

# Toimintasuunnitelma 2025

---



Syömishäiriöliitto – SYLI



Sisällys

1. Syömishäiriöliitto vuonna 2025 .....	2
1.1. Syömishäiriöliiton toiminnan osa-alueet.....	3
1.2. Järjestörahoitus 2025.....	4
2. Tukipalvelut .....	4
2.1. Valtakunnalliset tukipalvelut.....	4
2.2. Alueelliset tukipalvelut.....	6
3. Vapaaehtoisten tukeminen .....	7
3.1. Tuki valtakunnallisen toiminnan vapaaehtoisille.....	7
3.2. Tuki alueellisen toiminnan vapaaehtoisille .....	8
4. Kansalaisvaikuttaminen.....	8
4.1. Vapaaehtoistoiminnan rakenteet .....	9
4.2. Liittolaistoiminta .....	9
4.3. Liiton henkilöjäsenyys.....	9
4.4. Jäsenyhdistysten tukeminen.....	10
5. Asiantuntijavaikuttaminen.....	11
5.1. Valtakunnallinen asiantuntijavaikuttaminen.....	11
5.2. Alueellinen asiantuntijavaikuttaminen.....	12
6. Viestintä .....	13
7. Henkilöstö.....	14
8. Hallinto.....	15
9. Talous.....	15

## 1. Syömishäiriöliitto vuonna 2025

Syömishäiriöliitto on rohkea ja innovatiivinen muutoksentekejä, joka rakentaa sellaista yhteiskuntaa, jossa jokainen ihminen tuntee olevansa riittävä ja arvokas juuri sellaisena kuin hän on.

Syömishäiriöliitto on näkyvä ja vaikuttava yhteiskunnallinen toimija, joka luo uutta kieltä ja ymmärrystä syömishäiriöistä sekä toimii yhdistävänä voimana sekä vuoropuhelun mahdollistajana kokemuksellisuuden ja asiantuntijuuden välillä. Syömishäiriöliitto tuottaa sekä alueellisesti että valtakunnallisesti erilaisia matalan kynnyksen tukipalveluita sekä koordinoi vapaaehtoistoimintaa.

Syömishäiriöliiton tekemä vaikuttaminen jakautuu kansalaisvaikuttamiseen ja asiantuntijavaikuttamiseen. Syömishäiriöliiton tekemä vaikuttaminen haastaa yhteiskunnan syömishäiriölle altistavia rakenteita ja luo edellytyksiä ruokaa, kehoa ja mielenterveyttä kunnioittavaan terveyden edistämiseen. Kansalaisvaikuttamisen kautta Syömishäiriöliitto kutsuu yksilöt ja yhteisöt mukaan muutokseen ja vuoropuheluun. Asiantuntijavaikuttaminen kohdistuu eri alojen ammattilaisiin, asiantuntijoihin ja päättäjiin

Liiton toimintaa ohjaa strategia vuosille 2024–2027. Strategian painopisteitä ovat:

- vaikuttamistoiminnan selkeyttäminen
- ennaltaehkäisy
- alueellisuus

Liiton toimintaa ohjaavina arvoina ovat:

- vastavoimana toimiminen ja edelläkävijyys
- reflektointi ja vuoropuhelu
- sillanrakennus ja yhteisen ymmärryksen luominen

Syömishäiriöliitto tarjoaa vuonna 2025 tietoa ja tukea viestinnän keinoin sekä erilaisten tukipalveluiden muodossa. Tukipalveluita tarjotaan sekä sähköisessä että kasvokkain tapahtuvien kohtaamisten muodossa. Tukipalvelut on jaettu valtakunnallisiin ja alueellisiin palveluihin. Lisäksi tukitoiminnasta vastaavat jäsenyhdistykset.

Vapaaehtoiset ovat tärkeä resurssi tukipalveluiden ylläpitämisessä. Liiton vapaaehtoistoiminta laajenee edelleen, ja kasvavalle vapaaehtoistoimijajoukolla tarjotaan laadukasta ja monipuolisesta tukea sekä monimuotoisia vapaaehtoistoiminnan tehtäviä.

Syömishäiriöliittoon on mahdollista liittyä henkilöjäseneksi niiltä alueilta, joissa ei ole toimivaa yhdistystä.

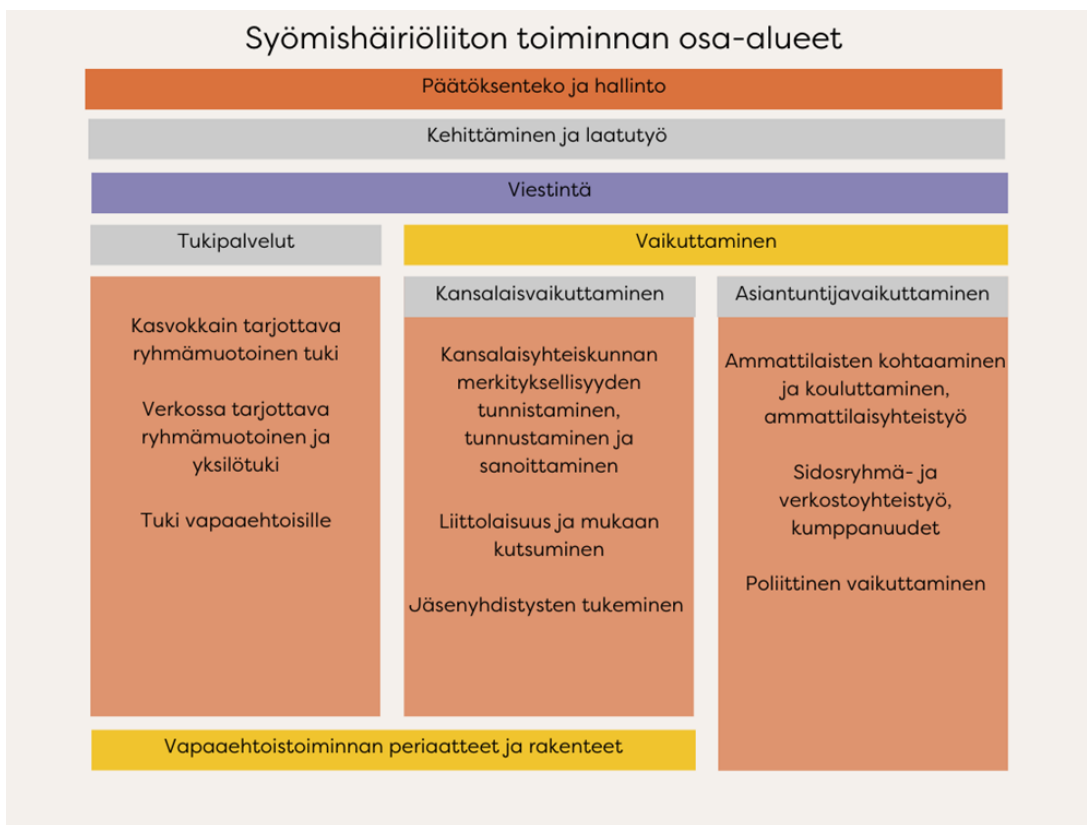
Toimintavuoden aikana valmistellaan ja jätetään sisälle rahoitushakemus kaksikielisen (suomi-ruotsi) aluetyön käynnistämiseksi Pohjanmaalla.

Vuosi käynnistetään järjestämällä ammattilaisille suunnatut Syömishäiriöpäivät Tampere-talolla 28.-29.1.2025.

### 1.1. Syömishäiriöliiton toiminnan osa-alueet

Syömishäiriöliiton ydintoiminnot jakautuvat päätöksentekoon ja hallintoon, kehittämiseen ja laatutyöhön, viestintään, tukipalveluihin sekä kansalais- ja asiantuntijavaikuttamiseen.

Toiminnan sisältöjä sekä tuotetaan että kehitetään erilaisissa tiimirakenteissa



## 1.2. Järjestörahoitus 2025

Vuodesta 2024 eteenpäin järjestörahoitus päätettiin parlamentaarisesti siirtää valtion budjettiin sen sijaan, että järjestöjen rahoitus on sidottu rahapelituottoihin. Päätös on oikea ja eettisesti kestävä. Kaikki eduskuntapuolueet sopivat, että järjestöjen rahoitustaso säilyy nykyisellään.

Sosiaali- ja terveysjärjestöjen toimintaedellytyksiin on kuitenkin kohdistumassa vakava uhka. Petteri Orpon luotsaaman hallituksen hallitusohjelmasta käy ilmi, että sosiaali- ja terveysalan järjestöjen avustuksiin kaavaillaan peräti 100 miljoonan euron leikkausta vuodesta 2027 eteenpäin. Kyseessä on yli neljänneksen leikkaus järjestöavustusten kokonaissummaan. Neljänneksen leikkaus Syömishäiriöliitolle tarkoittaisi toimintojen supistamista neljänneksellä.

Selvää on, että sosiaali- ja terveysjärjestöjen rahoitukseen kaavailut leikkaukset vaarantavat järjestöjen tarjoaman tuen ja avun. Leikkaamalla sote-järjestöjen rahoituksesta Suomen hallitus leikkaa muun muassa hyvinvoinnista, terveydestä, yhteisöllisyydestä, elinvoimasta sekä aktiivisuutta ja demokratiaa tukevasta toiminnasta. Järjestörahoituksen leikkaukset toteutuessaan heikentäisi myös suomalaista vapaaehtoistyön kenttää.

On olemassa riski, että järjestöavustusten leikkaukset tullaan toteuttamaan jo aiemmin ja uhattua vielä suuremmassa mittakaavassa. Tämän epävarmuuden vuoksi toimintaa on haastavaa hahmotella tulevaisuudeksi, koska toiminnan resurssit ovat äärimmäisen epävarmat.

Toimintasuunnitelma keskittyykin olemassa olevien palvelujen ja toimintojen lyhyeen kuvaamiseen. Toimintasuunnitelmaa tarkennetaan, kun vuoden 2025 avustuspäätökset tulevat alkuvuodesta 2025.

## 2. Tukipalvelut

Syömishäiriöliitto tarjoaa matalan kynnyksen tukea sairastuneille ja heidän läheisilleen, syömisellä ja liikkumisella oireileville sekä kaikille jotka kokevat haasteita keho- ja ruokasuhteensa kanssa.

### 2.1. Valtakunnalliset tukipalvelut

#### Tukipuhelin

Tukipuhelin on matalan kynnyksen valtakunnallinen tukipalvelu, josta saa yksilöllistä tukea ja ohjausta erilaisissa syömishäiriöön ja oireiluun liittyvissä asioissa. Tukipuhelin päivystää kolmena päivänä viikossa, yhteensä 12 tuntia.

## Läheisten luuri

Läheisille suunnattu tukipuhelin, Läheisten luuri, on valtakunnallinen matalan kynnyksen tukipalvelu, jossa syömishäiriötä sairastavien läheiset saavat apua ja tukea tilanteeseensa. Läheisten luuri päivystää kerran viikossa kuusi tuntia kerrallaan.

## Keskustelutuki läheisille

Läheisille suunnattua, ajanvarauksella toimivaa keskustelutukea on tarjolla 1-3 kertaa / läheinen. Tapaamisiin voi osallistua yksin tai useampi läheinen kerrallaan, esimerkiksi molemmat vanhemmat. Tukea tarjotaan valtakunnallisesti verkossa tai tukipuhelun muodossa.

## Ryhmätoiminta läheisille

Läheisille järjestetään avoimia etävertaistukiryhmiä kaksi kertaa kuukaudessa. Ryhmätoimintaan osallistuminen ei vaadi sitoutumista ja siihen voi osallistua oman tarpeen ja aikataulun mukaan. Ryhmäkerrat ovat teemoitettuja ja vapaan keskustelun kertoja.

Lisäksi läheisille tarjotaan työntekijävetoisia ensitietoluentoja ja -ryhmiä kevät- ja syyskaudella. Läheisten ryhmätoiminnassa pyritään huomioimaan myös sellainen ryhmätoiminta, joka tarjoaa syömishäiriövapaata-aikaa esimerkiksi luovan toiminnan tai kehollisten harjoitteiden kautta.

Ryhmävierailuja eri jäsenyhdistysten tai muiden tahojen järjestämiin läheisten ryhmiin tehdään vuoden aikana eri puolille Suomea.

## Sosiaalisen median avunpyynnöt ja kysy meiltä -palsta

Aktiivisille sosiaalisen median kanaville – esimerkiksi instagram, TikTok ja Discord - tuleviin yksilölliseen tilanteisiin liittyviin avunpyyntöihin vastataan pyynnön vaatimalla tavalla tukea ja ohjausta tarjoten. Kysy meiltä - palsta verkkosivuilla tarjoaa matalankynnyksen väylän kysyä itseä mietityttäviä seikkoja. Vastauksen palstalla esitettyihin kysymyksiin voi saada yksityisesti sähköpostiin tai anonyymisti verkkosivuille julkaistuna viiden arkipäivän sisällä kysymyksen jättämisestä.

## SYLI-chat

SYLI-chat on vapaaehtoisten ohjaama ryhmämuotoinen vertais-chat syömishäiriöön sairastuneelle/oireilevalle. Tavoitteena on tarjota kokemus kuulluksi tulosta ja ohjata kävijä tarpeen mukaan hoidon tai muun avun piiriin. Chat tarjoaa matalan kynnyksen anonyymien yhteydenottokanavan, ja mahdollisuuden vertaistukeen asuinpaikasta riippumatta. Chat kokoontuu ohjaajaresurssista riippuen säännöllisesti 1-2 kertaa viikossa 1,5 h kerrallaan.

## Discord-palvelin

Syömishäiriöliiton Discord-palvelin tarjoaa yhteisöllisen toiminta-alustan, jossa käyttäjät voivat osallistua vertaistuellisiin keskusteluihin avoimilla chat-kanavilla. Lisäksi palvelin kokoaa verkkotuen yhteen paikkaan ja tarjoaa ohjattuja ryhmiä ja chatteja tarpeen mukaan. Ohjattu tuki palvelimella toteutetaan alueellisen ja valtakunnallisen työn välisenä yhteistyönä. Palvelinta moderoidaan vapaaehtoisvoimin iltaisin ja viikonloppuisin.

## Yhteistyötahojen alustoilla toteutettu tuki

Sekasin-kollektiivin kanssa tehdään aktiivista yhteistyötä sekä sekasin-chatin ryhmächatin, että sekasin-gaming discord-palvelimen parissa. Syömishäiriöliiton asiaosaamista viedään sekasin-gaming kävijöille erilaisten vierailujen ja yhteistöiden muodossa.

Ollaan avoimia yhteistöille sopivien tahojen kanssa monipuolisilla verkkoalustoilla, tehdään yhteistyötä esimerkiksi Nyyti ry:n ja MLL:n kanssa.

## 2.2. Alueelliset tukipalvelut

### Ammatillisesti ohjattu tuki

Ammatillisesti ohjattua matalan kynnyksen tukea toteutetaan alueella säännöllisesti joko kasvokkain tai etäyhteyksien avulla toteutettavien ryhmien tai työpajojen muodossa. Tukityötä tehdään myös vapaaehtoisen kanssa yhdessä ohjaten. Tällöin tukea annetaan kävijöiden lisäksi myös vapaaehtoiselle.

Ammatillisesti ohjattu matalan kynnyksen tukityö keskittyy alueen keskuskaupunkeihin ja sitä kehitetään kentältä ja verkostoista nousevien tarpeiden mukaisesti. Tukea tarjotaan mahdollisuuksien mukaan myös muilla alueen paikkakunnilla esimerkiksi yhteistyössä muiden toimijoiden kanssa.

### Vapaaehtoisten ohjaama tuki

Vapaaehtoisten ohjaama tukityötä toteutetaan säännöllisesti kokoontuvina vertaistukiryhminä alueiden eri paikkakunnilla sekä etämuotoisesti verkossa. Vapaaehtoisten määrän lisääminen on tärkeää, jotta tukitoimintaa pystytään tarjoamaan monipuolisesti ja vapaaehtoisia on riittävästi toiminnan jatkuvuuden sekä turvallisuuden takaamiseksi. Vapaaehtoisten kouluttaminen ja tukeminen tehtävissä edesauttaa vapaaehtoisten sitoutumista tehtäviin ja jaksamista tukityössä.

### Toivo-sovellus tukityön välineenä

Toivo-sovelluksen avulla yksilöllistä vertaistukityötä pystytään tarjoamaan paikkakunnasta riippumatta kattavasti koko Suomeen. Toivo-sovelluksen merkitys alueellisena

työvälineenä on suuri ja kysyntää palvelulle on paljon. Alueiden tavoitteena on vuoden 2025 aikana rekrytoida, kouluttaa ja sitouttaa lisää vapaaehtoisia Toivo-sovelluksen käyttöön. Uudet vapaaehtoiset Toivo-sovelluksessa parantavat tukipalveluiden alueellista saavutettavuutta ja keventävät jo toiminnassa olevien vapaaehtoisten tehtäviä.

### 3. Vapaaehtoisten tukeminen

Vapaaehtoisten tuki toteutuu yhtenäisesti, sovittujen rakenteiden mukaan yhteisöllisenä ja yksilöllisenä tukena riippumatta siitä, onko vapaaehtoinen alueellisissa vai valtakunnallisissa toiminnoissa mukana. Riittävä tuki mahdollistaa vapaaehtoiselle omien taitojen kehittämisen (syömishäiriösensitiivinen ja toipumismyönteinen tapa toimia) sekä kaikkien näkökulmasta turvallisen vapaaehtoistoiminnan.

#### 3.1. Tuki valtakunnallisen toiminnan vapaaehtoisille

##### **Chat-ohjaajille tarjottu tuki**

Chat-ohjaajia tuetaan systemaattisesti heidän tekemänsä vapaaehtoistyön ohessa. Jokainen chat-ohjaus puretaan henkilökohtaisesti soittaen tai viestitellen vapaaehtoisen kanssa, minkä lisäksi ohjaajille tarjotaan kuukausittain työnohjauksellisia tapaamisia. Osa tapaamisista pidetään yhdessä muissa vapaaehtoistehtävissä toimivien vapaaehtoisten kanssa. 1-2 kertaa vuodessa jokaisen ohjaajan kanssa käydään kahdenkeskinen keskustelu, jossa käydään läpi hänen tilanteensa ja suunnitelma kuluvalle vuodelle.

##### **Discord-moderaattoreille tarjottu tuki**

Discord moderaattoreiden kanssa käydään yksilöllisesti (puhelimitse tai viestillä) läpi mahdolliset moderointitilanteet, joissa he ovat joutuneet toteuttamaan toimenpiteitä palvelimella. Moderointitilanteiden purun lisäksi moderaattoreita tavataan ryhmämuotoisesti 6 kertaa vuodessa, osa tapaamisista on yhdessä muissa tehtävissä toimivien vapaaehtoisten kanssa. 1-2 kertaa vuodessa jokaisen moderaattorin kanssa käydään kahdenkeskinen keskustelu, jossa käydään läpi hänen tilanteensa ja suunnitelma kuluvalle vuodelle.

##### **Läheisvapaaehtoisille tarjottu tuki**

Läheisen roolista käsin toimiville vapaaehtoisille tarjotaan tukea yksilöllisten tapaamisten kautta. Tämän lisäksi läheisvapaaehtoisille tarjotaan mahdollisuutta osallistuja vapaaehtoisten vapaapäivään ja vapaaehtoisten koulupäivään. Eri alueiden vapaaehtoisia tavataan ja tuetaan ryhmävierailuiden yhteydessä.

##### **Muu tuki**

Kaikille Syömishäiriöliiton ja jäsenyhdistysten vapaaehtoisille järjestetään vuosittain vapaaehtoisten koulutuspolkuun kuuluvat kolme valtakunnallista tilaisuutta:



Vapaaehtoisen koulupäivä, Turvallisen vapaaehtoistoiminnan koulutus sekä Vapaaehtoisen vapaapäivä.

Koulutuspäivien sisällöt perustuvat vapaaehtoisilta tulleisiin toiveisiin ja työntekijöiden huomioihin vapaaehtoistehtävissä tarvittavaan osaamiseen. Vapaaehtoisen vapaapäivä on puhtaasti virkistysellinen tilaisuus, jonka tarkoitus on tukea osallistujan hyvinvointia ja mahdollistaa vapaaehtoisten tutustuminen ja verkostoituminen.

### 3.2. Tuki alueellisen toiminnan vapaaehtoisille

#### Vapaaehtoisten alueellinen tuki ja koordinaatio

Alueiden työntekijät rekrytoivat ja kouluttavat vapaaehtoisia liiton vapaaehtoistehtäviin yhtenäisen koulutusrakenteen mukaisesti. Vapaaehtoiset liitetään Syömishäiriöliiton vapaaehtoisrekisteriin. Alueilla vapaaehtoistoiminnan koordinaatio tarkoittaa käytännössä toiminnan ja sen tekijöiden tukemista prosessin eri vaiheissa: esimerkiksi toiminnan tilojen etsintää, toiminnan suunnittelua ja markkinointia. Lisäksi aluekoordinaattorit pitävät huolta vapaaehtoisten hyvinvoinnista ja jaksamisesta pitämällä säännöllisesti yhteyttä vapaaehtoisiihin henkilökohtaisesti ja yhteisesti.

Kokemuspuhujat toimivat työntekijän työparina erilaisissa ammattilaisille ja opiskelijoille suunnatuissa tilaisuuksissa. Tilaisuudet ja puheenvuorot suunnitellaan kokemuspuhujan kanssa yhdessä ja kokemuspuhujia tuetaan tiiviisti ennen ja jälkeen suunniteltujen puheenvuorotilaisuuksien. Kokemuspuhujat voivat toimia myös sosiaalisen median alustoilla tuottamalla sisältöä. Sisällöntuotossa työntekijä on kokemuspuhujan tukena ja apuna. Julkaisun jälkeen kokemuspuhujan kanssa käydään julkaisun aiheuttamaa keskustelua ja vastaanottoa läpi tarpeen mukaan. Kuten muillakin vapaaehtoisilla, kokemuspuhujilla on tukeaan oma ohjaava työntekijä, ja he toimivat tiiviinä osana alueellisia vapaaehtoisyyhteisöjä.

### 4. Kansalaisvaikuttaminen

Kansalaisvaikuttaminen toimii siltana Syömishäiriöliiton ja sen jäsenyhdistysten eri toimintojen välillä. Se tarjoaa osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuuksia kaikille ruoka- ja kehorauhasta kiinnostuneille. Kansalaisvaikuttamista toteuttavat läpileikkaavasti kaikki Syömishäiriöliiton työntekijät, ja sitä jalkautetaan kiinnostuksen ja tarpeiden mukaan myös jäsenyhdistyksiin. Toimintaa suunnittelee Kansalaisvaikuttamisen kehittämistiimi.

Kansalaisvaikuttamisen tukena toimivat jäsenyydet Kansalaisareenassa ja Opintokeskus Siviksessä.

#### 4.1. Vapaaehtoistoiminnan rakenteet

Vapaaehtoistoimintaa toteutetaan valtakunnallisten, yhteisesti kehitettyjen rakenteiden mukaisesti. Tiiviit mutta joustavat rakenteet mahdollistavat yhtenäiset toimintaperiaatteet, tasalaatuisen toiminnan ja vapaaehtoisten yhdenvertaisen kohtaamisen omassa elämäntilanteessaan. Rakenteiden toimivuutta tarkastellaan ja kehitetään tarpeen mukaan. Vapaaehtoiset voivat myös itse vaikuttaa rakenteiden kehittämiseen säännöllisesti kokoontuvan Vapaaehtoisraadin ja ohjaavan työntekijän kanssa käytävien keskustelujen kautta.

#### 4.2. Liittolaistoiminta

Liittolaistoimintaa toteutetaan vuonna 2024 laaditun liittolaissuunnitelman mukaisesti. Liittolaistoiminnan osa-alueet ovat:

- **Jäsenliittolaisuus**
  - o jäsenyhdistykset, jäsenyhdistysten ja liiton henkilöjäsenet, alueellinen tasa-arvo päätöksentekoprosesseissa, hallitusfoorumit
- **Keho- ja ruokarauhaliittolaisuus**
  - o työpajamateriaalit perehdytysten kautta eri yhteistyötahojen käyttöön (esim. nuorisotyö, järjestökumppanit, seurakunnat, sosiaali-, kuntoutus- ja kasvatusalat)
- **Tuki- ja vapaaehtoisliittolaisuus**
  - o mm. vapaaehtoistoimintaan osallistuminen, Vapaaehtoisraati, osallistava toiminta tukipalveluissa, kokemusten kerääminen esim. selvityksiä varten, kampanjat
- **Varainhankinta ja tuotteistaminen**
  - o liittolaiskauppa, promotuotteet, ruoka- ja kehorauhaa tukevat materiaalit ns. kenen tahansa arkeen.

Merkittävää osa liittolaisuutta toteutetaan viestinnän keinoin.

#### 4.3. Liiton henkilöjäsenyys

Jatketaan liiton henkilöjäsenien palvelupolun kehittämistyötä mm. sen parissa, miten saadaan henkilöjäsenet osallistujiksi sen sijaan, että jäävät hiljaisiksi tukijoiksi. Kehitetään jäsenten osallistamista, sitouttamista ja haetaan henkilöjäsenelle vaikuttamisen paikkoja. Valmistuva henkilöjäsenen palvelupolku dokumentoidaan.

Tavoitteena on saada jäsenhankinta osaksi kaikkea toimintaa ja luoda yhteisiä toimintatapoja.

#### 4.4. Jäsenedistysten tukeminen

Syömishäiriöliitolla on kolme jäsenedistystä.

- Etelän-SYLI ry
- Lounais-Suomen - SYLI ry
- Sisä-Suomen SYLI ry

Etelän SYLI ry:llä ja Lounais-Suomen SYLI ry:llä on palkattuja työntekijöitä, Sisä-Suomen SYLI ry toimii vapaaehtoisvoimin.

Syömishäiriöliiton jäsenedistykset toimivat omilla alueillaan tuen ja vapaaehtoistoiminnan tarjoajina. Toimintaperiaatteet sisältöjen osalta ovat pääosin yhtenäiset Syömishäiriöliiton ja työntekijällisten yhdistysten kanssa, ja yhteistyö on molemminpuolista ja sujuvaa.

Viestintää ja toiminnasta tiedottamista yleisölle tehdään yhdessä jäsenedistysten kanssa ja jäsenedistykset siihen sisällyttäen. Toimintaympäristöön vaikuttavat muutokset suunnitellaan yhdessä jäsenedistysten kanssa.

#### Jäsenedistyksille tarjotut koulutukset ja tuki

Syömishäiriöliitto kutsuu ruoka- ja kehorauhan edelläkävijöiksi myös jäsenedistykset. Tämä tapahtuu tarjoamalla osallistumismahdollisuuksia erilaisiin tilaisuuksiin, joissa voi tavata toisia samojen arvojen ja asioiden äärellä toimivia. Myös yksilölliset tapaamiset ja tuki ovat mahdollisia (jäsenedistystoimijan oma tarve ja toive).

- vapaaehtoisten valtakunnalliset koulutus- ja virkistystilaisuudet  
Turvallisuuskoulutus, Vapaapäivä ja Koulupäivä: Jäsenedistysten vapaaehtoiset ovat tervetulleita osallistumaan.
- Hallitusfoorumi kutsuu jäsenedistysten hallitukset ajankohtaisten teemojen äärelle.
- Vapaaehtoisraatiin on mahdollista hakea myös jäsenedistyksen vapaaehtoisena
- Vuosikokospäivän yhteinen työskentely mahdollistaa vuosikokousedustajien ja Syömishäiriöliiton hallituksen välisen vuorovaikutuksen ajankohtaisissa teemoissa.
- mahdollisuus toteuttaa hallinnollisia koulutuksia yhdistyksen niin toivoessa joko yhdelle tai useammalle jäsenedistykselle
- yksilötuki hallinnolliseen työskentelyyn esim. niissä tilanteissa, kun jäsenedistyksen hallituslainen on uusi, uudessa roolissa tai jäsenedistyksen tilanne sitä vaatii.
- tiedottaminen jäsenedistykseen on sujuvaa ja ajantasaista.

## Jäsenhallinnon palvelut

Jäsenyhdistyksille tarjottavat hallinnolliset palvelut mahdollistivat yhdistyksille resurssien kohdentamisen varsinaiseen toimintaan. Yhdistysten hallinnollisten asioiden hoito on kevyempää keskitetyn jäsenrekisteripalvelun myötä. Liitto ylläpitää jäsenrekisteriä sekä jäseneksi liittymislomaketta liiton kotisivulla.

Jäsenrekisterin ylläpito sisältää jäsenmaksujen laskutuksen, jäsenhakemusten käsittelyn, maksujen seurannan, perinnän sekä jäsenmaksujen tilitykset jäsenyhdistyksille. Lisäksi toimitetaan jäsentilastot yhdistyksille ja Mielenterveyden keskusliitolle kuukausittain sekä huolehditaan tarvittaessa jäsenyhdistysten jäsenkirjeiden ja vuosikokouskutsujen toimittamisesta jäsenille.

## Kansalaisvaikuttamisen verkostot, messut ja muut tilaisuudet

Syömishäiriöliitto osallistuu aktiivisesti erilaisiin kansalaisvaikuttamisen verkostoihin. Kansalaisareenan Vaikuttajaverkosto ja Kohti tulevaa -hankkeen tulevaisuusverkosto ovat tärkeimmät yhteistyöverkostot. Liittolaistoiminnan esittelyä erilaisissa tilaisuuksissa (opetus- ja kuntoutusala, mm. Educa-messut) kartoitetaan.

## 5. Asiantuntijavaikuttaminen

Syömishäiriöliiton asiantuntijavaikuttamistoiminta jakaantuu valtakunnalliseen ja alueelliseen vaikuttamiseen. Asiantuntijavaikuttamista linjaa liiton strategia sekä kentältä ja poliittisesta keskustelusta esille nousevat tarpeet ja ajankohtaiset ilmiöt.

Asiantuntijavaikuttamista kehitetään ja koordinoidaan vaikuttamistoiminnan tiimissä, joka koostuu alueilla vaikuttamis- ja verkostotyön parissa työskentelevistä koordinaattoreista ja tiimin vetovastuussa olevasta asiantuntijasta. Vaikuttamis- ja verkostotyön tiimissä kehitetään ja kirkastetaan yhteistä linjaa ja puhetapaa koulutusten, puheenvuorojen ja verkostojen suhteen.

### 5.1. Valtakunnallinen asiantuntijavaikuttaminen

Valtakunnallista vaikuttamista tehdään eri jäsenyyksien ja yhteistyökumppanien, kannanottojen, vaali- ja eduskuntavaikuttamisen, messujen ja tilaisuuksien sekä ammattilaisten kouluttamisen kautta.

## Jäsenyydet ja keskeiset yhteistyökumppanit

Syömishäiriöliitto on Allianssin, Lastensuojelun Keskusliiton, Mielenterveyspoolin, Naisjärjestöjen keskusliiton ja SOSTE:n jäsen, joiden kautta iso osa poliittisesta vaikuttamisesta tapahtuu.

Vaikuttamista tehdään runsaasti myös erilaisissa verkostoissa ja työryhmissä.

Tämän lisäksi liitto on pyydettyä mukana erilaisissa hoidon kehittämistyöryhmissä, ohjausryhmissä ja yhteistyö- sekä tutkimushankkeissa.

Yhteistyö muiden kolmannen sektorin toimijoiden kanssa vaikuttamistoiminnan kysymyksissä on aktiivista.

### **Kannanotot ja mielipidekirjoitukset**

Kannanottoja ja mielipidekirjoituksia tehdään tarpeen mukaan ajankohtaisista aiheista.

### **Vaalivaikuttaminen**

Tehdään ylätason tavoitteet kuntavaaleihin, jotka järjestetään 13.4.2025. Viestitään tavoitteista jäsenyhdistyksille.

### **Eduskuntavaikuttaminen**

Osallistutaan eduskunnan syömishäiriöt-yhteistyöryhmän työskentelyyn ja pyritään aktivoimaan ryhmän toimintaa.

### **Messut ja muut yleisötilaisuudet**

Osallistutaan erilaisille messuille ja muihin yleisötilaisuuksiin resurssien mukaan.

### **Ammattilaisten kouluttaminen**

Toimintavuoden aikana jatketaan ammattilaisille suunnattujen koulutusten ja koulutusmateriaalien kehittämistä ja toteuttamista. Ammattilaisille suunnattuja koulutuksia tehdään tilausten, tarpeiden ja resurssien mukaan max. 20 kpl vuodessa. Ammattilaisten koulutuksissa huomioidaan syömishäiriöön sairastuneiden läheisten näkökulma. Koulutukset ovat pääsääntöisesti tilaajalle maksullisia.

### **Syömishäiriösensitiivisen työn verkosto**

Ylläpidetään sote-, opetus-, kasvatusta-, nuoriso-, järjestö- ja liikunta-alan ammattilaisille ja opiskelijoille suunnattua syömishäiriösensitiivisen työn verkostoa, joka kokoontuu 2-4 kertaa vuodessa syömishäiriösensitiivisyysteemojen äärelle. Verkoston tarkoitus on toimia syömishäiriösensitiivisen työotteen omaksuneiden tai siitä kiinnostuneiden tukiverkostonä.

## **5.2. Alueellinen asiantuntijavaikuttaminen**

Aluevaikuttamista tehdään Syömishäiriöliiton strategian mukaisesti. Alueellisen vaikuttamistyön rakenteita ja työtapoja kehitetään yhdessä liiton valtakunnallisen vaikuttamistoiminnan kanssa.

Verkosto- ja kehittämistyötä tehdään maakuntien, hyvinvointialueiden ja suurimpien kaupunkien (elämänkaariverkostot, työpajat) sekä järjestöverkostojen (Valikko-verkosto, sote-järjestöjen alueverkostot) tapaamisissa. Vahvistetaan osallisuutta eri alueiden terveydenedistämisen verkostoihin.

Osallistutaan tiiviisti hyvinvointialueiden kehittämistyöhön nostamalla esiin syömishäiriöiden erityispiirteitä hoidon ja kuntoutuksen kehittämisessä ja palvelupolkujen luomisessa sekä välittämällä kokemuspuhujia mukaan kehittämistoimintaan. Yhteistyökumppaneiden ja verkostojen avulla mahdollistetaan alueellisen toiminnan tunnettuus ja palveluohjaus toiminnan pariin.

### **Messut ja tapahtumat**

Osallistutaan näytteilleasettajina erilaisille hyvinvointi- ja terveysalan messuille ja yleisötilaisuuksiin sekä oppilaitosten tapahtumiin.

### **Ammattilaisten kouluttaminen**

Ammattilaisille ja opiskelijoille suunnattavien koulutusten ja tilaisuuksien tavoitteena on ensisijaisesti asennevaikuttaminen ja syömishäiriösensitiivisyyden lisääminen. Tähän kuuluvat syömishäiriöille altistavien tekijöiden tunnistamisen, oman keho- ja ruokasuhteen pohdinnan sekä syömishäiriöoireilun moninaisuutta ja yleisyyttä koskevan ymmärryksen vahvistaminen. Tärkeä osa-alue on kokemuseräisen tiedon tarjoaminen ja kokemuspuhujien asiantuntemuksen hyödyntäminen järjestetyissä tilaisuuksissa.

Koulutusten tavoitteena on asennevaikuttamisen lisäksi lisätä tietoa syömishäiriöistä, mahdollistaa oireilun varhaista tunnistamista ja siihen puuttumista, madaltaa kynnystä avun hakemiseen sekä tehdä Syömishäiriöliiton tukimuotoja tunnetuksi.

## **6. Viestintä**

Syömishäiriöliiton viestintä on tärkeä tukimuoto, vaikuttamistyön kanava ja väline oman toiminnan markkinointiin. Viestinnän keinoin tuotetaan ja jaetaan syömishäiriötietoa sekä syömishäiriösensitiivistä tapaa puhua syömisestä, liikkumisesta, kehon koosta ja hyvinvoinnista. Viestinnän kautta välitetään lisäksi tietoa erilaisista tukipalveluista, tapahtumista ja koulutuksista. Viestintää toteutetaan suunnitelmallisesti vuosittain päivitettävää viestintästrategiaa noudattaen.

### **Verkkosivut**

Ylläpidetään verkkosivuilla ajantasaista syömishäiriötietoa. Verkkosivuille päivittyy säännöllisesti niin tietoa syömishäiriöistä ja liittolaisuudesta kuin tukisisältöjä sairastuneille

ja läheisille. Verkkosivut kokoavat Syömishäiriöliiton ajankohtaisen toiminnan yhteen ja toimivat ensisijaisena tiedonlähteenä niin tuenhakijoille kuin verkostoillekin.

### Sosiaalinen media

Ylläpidetään sosiaalisen median kanavia (Instagram, Facebook, TikTok, YouTube), joihin tuotetaan kanavakohtaisesti räätälöityä monipuolista sisältöä syömishäiriöistä, jaetaan liiton ajankohtaisia asioita, markkinoidaan liiton omia tapahtumia ja toimintaa sekä viestitään syömishäiriösensitiivisyydestä.

### Kohdennettu viestintä

Jäsenviestinnälle on omat kanavansa, joiden kautta jäsenet saavat ajankohtaiset ja tarpeelliset tiedot voidakseen osallistua itselleen sopivalla tavalla Syömishäiriöliiton toimintaan ja yhteisöön.

Julkaistaan ammattilaisille suunnattua uutiskirjettä 4-6 kertaa vuodessa. Ammattilaisten uutiskirjeen tarkoitus on nostaa esiin ajankohtaisia teemoja, hyviä toimintamalleja ja tarjota tietoa Syömishäiriöliiton toiminnasta kouluttautumisen ja asiakasohjauksen tueksi.

### Teemapäivät

Toteutetaan viestinnällinen kampanja Älä laihduta -päivän ympärille. Päivän tarkoituksena on nostaa esiin laihdutuskuulttuurin vahingollisuutta eri näkökulmista. Vuoden 2025 teema päätetään myöhemmin.

### Muut mediat

Vastataan median yhteydenottoihin ja haastattelupyyntöihin. Tuotetaan omia mediatiedotteita, aiheista, joiden esiin nostamista pidetään tärkeänä.

## 7. Henkilöstö

Syömishäiriöliitossa noudatetaan Sosiaali- ja terveysalan järjestöjen työehtosopimusta. Liitto on jäsenenä työmarkkinajärjestö Hyvinvointiala HALI:ssa.

Liiton yleisavustettavassa toiminnassa työskentelevät toiminnanjohtaja, asiantuntija, hallintosihteeri, kansalaistoiminnan asiantuntija ja tukipalvelukoordinaattori.

Aluetyön kohdennetulla toiminta-avustuksella työskentelee kuusi aluekoordinaattoria työpareittain Itä- ja Kaakkois-Suomessa, Pohjois-Suomessa ja Sisä-Suomessa.

Valtakunnallisessa läheistyössä työskentelee kohdennetulla toiminta-avustuksella tukipalvelukoordinaattori.

Mikäli STEA myöntää avustuksen Pohjanmaan aluetyön hankkeelle, palkataan Pohjanmaalle kevätkauden aikana kaksi aluekoordinaattoria.

Toiminnanjohtaja toimii kaikkien työntekijöiden esihenkilönä ja vastaa liiton talouden ja toiminnan kokonaisjohtamisesta.

## 8. Hallinto

Syömishäiriöliiton ylin päättävä elin on kerran vuodessa kokoontuva vuosikokous, joka koostuu jäsenyhdistysten valitsemista virallisista edustajista. Liiton henkilöjäsenillä on puhe- ja läsnäolo-oikeus kokouksessa.

Liiton toiminnasta vastaa vuosikokouksessa valittu hallitus, jossa on puheenjohtajan lisäksi kuusi varsinaista jäsentä ja kaksi varajäsentä.

Hallitus kokoontuu toimintavuoden aikana noin 6-7 kertaa tai tarpeen mukaan sekä läsnäolo- että etäkokouksiin.

## 9. Talous

Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus (STEA) on liiton keskeisin rahoittaja, ja toiminta on sidoksissa sen myöntämiin avustuksiin.

Avustusten lisäksi toimintaa rahoitetaan henkilöjäsenten jäsenmaksuilla sekä jäsenjärjestöjen jäsenrekisterin hoidosta saatavista jäsenmaksuosuuksista.

Liitto hakee avustuksia erilaisilta säätiöiltä ja muilta rahoittajilta (2-4 avustushakemusta vuodessa).

Varsinais-Suomen hyvinvointialueelta saadaan järjestöavustusta.

Opintokeskus Sivikseltä saadaan avustusta koulutustilaisuuksien järjestämiseen.

Tuottoja saadaan myös ammattilaisille suunnatusta koulutustoiminnasta.

Liitto tuo aktiivisesti esille lahjoittamismahdollisuuksia viestinnässä.