvointia Kuopion yliopistollisessa sairaalassa ja sairastumisen jälkeen syöpäkuntoutuksessa huomioiden Fican potilaanpolku.

Itä-Suomen yliopiston ravitsemustieteen opiskelijoiden kanssa toteutettiin yhteistyössä ravitsemusryhmä, jossa käsiteltiin mm. seuraavia aiheita: arjessa jaksaminen, syöminen taito ja tietoinen syöminen, elintarviketuntemus, ravitsemusterapeutin kyselytunti ja kokkailukerta terveellisillä tuotteilla.

Vuonna 2024 jatkettiin verkostotapaamisella hyvinvointialueen julkisen sektorin sosiaali- ja terveyspalveluiden yhteistyötä. Yhdistyksen palveluita linkitettiin sosiaali- ja terveysalan palvelupolulle, jota kautta syöpään sairastuneet ja läheiset ohjautuivat saamaan palveluita. Yhdistys järjesti yhteistyössä Fican Eastin ja hyvinvointialueen kanssa Psykososiaalisen tuen eri palvelut ja toimijat koulutuksen (verkostotapaamisen) peruspalveluiden ja erikoissairaanhoidon sotealan ammattilaisille, mikä lisäsi heidän tietoaan syöpäsairauksista, psykososiaalisesta tuesta ja vertaistuen merkityksestä. Kuulijoita oli hyvin paikan päällä ja etänä. Koulutuksesta saatu palaute oli erittäin hyvää ja annettiin hyviä aiheita seuraavan vuoden koulutukseen. Tämä koulutuskokonaisuus tullaan toteuttamaan jatkossakin. Fican Eastin kanssa tehtiin yhteistyötä syöpään sairastuneiden ensitiedon päivissä ja asiakasraatitoiminnassa.

4. SYÖVÄN EHKÄISY JA TERVEYDEN EDISTÄMINEN

Yhdistys osallistuu laaja-alaisesti Pohjois-Savon alueella terveyden ja hyvinvoinnin edistämisen yhteistyöryhmiin ja -hankkeisiin. Yhteistyötä tehtiin mm. Suomen Syöpäyhdistyksen, Fican East Syöpäkeskuksen, hyvinvointialueen SOTE-palveluiden ja HYTE – ja osallisuus palvelualueen, kuntien, kaupunkien, oppilaitosten ja yhdistysten kanssa.

4.1. Nikotiinittomuuden edistäminen

Vuonna 2024 koulutettiin Savon Sydänpäivä ja Fillha ry:n kanssa hyvinvointialueen sotealan ammattilaisia motivoivaan keskusteluun 28 päivää ilman tupakasta vieroituspalvelun ohjaajakoulutuksessa. Pidettiin Siilinjärven ala- ja yläkoulun oppilaiden vanhemmille hybridi vanhempainilta tupakkatuotteisiin liittyvistä ilmiöistä ja puheeksi otosta yhteistyössä Siilinjärven kunnan ja Ehyt ry:n kanssa.

4.2. Nikotiiniton urheilu -toimintamalli

Nuuskaton Urheilu-toimintamalli muuttui Nikotiiniton urheilu -toimintamalliksi alkuvuonna 2024 uusien nikotiinituotteiden kuten sähkösavukkeiden ja nikotiinipussien yleistymisen myötä. Toimintamallia jalkautettiin Pohjois-Savolaisiin urheiluseuroihin yhteistyössä Ehyt Ry:n ja Syöpäjärjestöjen kanssa myös vuonna 2024.

Vuonna 2024 oltiin yhteydessä urheiluseuroihin ja tarjottiin tukea ja apua nikotiinittomuuden edistämiseksi urheiluseuroissa. Lisäksi oltiin näkyvillä sosiaalisessa mediassa säännöllisesti. Lapsia ja nuoria sekä seuratoiminnassa olevia aikuisia kohdattiin urheiluseurojen tapahtumissa. Tapahtumissa oli toiminnallisia pisteitä, esimerkiksi nikotiinimyytit -tietotesti, heitä nuuska roskiin- heittopeli ja onnenpyörä, jossa osallistujilla oli mahdollisuus vastata tietovisakysymyksiin. Tapahtumissa kohderyhmä sai tietoa nikotiinin haitoista urheilussa sekä miten nikotiinituotteet otettaisiin puheeksi.

- Tammikuussa 2024 järjestettiin webinaari nikotiinin haittavaikutuksista urheiluun urheiluseuratoimijoille yhteistyössä Syöpäjärjestöjen ja Ehyt ry:n kanssa, joka tavoitti ainakin 13 kuulijaa.
- Helmikuussa oltiin jääkiekkoseura Kalpan pelissä tavoittamassa lapsia ja nuoria edistäen nikotiinittomuutta. Tapahtumassa kohdattiin noin 80 henkilöä.
- Elokuussa jalkauduttiin KuPS-junioreiden järjestämään jalkapalloturnaus Kuopio Cupiin. Tapahtumassa tavoitettiin yhteensä n. 350 ihmistä. Lue lisää: <https://fressisedu.fi/2024/08/07/nikotiinitonta-urheilua-ja-ehkaisevaa-paihdeyotä-kuopio-cupissa/>
- Nikotiiniton urheilu -toimintamalli oli näkyvillä Ehyt ry:n lämmin vanhemmuus -hankkeen järjestämissä aikuisille suunnatussa vanhempainillassa "Turvallisesti kohti kesää" ja "Ilta teinien vanhemmille". Tapahtumissa kohdattiin noin 80 henkilöä. Osallistuttiin Ehyt ry:n lämmin vanhemmuus -hankkeen somekampanjaan marraskuussa 2024 ja nikotiiniton urheilu -toimintamalli -julkaisuilla oli Instagramissa yhteensä 2385 ja Facebookissa 79 näyttökertaa.

Viestintämateriaalia tuotettiin nikotiinittomuuden edistämiseksi urheiluseuroille, jota he pystyivät hyödyntää niissä omissa somekanavissaan. Jalkapalloseura KuPS Juniorit ry järjesti omilla somekanavillaan kampanjan nikotiinittomuuden edistämiseksi omassa seurassaan ja myös Puijo Wolley Juniorit hyödynsi viestintämateriaalia omissa somekanavissaan.

4.3. Seulontojen osallistumisaktiivisuuden lisääminen

Pohjois-Savossa osallistuttiin heikoimmin kohdunkaulansyövän seulontoihin Suomen muihin maakuntiin nähden kuten Suomen syöpärekisterin Kohdunkaulasyövän seulontaohjelman vuosikatsauksessa 2022 ilmenee. Pohjois-Savossa ikävakioitu osallistumisaktiivisuus oli 65,9 prosenttia, kun se koko valtakunnassa oli 71,8 prosenttia.

Yhteistyötä jatkettiin Pohjois-Savon hyvinvointialueen perusterveydenhuollonyksikön kanssa kohdunkaulansyövän seulonnan osallistumisaktiivisuuden lisäämiseksi Pohjois-Savon kunnissa. Kuuluttiin Pohjois-Savon seksuaaliterveydenedistämisen työryhmään, joka aktiivisesti tuki seulonnan tehostamista alueella.

4.4. Syövän ennaltaehkäisyä lasten parissa

Lasten suojaaminen auringolta on tärkeää. Lapset oleskelevat paljon ulkona; koko elämänaikaisesta UV-annoksesta saadaan noin 25 prosenttia 19 ikävuoteen mennessä. Aurinkosuojausneuvontaa tehtiin yhteistyössä Savonia-ammattikorkeakoulun kanssa Pohjois-Savon alueen alakoululle. Yhteistyötä tehtiin tiedottamisesta kuntiin hyvinvointialueen HYTE – ja osallisuus palvelualueen kanssa. Viestinnässä ohjeistettiin, miten lasten kanssa voi edistää aurinkosuojautumista. Lapsille kannattaa opettaa auringolta suojautuminen jo pienenä niin, että varjossa oleskelusta, peittävästä vaatuksesta ja aurinkolaseista sekä aurinkorasvan levittämisestä tulee normaali tapa. Lapsia voidaan ohjata esimerkiksi näyttämällä video ja ohjeistamalla itserasvausta [julistekollaasin](#) avulla, jonka voi tilata maksuttomasti Syöpäjärjestöltä. Vanhemmille on saatavissa jaettavaksi myös opas [Auringossa terveellisesti pieni opas vanhemmille](#).

4.5. Periytyvyysneuvonta

Perinnöllisen syövän riskin ohjausta ja neuvontaa annettiin periytyvyysneuvonnassa. Neuvonnan tavoitteena oli vähentää sairastumiseen liittyvää huolta sekä antaa tietoa syövästä ja syövän perinnöllisyydestä. Yhteistyötä tehtiin Suomen Syöpäyhdistyksen perinnöllisyyslääkärin ja KYS:n kliinisen genetiikan yksikön kanssa. Periytyvyysneuvonnan asiakkaita kohdattiin 5.

5. ILOA VAPAAEHTOISUUDESTA

Yhdistyksen vapaaehtoisten avulla pystyttiin auttamaan syöpään sairastuneita ja heidän läheisiään. Vapaaehtoisia toimi erilaisissa tehtävissä ja jokainen toimi omien voimavarojensa ja kykyjensä mukaan. Järjestökoordinaattori ohjasi ja tuki vapaaehtoisia tehtävässään, järjesti koulutusta ja virkistystoimintaa.

5.1. Vapaaehtoiset erilaisissa tehtävissä

Ilonat on vapaaehtoisten ryhmä, jonka tarkoituksena oli levittää tietoa yhdistyksen työstä ja koota varoja yhdistyksen toimintaan. Toimikuntaan kuului 13 vapaaehtoista. Toimikunta järjesti hyväntekeväisyystanssit Ilves-kasinolla toukokuussa. Ilves-kasinolla oli illan aikana paikalla 500 henkilöä. Ilonan jäseniä osallistui myös Roosa nauha -päivän muotinäytökseen sekä Roosa nauhojen ja rannekkeiden myyntiin.

Tapahtuma-avustajat olivat keikkaluontoisesti toimivia vapaaehtoisia, jotka toimivat tarpeellisina lisäkäsinä ja työntekijöiden pareina erilaisten tilaisuuksien sekä tapahtumien järjestämisessä.

Tapahtumia, joissa vapaaehtoiset toimivat:

- "Nuori elämä tauolla" - hyväntekeväisyysliigaottelu 8.2.
- Lasten syöprien -tuolitapahtuma Matkuksessa 17.2.
- Hyvvee olloo -tapahtuma yhdistyksellä 23.8.
- Opiskelijoiden yhdistysapprot, tapahtumapiste yhdistyksellä 2.10.
- Roosa nauha -tapahtuma Matkuksessa la 5.10.
- Sidosryhmien joulupuurotilaisuus 8.12

Aarre kirpparin vapaaehtoiset

Kirpparin 13 vapaaehtoista toimivat yhdistyksen kirpparilla aukioloaikojen puitteissa. Kirppari sulki ovensa alkuvuodesta ja myyntipäiviä järjestettiin tämän jälkeen muutamia POP-UP teemalla. Vapaaehtoiset olivat suuressa roolissa, kun tiloja tyhjennettiin. Vapaaehtoisille järjestettiin keväällä kiitostilaisuus menneistä vuosista.

Kokemustoimijat

Keväällä koulutettiin 3 kokemustoimijaa yhteistyössä Suomen Syöpäyhdistyksen kanssa. He toimivat muissakin vapaaehtoistehtävissä yhdistyksellä. Kokemustoimijan tehtävä on ymmärryksen ja tiedon lisääminen eri alojen ammattilaisille ja opiskelijoille sekä suurelle yleisölle. He osallistuivat eri tapahtumiin, koulutuksiin, kirjoittivat blogia, antoivat radiohaastattelun ja olivat kehittämässä yhdistyksen asiakaspolkuja. Palaute heistä on ollut hyvää ja he ovat itse kokeneet tämän uuden vapaaehtoistehtävän tärkeänä ja merkityksellisenä. Yhdistyksen sairaanhoitaja koordinoi heidän toimintaansa.

5.2. Paikallisosastojen toiminta

Paikallisosastot toimivat 19 paikkakunnalla: Iisalmi, Juankoski, Kaavi, Keitele, Kiuruvesi, Kuopio, Leppävirta, Nilsia, Pielavesi. Rautavaara, Siilinjärvi, Sonkajärvi, Suonenjoki, Tuusniemi, Varkaus, Varpaisjärvi, Vehmersalmi, Vesanto ja Vieremä. Pielaveden paikallisosaston syyskokouksessa päätettiin Pielaveden paikallisosaston lakkauttamisesta vuoden 2024 loppuun.

Paikallisosastotoiminnan vapaaehtoisilla on omakohtaista kokemusta syöpään sairastumisesta tai he ovat sairastuneen läheisiä. Osallistumalla toimintaan he tapasivat muita saman kokeneita ja kokivat yhteisöllisyyttä ja saivat mm. vertaistukea.

Vapaaehtoisilla oli toimikunnissa useita eri tehtäviä kuten esimerkiksi puheenjohtaja, sihteeri, taloudenhoitaja, Roosa nauha -myyjä tai retkien- ja/tai kerhon järjestäjä. Paikallisosastoissa toimi yhteensä 160 vapaaehtoista.

Paikallisosastot järjestivät virkistystoimintaa, kuten kerhoja, liikuntaa, luentoja ja retkiä, joissa syöpään sairastuneet ja heidän läheisensä pääsivät tapaamaan toisiaan. Toimintaa rahoitettiin esimerkiksi Roosa nauha - ja adressimyyynnillä sekä järjestämällä myyjäisiä ja arvontaa.

Paikallisosastojen vapaaehtoisten koulutuspäivää vietettiin 9.4.2024 Kuopiossa yhdistyksen toimistolla. Osallistujia oli 56.

Syksyn virkistys- ja koulutuspäivät vietettiin 13.-14.9.2024 Leppävirralla Vesileppiksessä. Osallistujia oli 40.

Paikallisosastojen järjestämiä kerhoja ja toimikunnan kokouksia oli yhteensä 521 kertaa, joissa osallistujia oli 4881.

Paikallisosastojen järjestämiä tapahtumia, kuten retkiä, luentoja, teatterimatkoja ja toritapahtumia, oli yhteensä 114, joissa osallistujia oli 3387.

6. TALOUDELLISTA TUKEA SYÖPÄÄN SAIRASTUNEILLE

6.1. Syöpää sairastavien lasten perheille

Pohjoissavolaiset perheet saivat avustusta lapsen syöpäsairaudesta aiheutuneisiin kustannuksiin Juho-Pekka Salorannan muistorahastosta. Avustukset myönsi rahaston hoitokunta hakemuksien perusteella.

Syöpään sairastuneiden lasten perheitä avustettiin seuraavasti:

- sairaalahoito- ja poliklinikkamaksut 1 774,20 €
- matka-avustukset 2 918,66 €
- pysäköinti 1 732,90 €
- siirtoavustus 0 €
- hautausavustukset 0 €
- muut avustukset 4 031,55 €

Lisäksi rahasto avusti KYSin Lasten ja nuorten syöpätautien osaston henkilökunnan opintomatkaa 2000,00 € Saksan Bonniin / Essenin alueen lasten syöpäosastolle, saattohoitokotiin, protonisädehoitoyksikköön ja vakavien vuotosairauksien hoidosta vastaavaan hemofiliakeskukseen.

Rahasto omistaa Suunnistajantiellä huoneiston, jossa pitkistä matkasta syövän hoidossa olevien lasten perheet voivat yöpyä maksutta. Lisäksi perheiden on ollut mahdollista majoittua vuokralla olevaan asuntoon Mailatiellä.

6.2. Syöpää sairastaville vähävaraisille ikääntyneille henkilöille

Erkki ja Maija Rytkösen rahasto tuki ikääntyneitä vähävaraisia Pohjois-Savossa asuvia syöpäpotilaita, jotka täyttivät seuraavat kriteerit

1) ikääntynyt

- 60-vuotta täyttänyt

2) vähävarainen

- yksinasuvalle, jonka tulot ovat alle 15.000 € vuodessa ja
- puolison kanssa asuvalle, jonka tulot yhteensä ovat alle 25.000 € vuodessa

Kertomusvuonna avustuksen suuruus oli 300 € ja se myönnettiin 17 henkilölle (ed. vuonna 300 € ja 16 kpl). Sääntöjen mukaisesti lahjoitettiin 1013,00 € Kirkon Ulkomaanavun kautta varhaiskasvatukseen ja laadukkaan opetuksen tukemiseen Ugandassa.

6.3. Perheiden tuki

Rahaston hoitokunta teki päätökset myös K.O. Kauppisen rahaston avustuksista. Rahastosta voi hakea kerran kalenterivuodessa harkinnanvaraista taloudellista tukea syöpää sairastava pienituloinen aikuinen, jolla on kotona asuvia lapsia. Perusavustus on 300 € ja lapsikorotus 200 €/lapsi, kuitenkin lapsikorotus voi enimmillään olla 600 € eli yhteensä maksimimäärä on 900 €. Avustuksia myönnettiin 5 hakijalle yhteensä 3.300 €.

6.4. Syöpää sairastaville vähävaraisille aikuisille, jotka eivät ole ikääntyneitä

Sosiaalitoimikunta myönsi hakemuksesta avustuksia henkilöille, jotka eivät täyttäneet Erkki ja Maija Rytkösen rahaston kriteereitä ikänsä puolesta. Sosiaalitoimikunnalla oli kuitenkin harkinnan mahdollisuus myöntää avustus henkilölle, jolla oli siihen hälyttävä tarve. Avustuksia oli yhteensä 900€.

7. APURAHOJA TUTKIMUKSEEN JA OPINNÄYTETÖIHIN

7.1. Savon Syöpärahasto

Savon Syöpärahasto jakaa vuosittain apurahoja syöpätutkimukseen Pohjois-Savon alueella ja Itä-Suomen yliopistossa. Apurahat on tarkoitettu pääsääntöisesti väitöskirjatutkimusta tekeville tai väitelleille nuorille syöpätutkijoille.

Apurahoja jaettiin 9 kpl ja jaettava summa oli yhteensä 38 500 €. Apurahojen jako tapahtui kahvitilaisuutena Pohjois-Savon Syöpäyhdistyksen juhlasalissa.

Savon Syöpärahaston myöntämät apurahat olivat seuraavat:

5.000 €, Otto Jokelainen, HARCC-tutkimus: Hyaluronaanimetaboliikka ja RNAprofiilit diagnostistina ja ennusteellisina tekijöinä munuaissyövässä

5000 €, Sonja Koivukoski, Tekoälyavusteisen virtuaalivärjäyksen soveltuvuus histopatologiaan

1500 €, Heikki Kyykallio, Hyaluronaanipinnoitten vaikutus solunulkoisten vesikkeliä terapeuttiseen potentiaaliin (Kataisen rahasto)

5000 €, Emmi Kärkkäinen, Pienet ei-koodaavat RNAt rintasyövässä

5000 €, Minttu Kärkkäinen, Lääkeaineiden aiheuttamat solujen stressivasteet eturauhassyövässä

4000 €, Piia Käyhty, The role of PD-1 in the enhancement and suppression of immune responses

4000 €, Veera Nurmela, Immune checkpoint inhibitors: predictive biomarkers and adverse events

5000 €, Saija Sihvola, Resilience among the Individuals with a Colorectal cancer diagnosis and their evaluations of the received patient counseling (Bissilan rahasto)

4000 €, Eerika Takala, SIX2 AND AEBP2 (PRC2.2) in treatment induced lineage plasticity and therapy resistance in prostate cancer

7.2. Sirkku Heikkisen rahasto

Sirkku Heikkisen rahasto myöntää apurahoja ammattikorkeakoulututkintoon ja ylempään ammattikorkeakoulututkintoon liittyviin opintoihin sisältyvän opinnäytetyön tekemiseen. Apurahat myönnetään pääsääntöisesti ylemmän tutkinnon opinnäytetöihin.

Ammattikorkeakoulun opinnäytetöihin jaettiin apurahoja 5 kpl ja jaettava summa oli yhteensä 4000 €.

250 €, Sonja Hartikainen, Palliatiivinen sädehoito - perehdytysmateriaali sairaanhoitajille

250 €, Kaisa Hänninen, Palliatiivinen sädehoito - perehdytysmateriaali sairaanhoitajille

1000 €, Jonna Tornberg, Kotiympäristön merkitys palliatiivisessa ja saattohoidossa

1000 €, Penina Wanjiku-Holopainen Kotiympäristön merkitys palliatiivisessa ja saattohoidossa

1500 €, Minna Heiskanen, Muuttuneet mammografian läheteindikaatiot -kuvantamisen palvelupolun kehittämistutkimus.

8. VIESTINTÄ

8.1. Sisältöstrategia

Yhdistyksen viestinnän tukena käytettiin sisältöstrategiaa. Sisältöstrategia ohjasi viestinnän päivittäistä tekemistä auttamalla tekemään sisältöihin liittyviä valintoja. Sen avulla tehtiin kohderyhmille kiinnostavia sisältöjä, jotka tähtäsivät mahdollisimman suureen vaikuttavuuteen. Yhdistyksen sisältöstrategia oli myös linjassa Syöpäjärjestöjen strategian, viestintäohjelman ja sisältöstrategian kanssa ja siten mahdollisti yhtenäisen viestinnän tekemisen ja suuremman vaikuttavuuden. Tavoitteena oli luoda sisältöä, joka oli yhteisten linjaustemme mukaista, mutta myös merkityksellistä niin sisältöjen tekijöille kuin eri kuluttajaryhmille.

Yhdistyksen keskeisimmät kohderyhmät sisällöntuotannon kannalta olivat:

- Sairastuneet ja läheiset
 - Yhdistys oli helposti lähestyttävä, myötäelävä ja luotettava alueellinen palveluntarjoaja. Sairastuneille ja heidän läheisilleen kohdistetut sisällöt auttoivat elämään sairauden kanssa ja ohjasivat tukipalvelujen pariin matalalla kynnyksellä.
- Suuri yleisö
 - Yhdistys houkutteli sisältöjen pariin kaikenlaisia ihmisiä, joille syöpä ei ole läheinen asia. Tavoitteena oli syövän ehkäisy sekä tietoisuuden levittäminen yhdistyksen olemassaolosta, syövästä ylipäänsä sairautena ja syövän hoidosta erityisesti Pohjois-Savon alueella sekä syöpätutkimuksen merkityksestä ja lahjoitus- sekä vapaaehtoisuushaasteista.
- Terveystieteiden ammattilaiset
 - Terveystieteiden kumppanina yhdistys pystyi osaltaan varmistamaan, että syöpään sairastuneet ja läheiset saivat tarvitsemaansa tukea sairauden kanssa elämiseen; kun terveystieteiden ammattilaiset tuntevat yhdistyksen ja sen tarjoamat palvelut, he ohjaavat potilaita niiden pariin.

8.2. Viestintäkanavat

Tärkein viestintäkanavamme oli yhdistyksen kotisivut, josta löytyy ajankohtaisin tieto toiminnastamme. Yhdistys viesti aktiivisesti sosiaalisen median alustoilla

- Facebook 1390 seuraajaa, facebook.com/pohjoissavonsyopayhdistys
- Instagram 778 seuraajaa, instagram.com/pohjois_savon_syopayhdistys
 - Seuraajista on
 - Miehiä 11.60 % (Seuraajista suurin osa 65+ vuotiaita)
 - Naisia 88.40 % (Seuraajista suurin osa 45–54-vuotiaita)
- Sosiaalisen median sisältöjä katsottiin tai klikattiin auki 22 660 kertaa

Julistemainokset löytyivät toimistomme infoseinältä ja asiakkaille oli tarjolla esitteitä. Mainoksia ja esitteitä toimitettiin myös terveystieteiden yksiköihin. Ryhmistä ja muista tapahtumista ilmoitettiin osittain myös paikallisessa lehdissä.

Yhdistys julkaisi kolme sähköistä uutiskirjettä. Uutiskirjeen pystyi kuka tahansa tilaamaan yhdistyksen kotisivuilta: www.pohjois-savonsyopayhdistys.fi/tilaan-uutiskirjeen/. Kirje lähetettiin myös sähköpostinsa ilmoittaneille jäsenille, vapaaehtoisille ja sidosryhmille.

8.3. Tapahtumat

Yhdistys osallistui seuraaviin yleisötapahtumiin, joissa tehtiin yhdistyksen toimintaa näkyväksi: Savonian terveystapahtumat 11.4., Avoimet ovet 23.8., Yhdistysapprot 2.10., Roosa nauha -kävely 26.9., Syöpäsymposium 26.9., Roosa nauha -tapahtuma 5.10. ja Students loves Roosa nauha 21.10.

LIITTEET

Liite 1. Tuloslaskelma

TULOSLASKELMA	1.1. - 31.12.2024	1.1 - 31.12.2023
VARSINAINEN TOIMINTA	-582 169,71	-542 956,34
Varsinaisen toiminnan tuotot	295 733,89	287 832,91
Varsinaisen toiminnan kulut	-877 903,60	-830 789,25
Henkilöstökulut	-306 558,30	-322 631,10
Varaston muutos	-5 815,28	4 001,60
Poistot	-524,27	-3 394,22
Liiketoiminnan muut kulut	-565 005,75	-508 765,53
VARAINHANKINTA	237 302,69	662 064,46
Varainhankinnan tuotot	253 507,76	689 521,33
Varainhankinnan kulut	-16 205,07	-27 456,87
TUOTTO-/KULUJÄÄMÄ	-344 867,02	119 108,12
SIIJOITUS- JA RAHOITUSTOIMINTA	153 102,40	-103 128,51
Sijoitustoiminta	153 114,89	-103 414,63
Sijoitustoiminnan tuotot	321 942,75	280 315,19
Sijoitustoiminnan kulut	-168 827,86	-383 729,82
Rahoitustoiminta	-12,49	286,12
Rahoitustoiminnan kulut	-12,49	286,12
TUOTTO-/KULUJÄÄMÄ	-191 764,62	15 979,61
YLEISAVUSTUKSET	9 774,00	6 500,00
TILIKAUDEN TULOS	-181 990,62	22 479,61
Rahastosiirrot	-113 816,94	243 762,12
TILIKAUDEN YLI-/ALIJÄÄMÄ	-295 807,56	266 241,73

LIITTEET

Liite 2. Tase

TASE	01.01. -31.12.2024	01.01.-31.12.2023
VASTAAVAA		
PYSYVÄT VASTAAVAT		
AINEELLISET HYÖDYKKEET	1 891 807,55	2 092 771,79
Koneet ja kalusto	3 772,41	4 217,81
Asunto-osakkeet	1 062 945,30	1 197 842,94
Sijoitukset	825 089,84	890 711,04
OMAKATTEISTEN RAHASTOJEN VARAT	1 510 142,73	1 523 508,18
PYSYVÄT VASTAAVAT	3 401 950,28	3 616 279,97
VAIHTUVAT VASTAAVAT		
Vaihto-omaisuus	23 414,98	29 230,26
Lyhytaikaiset saamiset	33 362,13	57 297,11
Myyntisaamiset	3 329,87	4 179,00
Siirtosaamiset	12 844,07	43 796,96
Muut saamiset	17 188,19	9 321,15
Rahat ja pankkisaamiset	723 271,41	700 608,98
VAIHTUVAT VASTAAVAT	780 048,52	787 136,35
VASTAAVAA	4 181 998,80	4 403 416,32
VASTATTAVAA		
OMA PÄÄOMA		
Omakatteiset rahastot	1 460 182,12	1 403 228,51
Muut sidotut rahastot	1 872 844,60	1 815 981,27
Paikallisosastojen pääoma	118 807,37	123 477,11
Muu pääoma	22 218,32	22 218,32
Ed. tilikausien ylijäämä/alijäämä	874 056,80	607 815,07
Tilikauden voitto (tappio)	-295 807,56	266 241,73
OMA PÄÄOMA	4 052 301,65	4 238 962,01
VIERAS PÄÄOMA		
Lyhytaikainen	129 697,15	164 454,31
Saadut ennakot	13 383,36	15 000,65
Ostovelat	15 047,36	28 402,37
Muut lyhytaikaiset velat	14 478,20	16 085,18
Siirtovelat	86 788,23	104 966,11
VIERAS PÄÄOMA	129 697,15	164 454,31
VASTATTAVAA	4 181 998,80	4 403 416,32

YHTEYSTIEDOT

Toimisto

Kuninkaankatu 23, 70100 Kuopio
ma-to klo 9 – 15

puh. 017 580 1801
toimisto@pohjois-savonsyopayhdistys.fi

Verkkosivuiltamme:
www.pohjois-savonsyopayhdistys.fi
löydät ajankohtaista tietoa toiminnasta ja henkilökunnan yhteystiedot.

Tapahtumia voi seurata Facebookissa:
<https://www.facebook.com/pohjoissavonsyopayhdistys/>

tai Instagramissa @pohjois_savon_syopayhdistys