

Salon Syty ry

Tietoa salolaisista potilas- ja vammaisjärjestöistä



Tulossa: Ti 4.3.–27.3. Erityisaikuisten kuvataidenäyttely Sytyssä. Järj. Salon Kehitysvammaisten tuki ry, Kansalaisopiston Kuvataidetta erityisaikuisille -ryhmä ja Salon Syty ry. Näyttely avoinna Sytyn aukioloaikoina.

TIEDOTUSLEHTI 1/2025 KEVÄT

Hyvä Lukija,

olet saanut käsiisi Salon Syty ry:n ensimmäisen tiedotuslehden. Julkaisemme edelleen kuukausittain uutiskirjeitä ajankohtaisista tapahtumistamme, mutta jatkossa koostamme myös laajemman tiedotteen noin puolen vuoden välein. Tiedotuslehtiä tulostetaan jaettavaksi messuille, toritapahtumiin sekä toimistolta noudettavaksi, mutta levityksessä painotetaan entistä enemmän näköislehden sähköistä jakelua.

Tässä helmikuussa ilmestyneessä lehtisessä on tietoa tulevan kevään ja kesän tapahtumista sekä aikatauluista. Elokuun lopulla julkaistaan puolestaan syyskauden Tiedotuslehti. Tiedotteesta löydät kootusti myös jäsenyhdistystemme yhteystietoja.

Sytyn Sanomia ei julkaista vuonna 2025. Yleinen kustannustason nousu on vaikuttanut myös Sytyn Sanomien kulurakenteeseen. Toisaalta osoitteettomien postien jakeluverkoston kaventuminen ei tue kaikkiin kotitalouksiin jaettavan lehden valmistusta.



“Digitaalisuus on nykypäivää niin julkisessa tiedottamisessa, yksityisten asioiden hoidossa kuin palvelujen hankinnassa - halusimmepa sitä tai emme.”

Mikäli sinulla tai läheiselläsi on ongelmia digitaalisten palvelujen käytössä, muistathan Salon Sytyn tarjoaman Digi-Pysäkin. Digineuvojamme auttaa kaikenlaisissa digilaitteisiin tai niiden käyttöön liittyvissä ongelmissa kaikkina arkipäivinä klo 9–15. Voit varata ajan Digi-Pysäkillä tai tulla ohi kulkiessasi käymään toimitaloissamme. Ei ole niin pientä tai suurta ongelmaa ettei sitä kannattaisi yrittää ratkaista. Vain toimivista digilaitteista on hyötyä arjessa.

Tässä ensimmäisessä tiedotuslehdessä pääsemme tutustumaan muutamien jäsenyhdistystemme vapaaehtoistoimijoiden ajatuksiin vapaaehtoistyön merkityksestä. Minkä takia vapaaehtoistyötä tehdään ja mitä se tekijöilleen antaa?

Mikä motivoi sinua toimimaan yhdistyksessä tai jos et vielä ole mukana yhdistystoiminnassa, olisitko kiinnostunut mielekkäistä ja merkityksellisistä tehtävistä yhdistyssektorilla? Uudet jäsenet ja aktiiviset toimijat otetaan avosylin vastaan.

Valoa kohden,

Veera



Millaisia juttuja sinä haluaisit ensisijaisesti lukea tiedotteestamme?

Tuotekehittelyä tehdään koko ajan ja otamme mielellämme vastaan teidän lukijoiden ajatuksia ja toiveita.

Yhteydenotot: toimisto@salonsyty.fi

Syystiedote ilmestyy

viikolla 36

aineistopäivä 20.8.



Sytyn toimisto

TOIMISTO AVOINNA:

MA, KE, PE klo 9–15

TI ja TO 9–18

Helsingintie 6, 24100 Salo

toimisto@salonsyty.fi

p. 0400 752 611

www.salonsyty.fi

Ajalla 2.6.–29.8. toimisto avoinna
ma–pe klo 9–15.

Toimisto suljettu kesällä 30.6.–3.8.
Toimisto avoinna jälleen ma 4.8. klo
9 alkaen.

Pysy kärryillä ajankohtaisista
uutisista ja tilaa uutiskirje
sähköpostiisi osoitteessa:

salonsyty.fi/tilaa-utiskirje



Veera Hälli

toiminnanjohtaja

0400 752 611

veera.halli@salonsyty.fi

Lauri Kivelä

ICT- ja yhdistystoiminnan

asiantuntija

044 555 0938

lauri.kivela@salonsyty.fi

Petra Heikkilä

Yhdistystoiminnan asiantuntija

040 356 2016

petra.heikkila@salonsyty.fi

Marjo Forsman

Tilaemäntä

Tarjoilutilaukset arkisin klo 9-12

044 777 8250

Marika Järvinen

Yhdistysassistentti

050 512 6558

marika.jarvinen@salonsyty.fi

Niklas Lindroth

Digineuvoja

044 781 1475

digi-pysakki@salonsyty.fi

Pysähdy Digi-pysäkille!

Maksutonta neuvontaa tietokoneiden ja
mobiililaitteiden kanssa

MA-PE klo 9–15

Ajanvaraukset ja lisätiedot:

digi-pysakki@salonsyty.fi / 044 781 1475



Ajatuksia vapaaehtoistyöstä

“Mielekästä tekemistä ja osallistumista aktiivisessa porukassa kohderyhmämme hyväksi.”

Liisa, Salon Kehitysvammaisten tuen jäsen ja entinen sihteeri, mukana vuosikymmeniä

“Olen saanut paljon tietoa ja ihmissuhteita, toiset hyviä ja toiset vähemmän hyviä, yhtä kaikki ovat tärkeitä. Kolmas sektori on mielestäni erittäin hyödyllinen ja siksi vapaaehtoistyö antaa itselleni iloa ja ystäviä.”

Lea, Salon Luustoyhdistyksen puheenjohtaja, mukana kymmenisen vuotta

“Antaa sisältöä elämään. Lapsen lapset asuvat kaukana, eikä ole autoa, joten tässä on sopivasti tekemistä eläkeläiselle. Voisivathan nuoremmatkin ottaa osaa – “Uutta verta” tarvitaan joka alueella.”

Sisko, Salon Neurokerhon puheenjohtaja, mukana yli 30 vuotta

Syty kerää vuosittain ehdotuksia kunniainnoinnan ansaitsevista vapaaehtoistoimijoista. Ehdotusten pohjalta Sytyn hallitus valitsee Vuoden Vapaaehtoisen, joka julkistetaan perinteisesti Sytyn Joulukauden avajaisissa.

Vuoden vapaaehtoinen 2024



Ulla Sagulin, Salon Sydänyhdistys ry

“Yli 20 vuoden kokemus sydäntyöstä.”

“Yhdistyksen moottori ja liikkeelle paneva voima.”

“Aktiivinen tehopakkaus, joka toimii koko sydämellään yhdistyksen hyväksi.”



Facebook: SalonSyty



Instagram: salonsyty



Hyväntekeväisyydestä tulee hyvä mieli.
Piristä itseäsi ja ilmoittaudu lipasvahdiksi
 vammaisten ja pitkäaikaissairaiden
 hyväksi. Riittää, että vahdit lipasta ja kiität
 lahjoittajia. ♥

Pieni ele -keräys tuo onnen hetkiä,
 tukea ja turvaa pitkäaikaissairaiden ja
 vammaisten arkeen.

Helppo lipasvahdin tehtävä tarjolla
 ympäri Suomen alue- ja kuntavaalien
 äänestyspaikoilla **2.–8.4. ja**
13.4.2025.

Ilmoittaudu mukaan osoitteessa:
pieniele.fi/vapaaehtoiseksi

Ikääntyneiden Testipäivä Salohallissa

Ma 10.3. klo 10–13

IKILIIKKUJA
 VIIKKO



Mitä?

Tutustu testeihin, jotka antavat tietoa mm. tasapainosta ja lihasvoimasta. Saat
 neuvontaa kotiharjoitteluun ja liikunnan harjoittamiseen

Kenelle?

Testit sopivat parhaiten vähäisesti tai satunnaisesti liikuntaa harrastavalle.

Testit

Yhden jalan seisonta
 6 m takaperin kävely
 10 m kävelytesti
 puristusvoima
 6 min kävelytesti
 tuolilta ylösnousu

***Muista joustavat
 vaatteet, sisäkengät ja
 juomapullo!***

Tilaisuus on kaikille avoin ja maksuton. Buffet avoinna tapahtuman ajan.

*Tapahtuman järj. Salo liikuntapalvelut yhteistyössä Turun Amk:n
 fysioterapeuttiopiskelijoiden kanssa.*

liikunta@salo.fi, p. 044 778 4708

Mukana paikallisia yhdistyksiä esittelemässä toimintaansa.

Tapahtumakalenteri

Pelipäivät

Joka kuun 1. torstai klo 12–14

To 6.3.

To 3.4.

To 8.5. Huom! Päivämäärä

To 5.6.

Käsityöryhmä

Joka kuun 3. torstai klo 12–14

To 20.2.

To 20.3.

To 17.4.

To 15.5.

Miesten oma klubi: Funteerajat

Joka tiistai klo 13–15,
Kahvittelua ja korttip pelejä miesten
kesken.

Sytyn kuntosalivuoro

Ke 8.1.–23.4. ja 7.5.–25.6. klo 15–
16.30 Ylhäisten kuntosalilla
(Ylhäistentie 2, kulku takaoven
kautta). Maksuton vuoro on
tarkoitettu kaikille
jäsenyhdistystemme jäsenille.
Omatoimista harjoittelua, ei ohjausta.

To 27.2. klo 12 Runosuoni Sykkii -
työpaja. *Ennakkoilmoittautuminen.*

Pe 7.3. klo 13 Bemer-
verisuoniterapia, itsehoitolaitteen
esittely. Esittelijänä Hanneli Salin.
*Järj. Salon Diabetes ry, Salon
Reumayhdistys ry ja Salon Syty ry.*

Ti 4.3.–27.3. Erityisaikuisten
kuvataidenäyttely. *Järj. Salon
Kehitysvammaisten tuki ry,
Kansalaisopiston Kuvataidetta
erityisaikuisille -ryhmä ja Salon Syty.*

Ma 10.3. klo 10–13 Ikääntyneiden
Testipäivä Salohallissa.

Lue lisää sivulta 5.

To 13.3. klo 12 Sytyn Bingo

To 10.4. klo 12–14 Yhteislaulut

To 24.4. klo 9–12 Ulkoiluystävä-
koulutus. *Ennakkoilmoittautuminen
16.4. mennessä.*

Pe 2.5.–6.6. klo 10–12.30 Arkeen
Voimaa -ryhmätoiminta.

Tarkoituksena on vahvistaa
osallistuvien itsehoitotaitoja ja sitä
kautta lisätä omaa hyvinvointia ja
arjessa jaksamista.

*Lisätietoja: katja.marjanen@varha.fi,
p. 0401863616.*

Ke 11.6. klo 12–14 Yhteislaulut torilla.
Esiintyjinä Nicke & Arto.

Lisää tietoa ajankohtaisista tapahtumista ja ennakkoilmoittautumiset:

www.salonsyty.fi



Koulutukset

Sytyn koulutukset ovat kaikille avoimia ja maksuttomia.

Ilmoittautumiset ennakoon:

www.salonsyty.fi/ilmoittaudu tai ottamalla yhteyttä toimistolle: toimisto@salonsyty.fi, p. 040 356 2016.

Osallistujat saavat halutessaan käyttöönsä sähköiset koulutusmateriaalit, jotka lähetetään sähköpostitse ennen koulutuksen alkua. Tulostetusta materiaalista veloitetaan 5€ materiaalimaksu.

Koulutukset järjestetään Sytyn tiloissa. (Helsingintie 6.)

Saatavilla myös räätälöityjä koulutuksia mm.

- Digitaidot
- Viestintä
- Suunnittelu ja vuosikello
- ICT ja yhdistystoiminta
- Ajanhallinta

Tiedustele koulutuksia:

toimisto@salonsyty.fi
p. 040 356 2016



Helmikuu

Ma 24.2. klo 16.30-17.30 Affinity -info yhdistyksille. *Kouluttajana Lauri Kivelä*

Maaliskuu

Ma 10.3. klo 12-14 Esitetyöpaja: Luodaan yhdessä Canvalla! *Vetäjänä Petra Heikkilä*

Ke 26.3. klo 12-12.45 Ilmoittautumis- ja palautelomakkeen tekeminen Microsoft Forms -ohjelmalla. *Kouluttajana Lauri Kivelä*

Huhtikuu

Ke 23.4. klo 16-18 Somepaja: Säästä aikaa somekalenterilla. *Vetäjänä Petra Heikkilä*

Ma 28.4. klo 16.30-17.30 Adobe Express Premium -info yhdistyksille. *Kouluttajana Lauri Kivelä*

Toukokuu

To 8.5. klo 10-11 Excel Aloittelijoille -koulutus. *Kouluttajana Lauri Kivelä*

Yhdistysten teemaviikot

Kaipaatko tietoa ja tukea?

Sytn jäsenyhdistykset tarjoavat monipuolista toimintaa ja arvokasta vertaistukea erilaisiin elämäntilanteisiin.

Käy kurkkaamassa viikon yhdistys Sytn nettisivuilta www.salonsyty.fi/yhdistysten-teemaviikot ja poikkea toimistolle tutustumaan sinua kiinnostavaan yhdistykseen. Tiedot viikon yhdistyksestä ja sitä koskevan materiaalin löydät Sytn aulasta.



Vk 6 Turun CP-yhdistys ry

Vko 7 L-S SYLI ry

Vko 8 IBD ja muut suolistosairaudet ry

Vko 9 L-S Neuroyhdistys ry, Salon Neurokerho ja Harnes-vertaistukiryhmä

Vko 10 Salon Kuuloyhdistys ry

Vko 11 Salon seudun Munuais- ja maksayhdistys ry

Vko 12 L-S Allergia- ja Astmayhdistys ry

Vko 13 Suur-Salon Selkäyhdistys ry

Vko 14 Salon Seudun Psoriasisyhdistys ry

Vko 15 Salon seudun Parkinson-kerho

Vko 16 Mannerheimin Lastensuojeluliiton V-S piiri ry

Vko 17 L-S Syöpäyhdistyksen Salon Seudun paikallisosasto

Vko 18 Pemiön-Särkisalon Sydänyhdistys ry

Vko 19 Salon Hengitysyhdistys ry

Vko 20 Salon Invalidit ry

Vko 21 Salon Sydänyhdistys ry

Vko 22 L-S Kilpirauhasyhdistys ry

Vko 23 Salon seudun ADHD-yhdistys ry

Vko 24 Turun seudun Epilepsiaiyhdistys ry

Vko 33 Salon Klubitalo

Vko 34 V–S Mielenterveysomaiset–FinFami ry

Vko 35 L-S Lihastautiyhdistys ry / Avustajakeskus

Vko 36 Salon Seudun Keliakiayhdistys ry

Vko 37 Suomen Kipu ry – Salon aluejaosto

Vko 38 Salon Muistiyhdistys ry

Vko 39 Mielenterveysyhdistys ITU ry

Vko 40 Salon Reumayhdistys ry

Vko 41 Särkisalokotiyhdistys ry

Vko 42 Salon Näkövammaiset ry

Vko 43 Salon Luustoyhdistys ry

Vko 44 Salon AVH-kerho

Vko 45 Salon Diabetes ry

Vko 46 Salon alueen koulutetut kokemusasiantuntijat ry

Vko 47 Salon Omaishoitajat ry

Vko 48 MIELI Salon Mielenterveys ry

Vko 49 Salon Kehitysvammaisten Tuki ry

Vko 50 V-S Aivovammayhdistys ry

Ohjeet yhdistyksille ja lisätietoja:

petra.heikkila@salonsyty.fi

p. 040 356 2016

<https://www.salonsyty.fi/materiaalia-jasenyhdistyksille-0>

Salon Syty ry:n hallitus

Vuosikokous ma 10.3. klo 17.30

Sytyssä, Helsingintie 6. Kaksi edustajaa / jäsenyhdistys, valtakirjat esitettävä.

Kahvitarjoilu klo 16.45 alkaen.



Hallituksen jäsenet vuoden 2025 vuosikokoukseen asti.

Puheenjohtaja:

Maija Iltanen

L-S Syöpäyhdistyksen Salon paikallisosasto
p. 040 768 1534
maija.iltanen@hotmail.com

Satu Suominen

Salon Psoriasisryhdistys

Pirjo Virtanen

Salon Invalidit

Päivi Vigg

Salon Näkövammaiset

Jäsenet:

Anneli Ahtola

Salon Kuuloyhdistys

Raija Aaltonen

Salon Diabetes

Heikki Rämö (varapuheenjohtaja)

Salon Kehitysvammaisten Tuki

Varajäsenet:

Marja Lehtonen

Salon Sydänyhdistys

Elina Vesa

Salon Hengitysyhdistys

Salon Syty ry:n rahoittajat ja kannatusjäsenet



Sosiaali- ja
terveysministeriön
RAHOITTAMA



Salon uusi
apteekki

Salon
Sosialidemokraattinen
Työväenyhdistys ry

SME
Elektro-Group

Salon
Fysioterapia oy



Salon Diabetes

Taru Leppämäki
leppamakitaru@gmail.com
0414519722
salondiabetes.fi



Salon seudun Parkinsonkerho

Markku Telaranta
motelaranta@gmail.com
0415024621
parkissa.fi



Salon Klubitalo

Jenni Salakari
info@salonklubitalo.fi
044 727 5150
salonklubitalo.fi



Salon Seudun Psoriasisyhdistys

Satu Suominen
salonpsoriyhdistys@gmail.com
0456402191
salonpsoriyhdistys.yhdistysavain.fi



Salon Muistiyhdistys

Marika Lindholm
muistiyhdistys@muistisalo.fi
0443337853
muistisalo.fi



Salon Kuuloyhdistys

Marjut Sampinen
marjut.sampinen@gmail.com
0442632499
salonkuuloyhdistys.yhdistysavain.fi



L-S Neuroyhdistys / Salon Neurokerho

Sisko Lupala
sisko.lupala@gmail.com
0407534936
FB: Salon Neurokerho



L-S Neuroyhdistys / Harnes -vertaistukiryhmä

Sirpa Stenström
stenstromsirpa@gmail.com
0405844687
neurolo.fi



Salon Sydänyhdistys

Ulla Sagulin
ullasagulin@gmail.com
0505470242
sydan.fi/salo



SALON
SYDÄNYHDISTYS RY

MIELI Salon Mielenterveys



Marjaana Ojaniemi
marjaana.ojaniemi@ssmts.fi
0447273711
mielenterveysseurat.fi/salo

IBD ja muut suolistosairaudet

Katja Bäckström
salo@ibd.fi
ibd.fi



IBD ja muut
suolistosairaudet ry

Särkisalokotiyhdistys, Yhres -toiminta

Päivi Engblom
paivi.engblom@yhres.fi
0401326385
yhres.fi



L-S Lihastautiyhdistys

Jasmin Toropainen
yhdistys@lsly.fi
0509133517
lsly.fi



Avustajakeskus

Monika Nurmi
avustajakeskus@avustajakeskus.fi
022518549
avustajakeskus.fi



Salon Reumayhdistys



Margit Laine
puheenjohtaja@salonreumayhdistys.fi
0405810763
salonreumayhdistys.fi

Salon Hengitysyhdistys

Jesse Nieminen
jesse.nieminen@hengitysyhdistys.fi
0417963573
FB: [salon hengitysyhdistys](https://www.facebook.com/salonhengitysyhdistys)



Salon
Hengitysyhdistys

Salon Näkövammaiset



Päivi Vigg

puheenjohtaja@salonnakovammaiset.fi

0445305795

salonnakovammaiset.fi

Salon seudun keliakiayhdistys



Salon seudun
keliakiayhdistys

Kati Kiljunen

salo.keliakiayhdistys@gmail.com

0456999196

salo.keliakiayhdistys.fi

Salon Kehitysvammaisten tuki



Kirsi Kautto

salonkehitysvammaistentuki@gmail.com

0504129994

FB: [Salon Kehitysvammaisten Tuki ry](https://www.facebook.com/SalonKehitysvammaistenTuki)

Salon AVH-kerho

Juha-Pekka Saarimaa

saarimaajuhapekka@gmail.com

0451077797

Salon seudun Munuais- ja maksayhdistys

Auni Kaurinkoski

auni.kaurinkoski@gmail.com

0407446744



Salon Omaishoitajat



Salon
omaishoitajat ry

Milka Leppiniemi

milka.leppiniemi@salonomaishoitajat.fi

0447348115

salonomaishoitajat.fi

V-S Aivovammayhdistys

Terhi Hellberg

hellberg.terhi@gmail.com

0505550545



Varsinais-Suomen
Aivovammayhdistys ry

MLL Varsinais-Suomen piiri



MANNERHEIMIN
LASTENSUOJELULIITON
Varsinais-Suomen piiri

Sirpa Stenström

sirpa.stenstrom@mll.fi

0445355161

varsinaissuomenpiiri.fi

L-S Kilpirauhasyhdistys

Marja-Leena Väyrynen

Iskilpi@gmail.com

0440330013

kilpirauhasliitto.fi



Suur-Salon Selkähdistys

Kari Lehti

lehtikari50@gmail.com

0407275436

salonselat.fi



Salon Invalidit

Pirjo Virtanen

pirjo.virtanen47@gmail.com

0503545392

saloninvaliditry.yhdistysavain.fi



L-S Allergia- ja Astmayhdistys

info@allergiaturku.com

0405413310

lounais-suomi.allergia.fi



LOUNAIS-SUOMEN
ALLERGIA- ja ASTMA-
YHDISTYS ry

Salon Luustoyhdistys ry

Synnöve Ojala

ojalasynnve8@gmail.com

0408424563

luustoliitto.fi



Lisätietoja

Sytyn jäsenyhdistyksistä
osoitteessa

[www.salonsyty.fi/
jasenyhdistykset](http://www.salonsyty.fi/jasenyhdistykset)



Yhteislaulut Salon torilla

Ke 11.6.2025 klo 12–14

Esiintyjinä Nicke & Arto

Käytössä sama vihko kuin
viime vuonna, hinta 2€/kpl

Tervetuloa



© Ikäinstituutti, Sakari Røysko

Ulkoiluystäväksi iäkkäälle -koulutus to 24.4.2025 klo 9.00-12.00

Salon Sytyssä, Helsingintie 6

**Liian moni ikäihminen ei pysty tai uskalla ulkoilla yksin.
Apuasi tarvitaan – ryhdy ulkoiluystäväksi!**

Koulutus on tarkoitettu kaikille, jotka haluavat ulkoilla yhdessä iäkkään kanssa. Osallistuminen ei velvoita ulkoiluystävänä toimimiseen. Koulutus perustuu Ikäinstituutin Ulkoiluystäväksi iäkkäälle -koulutusohjelmaan.

Koulutus antaa:

- Tietoa vapaaehtoistyön periaatteista
- Valmiuksia ulkoilun avustamiseen ja apuvälineiden käyttöön
- Valmiuksia kotivoimistelun opastukseen
- Valmiuksia sopivien ulkoilureittien valintaan
- Tietoa missä voi toimia ulkoiluystävänä

Ilmoittautumiset ke 16.4.2025 mennessä

www.salonsyty.fi/ilmoittautumiset

Lisätietoja: Veera Hälli

0400 752 611, veera.halli@salonsyty.fi

Salon
SYTY
ry
www.salonsyty.fi



**SALON⁺
SEURAKUNTA**

Varsinais-Suomen alueellista Voimaa vanhuuteen -toimintamallia on rakentamassa Ikäinstituutti yhteistyössä Varsinais-Suomen hyvinvointialueen ja sen 26 kunnan sekä Lounais-Suomen Liikunta ja Urheilu ry:n Rajattomasti liikuntaa -kumppanuusverkoston kanssa.

Hyvinvointi-iltapäivät

–Ikääntymiseen liittyvää asiaa

Kevät 2025

Särkisalon seurakuntakoti

Ti 18.3. klo 13–15

Kirkkopolku 1, 25630 Salo

Vartsalan työväentalo

Ke 19.3. klo 13–15

Vartsalantie 373, 25210 Salo

Salon seurakuntatalo

Ma 24.3. klo 13–15

Kirkkokatu 6, 24100 Salo

Ohjelmassa:

*Näön ja kuulon heikkeneminen,
kokemusasiantuntijoiden puheenvuorot
Tietoa lihasvoiman tärkeydestä
Järjestävät tahot esittelevät toimintaansa
infopisteillä
Digi-Pysäkki avoinna
Kahvitarjoilu
Arvonta kaikkien osallistujien kesken*



Vapaa pääsy!

Lisätietoja:

p. 044 333 7853, Salon Muistiyhdistys

Tapahtuman järjestää Välittämisen Verkosto



AVUSTAJAKESKUS
www.avustajakeskus.fi