



Tässä on Jäsenkirjeemme 1 / 2025, ole hyvä!

Tässä on Jäsenkirjeemme 1 / 2025, ole hyvä!

Yhdistyksen kevätkausi on taas lähtenyt kivasti käyntiin. Tarjolla on tuttuja toimintoja ja jotakin uuttakin.

Uusi juttu on se, että yhdistys on mukana uuden Kompassisairaalan Laituri-toiminnassa. Laituri on sairaalan ala-aulassa oleva yhdistysten tila, jossa on yhdistysten työntekijöitä ja vapaaehtoisia päivystämässä arkisin. Tilaan voi tulla juttelemaan, hakemaan tietoa yhdistysten toiminnasta tai hakemaan apua itselleen tai läheiselle.

Laituria on suunniteltu useamman vuoden ajan ja Lounais-Suomen-SYLI oli tässä yhteistyössä alusta saakka mukana. Meidän päivystysaikamme ovat kevään 2025 aikana keskiviikkoisin klo 10.00 – 14.00. Tule moikkaamaan kun on sellaiselle hyvä hetki.

Yhdistysten rahoitus on ollut jo jonkin aikaa muutosten kourissa ja vuoden 2025 aikana muutokset jatkuvat. Tänä vuonna pienten yhdistysten pienet avustukset, kuten Lounais-Suomen-SYLI, välttyivät leikkauksilta, mutta ensi vuonna leikkaukset varmasti kohdistuvat myös meihin. Vuoden 2026 rahoituksen määrästä, leikkausten perusteista tai muista käytännön asioista ei vielä ole yleisesti tietoa. Seuraamme tilannetta ja tästä tulee lisää tietoa kun sitä on.

Älä jää yksin vaan ota yhteyttä, osallistu, tule kuuntelemaan ja juttelemaan.

**YHDISTYKSEN VUOSIKOKOUS JÄRJESTETÄÄN
MA 24.3.
KLO 18.00 ALKAEN
KOMPASSISAIRAALAN YRJÖ ALANEN -SALISSA
OSOITTEESSA KIINANMYLLYNKATU 13, TURKU.**

**KOKOUKSESSA KÄSITELLÄÄN SÄÄNTÖMÄÄRÄISET ASIAT.
KOKOUSASIAKIRJAT OVAT LUETTAVISSA YHDISTYKSEN KOTISIVUILTA KAKSI VIIKKOA
ENNEN KOKOUSTA.**

**KOKOUKSEEN VOI OSALLISTUA MYÖS ETÄNÄ. ILMOITTAUDU MUKAAN
SÄHKÖPOSTILLA sami.heimo@syliin.fi TAI PUHELIMITSE 040 5958 542.**

LÄMPIMÄSTI TERVETULOA!



VERTAISTUKIRYHMÄT

Vertaistukiryhmät ovat maksuttomia ja avoimia ryhmiä. Voit siis tulla tutustumaan ryhmään, ja käydä siinä, mikäli se tuntuu omalta paikalta. Et siis sitoudu ensimmäisellä kerralla ryhmään. Ja ryhmässä voi käydä juuri niin usein ja niin kauan kuin tuntuu tarpeelliselta. Et tarvitse diagnoosia eikä ryhmään tarvitse ilmoittautua.

Vertaistukiryhmissä keskustellaan syömishäiriöön ja syömishäiriön kanssa elämisestä.

Pidämme yllä toiveikkuutta, tiedämme että tästä sairaudesta on mahdollista toipua.

Sairastavien ja toipuvien ryhmässä ei puhuta numeroilla; ei kiloja, ei kaloreita, ei kilometrejä.

Näin vältämme vahvistamasta sairauden muutenkin sairauteen kuuluvaa vertailua ja arvottamista.

Vertaistukiryhmiä ohjaavat yhdistyksen vapaaehtoiset kokemusasiantuntijat.

TURKU

Sairastavien ja toipuvien vertaistukiryhmä on toistaiseksi tauolla. Ilmoittelemme ryhmän kokoontumisista myöhemmin.

Syömishäiriötä sairastavien läheisten vertaistukiryhmä kokoontuu kolmen viikon välein tiistaisin kello **18.00 – 19.30** yhdistyksen toimitilassa. Kokoontumiset ovat: **7.1., 28.1., 18.2., 11.3., 1.4., 22.4., 13.5. ja 3.6.**

Ahmimistyyppiset oireilevien vertaistukiryhmä kokoontuu keväällä 2023 joka toinen viikko **torstaisin klo 17.30 – 19.00** yhdistyksen toimitilassa osoitteessa Maariankatu 8 D 104. Päivämäärät ovat **16.1., 30.1., 13.2., 27.2., 13.3., 27.3., 10.4., 24.4., 8.5., 22.5. ja 5.6.** Ei tarvitse ilmoittautua etukäteen ja voit käydä silloin, kun sinulle sopii!

PORISSA

Teetä ja sympatiaa -vertaistukiryhmä syömishäiriötä sairastaville ja sairastavien läheisille kokoontuu Pikku-Tiinan kirppiksen tiloissa Herttuan torilla, käynti Juhana Herttuan kadun puolelta. Kokoontumiset ovat joka toinen keskiviikko **klo 17.15–18.45** ja päivät ovat **15.1., 29.1., 12.2., 26.2., 12.3., 26.3., 9.4., 23.4., 7.5., 21.5. ja 4.6.**



MATALAN KYNNYKSEN TOIMINTA

Avoimet kahvihetket kaikille, joita syömishäiriö tavalla tai toisella koskettaa, järjestetään yhdistyksen toimitilassa maanantaisin klo14–16 sekä torstaisin klo 15–17. Puhutaan aiheesta ja asian vierestä. Tervetuloa!

Puuroperjantai perjantaisin klo 12.00–13.00 helmikuun alusta alkaen. Sinun on mahdollista tulla toimitillemme nauttimaan puurolounas yhdessä toiminnanohjaajien kanssa ja tarjolla on myös leipätarpeita, jogurttia ja hedelmiä. Puuroperjantai on tarkoitettu kaikille, jotka haluavat tulla ruokailemaan yhdessä muiden kanssa turvallisessa ilmapiirissä. Puhutaan kaikkea asioista ja asioiden vierestä! Puurot ovat laktoosittomia. Tarjolla on lisäksi kahvia ja teetä. Ilmoittaudu mukaan viimeistään perjantai aamuna Samille sami.heimo@syliin.fi tai 040 5958 542



Ryhmät kokoontuvat Lounais-Suomen SYLI ry:n toimitilassa, osoitteessa **Maariankatu 8 D 104 (2. krs), Turku.**

Ammattilaisten (aamu)kahvit

Ammattilaisten aamukahveille ovat tervetulleita kaikki, jotka kohtaavat työssään syömishäiriöitä ja haluavat tutustua muihin kollegoihin sekä vaihtaa ajatuksia esillä olevista ilmiöistä ja havainnoista. Aamukahveilla on tarjolla aamupalaa maksuttomasti. Ilmoittaudu mukaan sami.heimo@syliin.fi

Kevään (aamu)kahvit on **tiistaina 25.3. klo 14.30 – 16.00**



Miten syömishäiriöiden uusi Käypä hoito -suositus toteutuu Varsinais-Suomessa?

TI ISTAINA 15.4.

KLO 14.00 – 16.00

SOPHIEN SALI PERHETALO HEIDEKEN

SEPÄNKATU 3, TURKU

Järjestämme avoimen keskustelutilaisuuden syömishäiriötä hoitaville ja syömishäiriötä kohtaaville tahoille. Käsittelemme ja keskustelemme tilaisuudessa syömishäiriötä sairastavien tilanteesta läpi koko hoidon kokonaisuuden aina tunnistamisesta erikoissairaanhoidon. Tilaisuudessa kuullaan napakoita puheenvuoroja, tunnistetaan syömishäiriöhoidon alueellisia vahvuuksia ja kehittämiskohteita sekä verkostoidutaan ja ideoidaan.

Tilaisuus on maksuton.

Ilmoittaudu mukaan 11.4. mennessä sami.heimo@syliin.fi tai 0405958542

Korupaja syömishäiriötä sairastavien läheisille

Tiistaina 8.4.
klo 18:00–20:00

Luvassa mukava ja rento ilta
koruja tehden ohjaaja
Outin kanssa.

Kaikki materiaalit ovat
valmiina ja ilta on maksuton.
Kokoonnutaan Turussa
Maariankatu 8D 104.

Ilmoittaudu mukaan Petralle
petra.alamaki@syliin.fi





Syömishäiriöt - mitä kannattaa tietää?

TI 11.3. KLO 14.00 – 16.00

**TARJA RAITIS -SALI, KOMPASSISAIRAALA
KIINANMYLLYNKATU 13, TURKU
LUENNOIMASSA LINA KUUSISTO JA KIRSTI SIPPEL**

Luennolla tarkastellaan syömishäiriöitä ilmiönä paitsi yksilöpsykologisesta, myös yhteiskunnallisesta ja kulttuurisesta näkökulmasta.

Käymme läpi syömishäiriöiden yleisiä taustatekijöitä, jotka vaikuttavat syömishäiriöiden syntyyn ja kehittymiseen. Kiinnitämme myös huomiota syömishäiriöihin liittyvien yleisten väärinkäsitysten purkamiseen. Toivomme, että luento antaa ammattilaisille uusia näkökulmia syömishäiriöoireilun parempaan ymmärtämiseen.

Luennolla on varattu tilaa keskustelulle ja kysymyksille.

Kouluttajat Kirsti ja Lina ovat tehneet yhdessä Ruokarauha-podcastia, jossa käsitellään syömishäiriöihin liittyviä vaihtelevia aiheita asiantuntija- ja kokemuspuhujavieraiden kanssa.

Kirsti Sippel on sosiologi, joka tutkii työkseen miesten radikalisoitumista, naisvihaa ja ulkonäköeriarvoisuutta. Hän on aiemmin työskennellyt syömishäiriöiden parissa, sekä toiminut Lounais-Suomen-SYLI:n vapaaehtoisena ja hallituksen jäsenenä.

Lina Kuusisto on psykologi, joka työskentelee Helsingissä mielenterveyspalvelupiste Miepissä toteuttaen lyhytterapiaa nuorille ja aikuisille mm. syömishäiriöiden, ahdistuksen ja masennuksen parissa. Opiskeluaikoina hän on toiminut Lounais-Suomen-SYLI:n vapaaehtoisena syömishäiriöön sairastuneiden vertaistukiryhmän ohjaajana.





Lounais-Suomen - SYLI ry

SYÖMISHÄIRIÖTYÖTÄ VUODESTA 1993



JA SITTEEN SE SOME!

Lounais-Suomen-SYLI:n, Sisä-Suomen-SYLI:n, Syömishäiriöliitto-SYLI:n ja Etelän SYLI:n löydät myös sosiaalisesta mediasta.

Instagramista kanavat löydät @lounaissuomensyli ja @syomishairioliitto ja @etelansyli ja @sisasuomensyli.

Facebookista kanavat löydät @Lounais-Suomen SYLI ry, @Sisä-Suomen-SYLI ja @Syömishäiriöliitto-SYLI ry ja @Etelän-SYLI.

LOUNAIS-SUOMEN – SYLI RY

Maariankatu 8 D 104
20100 Turku

lounaissuomi@syliin.fi

www.facebook.com/lssyli/

www.syliin.fi

Toiminnanohjaaja Petra Alamäki

petra.alamaki@syliin.fi

040 1535 399

Toiminnanohjaaja Sami Heimo

sami.heimo@syliin.fi

040 5958 542

Olemme myös Instassa!

@lounaissuomensyli

