

**ALLERGIA  
IHO  
ASTMA**

**Allergia-, Iho- ja Astmaliitto ry**

# **Toimintasuunnitelma 2024**



## Sisältö

<b>Esipuhe</b>	<b>3</b>
<b>1. Johdanto</b>	<b>4</b>
<b>2. Yhdistys- ja vapaaehtoistoiminta</b>	<b>5</b>
<b>3. Tieto ja tietoisuus</b>	<b>7</b>
<b>4. Sosiaali- ja terveydenhuollon rakenteet ja sisällöt</b>	<b>10</b>
<b>5. Henkilöstö, hallinto ja talous</b>	<b>12</b>
<b>Liite 1. Vuoden 2024 tärkeät päivämäärät</b>	<b>13</b>



## Rakkaus synnytti liiton 55 vuotta sitten

55 vuotta sitten astmaa sairastavan puoliso oivalsi, että astmaan ja allergioihin tarvitaan enemmän tukea ja tiedottamista. Niinpä hän perusti Allergia- ja Astmaliiton, jotta apua ja tietoa olisi saatavilla siellä, missä ihmisetkin ovat – jo ennen lääkärin vastaanottoa. Samalla asialla liitto on edelleen. Allergia-, iho- ja astmaliiton tehtävänä on parantaa allergisten, astmaatikkojen, atooppikkojen, muiden ihotautia sairastavien ja palovamman kokeneiden sekä heidän läheistensä elämänlaatua sekä valvoa heidän yhteiskunnallisia oikeuksiaan.

Vuoden 2024 toimintasuunnitelma koskee neljättä vuotta viisivuotisstrategiakaudella. Liiton strategiakauden tavoitteena on edistää ja tukea ihmisen arjen sujuvuutta sekä toimia aktiivisena ja näkyvänä yhteiskunnallisena vaikuttajana. Monivuotiset kehykset ovat edellytys työn pitkäjänteiselle suunnittelulle ja tavoitteiden täyttämiseksi. Toimintasuunnitelman on tarkoitus kuvata sitä, mihin liiton resursseja erityisesti käytetään vuonna 2024. Tavoitteiden ja toiminnan tulisi olla oikein mitoitettuja suhteessa ympäröivään yhteiskuntaan ja siihen tahoön, johon kulloinkin haluamme vaikuttaa.

Liittomme tehtävänä on pitää kohderyhmämme kannalta keskeisiä teemoja esillä kaikissa tilanteissa ja tukea kaikessa toiminnassa hyvinvoinnin, terveyden, turvallisuuden ja osallisuuden edistämistä. Epävarmoina aikoina järjestöjen tarjoaman tuen tarve tulee lisääntymään ja järjestöjen tarjoaman merkityksellisen tekemisen ja vertaistoiminnan tärkeys tulee korostumaan.

Ministeriön rooli kansalaisyhteiskunnan tukemisessa on merkittävä. Rahapelitoiminnan tuotoilla rahoitetut avustukset siirretään valtion yleiskatteelliseen budjet-tirahoitukseen vuoden 2024 alusta ja tulevien vuosien avustusmäärärahojen taso on ollut tarkastelun kohteena hallituksen ohjelmatyöskentelyssä. Toimintaa supistavia massiivisia valtionavustusleikkauksia, jotka astuisivat voimaan vuonna 2027 on esitetty 100 miljoonalla eurolla eli 25 prosentilla.

Monelle sote-järjestöjen tuki on kuitenkin korvaamaton. Suomessa toimii lähes 11 000 sosiaali- ja terveysalan järjestöä. Niissä on noin 1,3 miljoonaa jäsentä, puoli miljoonaa vapaaehtoista ja 260 000 vertaistukijaa. Järjestöllisen työn vaikuttavuutta meidän kaikkien toimijoiden kannattaa entistä enemmän tuoda esiin.



Lämmin kiitos kaikille liiton jäsenyhdistyksille, jäsenille, vapaaehtoisille, työntekijöille ja yhteistyökumppaneillemme siitä, että mahdollistitte työn allergiaa, astmaa ja ihosairauksia sairastaville ja palovamman kokeneille sekä heidän läheisilleen!

Juhlistamme liiton 55-vuotista toimintaa Järjestöpäivien yhteydessä järjestettävässä tapahtumassa Tampereella marraskuussa 2024. Tervetuloa juhlimastaan yhteistä liittoa.

Paula Hellemaa  
Toiminnanjohtaja  
Allergia-, Iho- ja Astmaliitto ry

# 1. Johdanto

Allergia-, iho- ja astmaliitto on valtakunnallinen kansanterveys- ja potilasjärjestö, jonka tehtävänä on parantaa allergisten, astmaatikkojen, atooppikkojen ja muita ihotautia sairastavien, palovamman kokeneiden sekä heidän läheistensä elämänlaatua sekä valvoa heidän yhteiskunnallisia oikeuksiaan.

Liitossa on jäsenyhdistyksiä 45, joista 30 allergia- ja astmayhdistystä, seitsemän atopiayhdistystä ja kahdeksan harvinaisia ihosairauksia ja vaikeita palovammoja edustavia yhdistyksiä. Jäseniä on yhteensä 14 500. Yksittäisten yhdistysten jäsenmäärä vaihtelee 60–2 000.

Allergia-, iho- ja astmaliiton strategiakautta (2021–2025) on jäljellä kaksi vuotta. Strategian painopisteiden sisältöjä tarkennetaan edelleen strategiakauden aikana, erityisesti sen mukaan, minkälaisia päätöksiä valtakunnan hallitus tulee tekemään.

**Vapaaehtois- ja vertaistoiminnan edellytysten turvaaminen.**

**Tiedon ja tietoisuuden lisääminen sairauksien vaikutuksista elämänlaatuun.**

**Sairastavien aseman vahvistaminen sosiaali- ja terveydenhuollossa.**

**Pitkäaikaissairauksien aiheuttaman taakan keventäminen.**

Vuoden 2024 tapahtumien ja toiminnan painopisteinä ovat erityisesti työikäiset. Tämä näkyy muun muassa kampanjoissa ja teemapäivissä.

Vuoden 2024 aikana jatkamme panostusta yhdistysten tukemiseen sekä kohderyhmien tarpeiden parempaan tunnistamiseen ja huomioimiseen sekä resurssien oikeasuhtaiseen kohdentumiseen.

Yhdistysten luottamushenkilöiden ja vapaaehtoisten toiminnan tukemisen lisäksi panostamme uusien vapaaehtoisten rekrytointiin niin yhdistysten kuin liiton toiminnan tueksi. Vahvistamme vapaaehtoisten asemaa liiton toiminnassa tarjoamalla erilaisia osallisuuden muotoja.

Liitto täyttää ensi vuonna 55 vuotta. Sen kunniaksi järjestetään avoin tapahtumapäivä.



**14 500  
jäsentä**

**45  
yhdistystä**

## 2. Yhdistys- ja vapaaehtoistoiminta

Liiton antama jatkuva ja suunnitelmallinen tuki yhdistyksille mahdollistaa parhaat valmiudet yhdistys- ja vapaaehtoistoiminnan ylläpitämiseen muuttuvassa toimintaympäristössä. Liiton jäsenyhdistyskenttä on moninainen. Suuri osa yhdistyksistä toimii alueellisesti, osa valtakunnallisesti. Jokainen jäsenyhdistys, niin pienet kuin suuret, tarvitsevat tukea omien tarpeiden mukaan. Liiton tuki helpottaa yhdistysten mahdollisuuksia järjestää toimintaa omille kohderyhmilleen.

### Yhdistystoiminnan tuki

Olemme tiiviissä yhteydessä jäsenyhdistyksiin. Järjestöasiantuntijat tapaavat jokaista jäsenyhdistystä 1–3 kertaa vuodessa (yhteensä 80 tapaamista). Tapaamisissa kannustetaan ja motivoidaan yhdistystoimijoita sekä suunnitellaan ja ideoidaan yhdessä heidän kanssaan tulevaa toimintaa alueellisten tarpeiden ja yhdistyksen resurssien mukaisesti.

Lisäksi annamme yhdistyksille henkilökohtaista tukea, neuvontaa ja ohjausta puhelimitse, sähköpostitse ja muiden kanavien kautta keskimäärin 2 000 kertaa vuodessa.

Annamme tukea ja kannustusta yhdistyksille muun muassa seuraavissa asioissa:

- yhdistyksen perustoiminta
- toiminnan kehittäminen
- jäsenviestintä ja verkkotoiminta
- talous ja hallinto
- vertaistoiminta
- vapaaehtoisten kanssa toimiminen
- tapahtumien järjestäminen
- yhteistyö muiden yhdistysten ja toimijoiden kanssa
- vaikuttaminen kohderyhmälle tärkeissä asioissa

Yhdistysten toiminnan kehittämistä voidaan tarvittaessa tukea järjestämällä järjestöasiantuntijan kanssa yhdistystoiminnan kehittämistilaisuus. Siinä käydään läpi yhdistyksen toiminnan onnistumisia ja haasteita ja kerätään liitolle tietoa yhdistysten tilanteesta ja tukitarpeista. Lisäksi käsitellään liiton kanssa tehtävää yhteistyötä ja tehdään kehittämissuunnitelma tuleviksi vuosiksi.

Järjestämme yhdistyksille koulutus- ja verkostoitumistilaisuuksia verkossa ja kasvokkain. Tärkeimpiä

tapahtumia ovat syksyllä järjestettävät Syksyn startti ja Järjestöpäivät. Perinteisten koulutuspäivien rinnalla järjestämme verkkokoulutuksia eri teemoilla. Keväällä järjestetään ABC-koulutus yhdistysten uusille toimijoille. Ensi vuoden uutuuksena tehdään yhdeksälle eri paikakunnalle samansisältöinen koulutuskiertue yhdessä Keliakialiiton kanssa

Järjestämme 18 koulutustilaisuutta (300 osallistujaa):

- Yhdistystoiminnan ABC -koulutukset (2 kpl)
- Syksyn starttipäivä
- Järjestöpäivät
- muu yhdistystoimintaan liittyvä koulutus (3 kpl)
- yhdistysten neuvojien koulutus (2 kpl)
- koulutuskiertue yhdessä Keliakialiiton kanssa (9 kpl)

### Vapaaehtoisten tukeminen

Vapaaehtoisena voi toimia kuka tahansa liiton kohderyhmään tai liiton edistämistä asioista kiinnostunut henkilö. Kannustamme vapaaehtoisia osallistumaan liiton eri toimintojen suunnitteluun ja toteuttamiseen. Panostamme vuoden aikana uusien vapaaehtoisten etsintään, rekrytointiin, ohjaamiseen ja motivointiin. Ohjaamme vapaaehtoisia olemaan aktiivisia myös yhdistyksissä. Lisäksi tuomme esiin vapaaehtoistyön näkyvyyttä ja merkitystä. Vapaaehtoistyön markkinoinnissa ja kehittämisessä hyödynnämme toiminnassa jo mukana olevia vapaaehtoisia.

Jäseniä ja vapaaehtoisia sekä heidän kokemustietoaan hyödynnämme eri tavoin liiton toiminnoissa: haastateltavina eri medioissa, kampanjoiden sisältötuottajina, webinaarien kokemuspuheenvuoron pitäjinä ja opastekstien kommentoijina.

Koordinoimme somelähettiläitä (30 kpl) toimimaan aktiivisesti sosiaalisessa mediassa vähintään kuukausittain omaa kokemustaan hyödyntäen. Ohjaamme ja motivoimme vapaaehtoisia (15 kpl) vetämään itsenäisesti vertaistreffejä kasvokkain ja verkossa. Vetäjät osallistuvat myös vertaistreffien kehittämiseen.

Kannustamme kokemustoimijoita (30 kpl) viemään omaa kokemustietoaan sosiaali- ja terveydenhuollon opiskelijoille ja ammattilaisille. Välitämme kokemustoimijoita muun muassa medialle haastateltaviksi.



Liitto tukee jäsenyhdistysten liikuntatoiminnan kehittämistä ja toteuttamista muun muassa kouluttamalla liikuntavastaavia ja tuottamalla materiaalia yhdistysten käyttöön.

Liiton vapaaehtoisilla on viisi Facebook-ryhmää. Henkilökunta viestii niissä muun muassa ajankohtaisista asioista ja antaa tukea vapaaehtoisten osaamisen ja motivaation vahvistamiseen.

Järjestämme vapaaehtoisille 17 koulutusta ja tapaamista verkossa ja kasvokkain (120 osallistujaa):

- Vapaaehtoisten koulutuspäivät (2 vrk)
- Tervetuloa liiton vapaaehtoiseksi -koulutukset (2 kpl)
- Vertaistreffien vetäjien tapaamiset (4 kpl)
- Somelähettiläiden tapaamiset (7 kpl)
- Kokemustoimijoiden tapaamiset (3 kpl)

Järjestämme kaksi avointa yhteiskehittämistilaisuutta, joissa arvioidaan ja tuodaan kehittämisideoita liiton eri toiminnoista (30 osallistujaa).

## **Vertaistuen ja kohtaamisten mahdollistaminen**

Ohjaamme ja tuemme vapaaehtoisia ja yhdistystoimijoita järjestämään verkossa ja kasvokkain 30 vertaistreffiiä. Vertaistreffit ovat luottamuksellista matalan kynnyksen toimintaa, johon on helppo osallistua paikasta riippumatta ilman erillistä hakuprosessia.

Varmistamme jäsenyhdistysten kanssa, että liiton moninaiselle kohderyhmälle on tarjolla mahdollisimman kattavasti vertaistreffejä.

Ylläpidämme 19 Facebook-vertaisryhmää, joissa on yhteensä 27 000 osallistujaa. Liiton työntekijät ja vapaaehtoiset ylläpitävät ryhmiä, moderoivat ja ruokkivat keskusteluita sekä ohjaavat tarvittaessa tiedon äärelle.

## **Jäsenrekisteri**

Liitto ylläpitää jäsenyhdistysten puolesta jäsenrekisteriä, jonka avulla yhdistykset saavat ajantasaista tietoa omista jäsenistään sekä pitävät yhteyttä jäseniinsä. Rekisterin kautta lähetetään kohdennettuja viestejä jäsenille. Tuemme ja koulutamme yhdistystoimijoita jäsenrekisterin hyödyntämisessä heidän omiin tarkoituksiinsa, ja neuvomme heitä jäsenasioissa.



### 3. Tieto ja tietoisuus

Liiton keskeinen tehtävä on tuottaa ja välittää tietoa sekä lisätä tietoisuutta allergioista, astmasta, atopiasta, muista ihosairauksista ja palovammoista, niiden kanssa elämisestä sekä niiden vaikutuksista hyvinvointiin ja elämänlaatuun. Ammatillisesti tuotetun tiedon lisääminen sairauksien vaikutuksista hyvinvointiin mahdollistaa sairastavien tukemisen nykyistä paremmin.

Tietoa välitämme kohderyhmille viestinnän ja toiminnan keinoin. Keskeisiä tietoa lisäävät ja välittävät toimintamuodot ovat kurssitoiminta ja viestintä. Tietoisuuden lisäämisessä kohteena on ensisijaisesti suuri väestö.

Tärkeä osa tietoa on kokemustieto. Sitä keräämme ja analysoimme säännönmukaisesti esimerkiksi Facebook-ryhmien keskusteluita. Vuoden aikana tehdään myös vähintään kaksi eri kohderyhmille suunnattua kyselyä.

#### Ryhmämuotoisen kurssit

Järjestämme kurseja allergiaa, astmaa ja ihosairauksia sairastaville sekä palovamman kokeneille. Kurssit kohdennetaan eri-ikäisille. Osalle kurseista pääsevät mukaan myös läheiset.

Toteutamme kurseja eri kurssipaikoissa ja verkossa. Kurseilla työskentelee terveydenhuolto-, sosiaali-, liikunta- ja kasvatustieteiden ammattilaisia. Kurssit toteutetaan ryhmämuotoisina, ja niiden toteutuksessa hyödynnämme erilaisia teemoja ja menetelmiä kunkin kurssin tavoitteiden ja kohderyhmän tarpeiden mukaan.

Kurssien ohjelmassa on tietopainotteisia luentoja sekä ryhmämuotoista toimintaa kuten keskustelu-, rentoutus- ja liikuntaryhmiä. Ohjatun vertaistuen ja kokemusten jaon hyödyntäminen on keskeinen osa kurssien sisältöä. Kurssit tarjoavat mahdollisuuden virkistäytyä ja saada voimavaroja arkipäivän elämään. Kurssien ohjelmaa

#### Verkkokurssit

Pihisee ja puhisee (astma)  
Atooppinen ihottuma, 2 kurssia  
Astmaatikon painonhallinta, 2 kurssia  
Tarkkana kuin porkkana (anafylaksia), 2 kurssia  
Siitepölyallergiat  
Kosmetiikka- ja kemikaali-allergiat  
Voimavaroja vaikean palovamman kokeneille

muokataan hakijoiden tarpeiden ja tavoitteiden mukaan. Kurseilla esitellään myös yhdistystoiminnan mahdollisuuksia.

Kahdella kurssilla vierailee vapaaehtoinen ja kahden verkkokurssin sisällön arviointi tehdään yhdessä kahden kohderyhmään kuuluvan vapaaehtoisen kanssa. Verkkokurssille kuvataan 5 kokemusvideota ja kerätään 5 kirjallista kokemustarinaa, joita esitetään kurssien osallistujille vertaiskeskustelun avaamiseksi. Järjestämme avoimen keskustelutilaisuuden kurssien sisällöistä kohderyhmiin kuuluville.

Vuonna 2024 toteutamme 19 kurssia kurssipaikoissa ja 10 kurssia verkossa sekä kaksi paikallista (avomuotoista) kurssia yhdessä yhdistysten kanssa. Kurssien pituus on kahdesta neljään vuorokauteen, verkkokurssien 3–8 viikkoa. Yhdelle, koko vuoden auki olevalle (kesätaukoa lukuun ottamatta) verkkokurssille on jatkuva haku, mikä mahdollistaa kurssille hakeutumisen itselle sopivalla ajalla. Kurseilla on osallistujia yhteensä 667 henkilöä.

#### Lapsiperhekurssit

Pelon kanssa eläminen, anafylaksia (2 vrk), 2 kurssia  
Lapsi + vanhempi, atooppinen ihottuma (2 vrk)  
Astma (2 vrk, kouluikäiset)  
Astma (2 vrk, 3–6-vuotiaat)  
Atooppinen ihottuma (4 vrk, koko perhe)  
Lapsi + vanhempi, harvinaiset ihosairaudet (2 vrk)

#### Aikuisten ja nuorten kurssit

Hidradenitis suppurativa (2 vrk)  
Jäkälöitymisihosairaudet (2 vrk)  
Atopia ja uupumus (2 vrk)  
Nuori + vanhempi -kurssi (2 vrk, astma)  
Nuori + vanhempi -kurssi (2 vrk, anafylaksia)  
Atooppinen ihottuma (2 vrk)  
Kutina (2 vrk, atooppinen ihottuma, prurigo nodularis)  
Astma (2 vrk)  
Astma & liikunta (2 vrk)  
Eläkeikäiset (2 vrk)  
Työikäiset, allergia & astma (3 vrk)  
Harvinaiset ihosairaudet (2 vrk)

## Mediayhteistyö

Vuoden aikana lähetämme 12 mediatiedotetta. Tiedotteiden kohderyhmänä on noin 500 toimittajaa ja toimitusta eri puolelta Suomea. Lisäksi vastaamme 100 toimittajan yhteydenottoon. Välitämme sekä asiantuntijoita että kokemusasiantuntijoita haastateltaviksi.

Järjestämme infotilaisuuden 50 toimittajalle allergioista. Sen tarkoitus on jakaa uusinta faktatietoa ja ehkäistä väärin käsitysten levittäminen mediassa. Tilaisuuden tavoitteena on myös lisätä liiton tunnettuutta allergioiden asiantuntijana toimittajien keskuudessa.

Mediatiedottamisen ja toimittajayhteistyön painopiste on siirtynyt yhä enemmän sähköiseen mediaan, ja se on muuttunut nopearytmisemmäksi. Esimerkiksi nopea reagoiminen ajankohtaisiin asioihin lehdistötiedotteilla on lisääntynyt.

## Kampanjat ja teemapäivät

Liitto järjestää yhdessä yhdistysten kanssa valtakunnalliset Allergia-, Astmatieto- ja Ihoviikko-kampanjat. Lisäksi järjestämme tai osallistumme 4 teemapäivään, joissa tuodaan esiin ruoka-allergioiden, anafylaksian, harvinaisten ihosairauksien sekä atopian arkivaikutuksia ja selviytymiskeinoja.

Liitto tekee kampanjoilla eri sairausryhmiä sekä heidän arjen haasteitaan tunnetuksi suurelle yleisölle sekä tarjoaa toimintaa jäsenyhdistysten kanssa itse sairastaville. Kampanjoiden ja teemapäivien yhteydessä järjestämme ammattilaistietoiskuja.

Vuoden aikana pidetystä kahdeksasta verkkoluennosta kuusi järjestetään kampanjoiden yhteydessä (1 400 osallistujaa/tallenteen katsojaa). Luennoilla on eri asiantuntijoita ja kokemusasiantuntijoita sekä yleistä tietoa.



## Kampanjat ja teemapäivät

11.2.	Anafylaksiapäivä
29.2.	Harvinaisten sairauksien päivä
18.3.–24.3.	Allergiaviikko
6.5.–12.5.	Astmatietoviikko
14.9.	Atopiapäivä
13.10.	Ruoka-allergiapäivä
4.11.–10.11.	Ihoviikko

## Oppaat

Liitosta on saatavilla 26 eri maksutonta diagnoosi- ja muuta opasta. Niistä neljä on ruotsinkielisiä ja 22 suomenkielisiä. Välitämme oppaita tilaajille noin 23 000 kappaletta vuoden aikana. Kaikki oppaat löytyvät sähköisinä verkkosivuilta, ja kolme oppaista on saatavilla ainoastaan tulostettavana pdf-tiedostona. Oppaat sisältävät tietoa sairauksista, niiden hoidosta, yhteiskunnan palveluista sekä kokemuksia sairauden kanssa elämisestä. Uusia tai uusittuja oppaita tuotamme kuusi. Niistä kaksi on ruotsinkielistä. Oppaista otetaan lisäpainoksia varastotilanteen mukaan.

## Allergia, Iho & Astma -lehti

Allergia, Iho & Astma -lehti ilmestyy jäsenetuna neljä kertaa vuodessa. Lehden painos on 22 000. Jäsenten ja yhdistysten lisäksi lehti lähetetään noin 5 850 lääkärille, eduskunnan allergia- ja astmaryhmän jäsenille, sairaaloihin, kirjastoihin, sosiaali- ja terveysalan järjestöihin ja yhteistyökumppaneille.

## Verkkosivut (allergia.fi)

Ylläpidämme saavutettavaa ja käyttäjäystävällistä verkkosivustoa [allergia.fi](http://allergia.fi), jolla vierailee noin 900 000 kävijää vuodessa. Verkkosivujen avulla välitämme monipuolisesti ja kattavasti tietoa allergioista, astmasta, ihosairauksista ja palovammoista sekä niiden kanssa elämisestä.

## Sosiaalinen media

Ylläpidämme neljää sosiaalisen median kanavaa: Facebook, Instagram, X (entinen Twitter) ja YouTube. Näillä on seuraajia yhteensä 25 000. Lisäksi liiton harvinais-toiminnalla on oma Facebook-sivunsa. Sosiaaliseen mediaan tuotamme sisältöä ajankohtaisista aiheista sekä kohderyhmien sairauksista ja terveyden edistämisestä. Tuotamme myös vertaistuellista sisältöä ja otamme kohderyhmää mukaan sisällöntuotantoon.



## Neuvonta ja ohjaus

Liitosta saa neuvontaa ja ohjausta allergioiden, ihosairauksien ja astman kanssa elämiseen. Yleisimmät teemat ohjauksessa ovat omahoito, sairauden kanssa jaksaminen sekä palveluiden ja tukien hakeminen. Neuvonnan yhteydessä kartoitamme myös muita tuen tarpeita. Lisäksi yhteydenottajia ohjataan oikealle viranomaiselle sekä vertais- ja vapaaehtoistoimintaan. Neuvontakontakteja on yhteensä noin 1 000.

Tuotamme 3 lyhyttä tietoiskuvideota ajankohtaisista neuvonnan aiheista sosiaaliseen mediaan.

## Ammattihenkilöstön infotilaisuudet

Järjestämme sote-ammattilaisille kolme infotilaisuutta, joissa kerromme ajankohtaista tietoa kohderyhmistämme muun muassa liitossa tehtyjen kyselyiden pohjalta. Osallistujia on yhteensä 300.

## Luontoterveyden osaamiskeskus

Imatralla toimiva Etelä-Karjalan Allergia- ja ympäristöinstituutti vaihtaa vuoden alusta nimensä Luontoterveyden osaamiskeskukseksi.

Tuotamme ja kokoamme tietoa luonnon ja ympäristön merkityksestä ihmisen terveyteen ja hyvinvointiin. Välitämme tietoa monikanavaisesti ja kannustamme luontokontaktien lisäämiseen. Kehitämme luonto- ja ympäristöterveyden tietoa ja toimijoita kokoavaa alustaa.

Julkistamme vuoden 2023 lopussa tehtävän Astma ja elämänkaari -haastattelututkimuksen tulokset. Järjestämme kaksi luontoterveyden teemoja syventävää webinaaria.

Teemme siitepölyseurantaa ja -tiedotusta Turun yliopiston valtakunnalliseen verkostoon kuuluvalla Imatran mitauspisteellä.

Tarjoamme asiantuntijapalveluita luennointiin, luontotahtumiin ja hankkeiden osatoteuttamiseen. Haemme hankerahoitusta selvityksiin, tutkimuksiin, tiedonvälitykseen ja koulutukseen.

Kehitämme monialaista Kansallista luontoterveysohjelmaa, joka yhteistyöllä etsii ratkaisuja lisätä ihmisen ja luonnon välistä vuorovaikutusta molempien hyvinvoinnin turvaamiseksi.



## Happihyppely-hanke

Opetus- ja kulttuuriministeriön rahoittaman Happihyppely-hankkeen (2023–2025) tavoitteena on kannustaa ikääntyviä liikunnan pariin. Hanke järjestää kaikille avoimia liikuntahetkiä, joiden yhteydessä ulkoillaan ja tutustutaan erilaisiin liikuntalajeihin. Hanke kouluttaa toimintaan mukaan liikunnasta kiinnostuneita vapaaehtoisia, jotka voivat toimia vertaisliikuttajina ja järjestää liikunta-aiheisia tapaamisia.

## Hanke anafylaksian kokeneiden tukemiseen

Uuden hankkeen (2024–2025) tarkoitus on tuottaa materiaalia anafylaksiaa sairastavien, heidän läheistensä ja sote-ammattilaisten käyttöön. Materiaaleihin kootaan ja tuotetaan työkaluja, joiden avulla tuetaan anafylaksian kokeneita sairauden eri vaiheissa, erityisesti elämän muutostilanteissa. Hankkeessa keskitytään erityisesti sairauden aiheuttamien tunteiden ja pelkojen sekä muun psyykkisen puolen käsittelyyn.

## 4. Sosiaali- ja terveydenhuollon rakenteet ja sisällöt

Pitkäaikaissaira-an aseman edistäminen sosiaali- ja terveydenhuollossa on vuoden 2023 alussa toteutuneen sote-uudistuksen keskiössä. Sujuvat hoitopolut ja oikein kohdentuvat palvelut antavat parhaan perustan hyvälle ja sujuvalle arjelle. Liitto tuo esiin toiminnassaan kohderyhmien haasteita ja vaikuttaa siihen, että niitä saataisiin muutettua tai poistettua.

Tietoa kohderyhmän tarpeista vahvistamme keräämällä kokemustietoa muun muassa kyselyillä ja tekemällä yhteenvetoja esimerkiksi verkkovertaistukiryhmissä ja kursseilla käydyistä keskusteluista. Tietoa hyödynnämme toiminnan kehittämisessä. Kokemustietoa tuomme vahvasti esille myös viestinnän avulla.



Alueellista vaikuttamistoimintaa vahvistamalla pyrimme vaikuttamaan käytännössä kohderyhmän asemaan sosiaali- ja terveydenhuollon asiakkaana. Valtakunnallinen ja alueellinen yhteistyö muiden järjestöjen, toimijoiden ja viranomaisten kanssa mahdollistaa tehokkaammin oman asian edistämisen.

### Vaikuttamistoiminta

Liitto antaa lausuntoja ja kannanottoja keskeisiin lakiehdotuksiin ja ajankohtaisiin asioihin.

Järjestämme kahdeksan alueellista luentoa sosiaaliturvasta, sairauksien kanssa elämisestä sekä palvelu- ja hoitopolkujen haasteista (100 osallistujaa). Niiden yhteydessä vierailaan mahdollisuuksien mukaan paikallisten yhdistystoimijoiden kanssa sairaalassa tapaamassa henkilökuntaa, käydään keskustelua kunkin alueen haasteista ja autetaan yhdistyksiä vahvistamaan osaamistaan vaikuttamisessa.

Tuotamme tietoa yhdistyksille mahdollisuuksista vaikuttaa alueellisesti sote-uudistuksen edistämiseen. Autamme yhdistyksiä vahvistamaan osaamistaan vaikuttamisessa. Tuotamme strategiasta ja liiton vaikuttamistyöstä materiaalia yhdistyksille sekä liiton lehteen ja nettisivuille. Aktivoimme jäsenistöä tunnistamaan omat oikeutensa ja toimimaan tavoitteiden edistämiseksi esimerkiksi liiton kampanjoiden yhteydessä.

### Verkostoyhteistyö

Liitto tekee yhteistyötä eri järjestö- ja viranomaisverkostojen kanssa. Keskeisinä verkostoina ja yhteistyökumppaneina ovat eduskunnan astma- ja allergiaverkosto sekä SOSTE. Verkostoyhteistyöllä edistämme muun muassa kansallisten ohjelmien (allergiat, harvinaissairaudet) tavoitteita ja oman strategian painopisteitä.

Liitto on mukana tai jäsenenä muun muassa seuraavissa kansallisissa verkostoissa:

- Savuton Suomi 2030 -verkosto
- Potka, Potilas- ja kansanterveysjärjestöjen verkosto, SOSTE ry
- Terveyden edistämisen verkosto, SOSTE ry
- Kansallisen Sisäilma ja Terveys -ohjelman sihteeristö
- Hengitysterveysohjelmaa 2020–2030 valmisteleva työryhmä
- Harvinaiset-verkosto
- Kokemustoimintaverkosto

Alamme valmistella Astmabarometria vuodelle 2025 yhdessä Hengityслиiton ja muiden yhteistyötahojen kanssa. Hengityслиiton kanssa edistetään ja kehitetään astma-ensitietopäivien järjestämistä sairaaloissa.

Jatkamme yhteistyötä kolmen järjestön (Reumaliitto, IBD ja muut suolistosairaudet ry, Psoriasisliitto) kanssa julkaisemalla vuoden 2023 tehdyn Pitkäaikaissairastamisen kustannukset -kyselyn tuloksista.

Teemme säännöllistä yhteistyötä Kuluttajaliiton, Ruokaviraston, Mara ry:n ja Päivittäistavarakauppa ry:n, Keiliakialiiton ja Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistyksen kanssa ruoka-allergia-asioissa sekä kosmetiikka-allergioissa Helsingin allergia- ja astmayhdistyksen kanssa.

Osallistumme Duodecimin Potilaat mukaan -hankkeen jatkokyöskentelyyn. Sen tavoitteena on tehdä potilaiden osallisuudesta Käypä hoito -suositusten valmistumisprosessin normaali osa.

Vates-säätiön kanssa tuotamme Astma ja työ -esitteen Vatesin ylläpitämään julkaisusarjaan.

## **Kansainvälinen toiminta**

Liitto on mukana keskeisimmissä kansainvälisissä järjestöissä ja verkostoissa. Osallistumme esimerkiksi seminaareihin ja tuomme kansalliseen keskusteluun uusia näkökulmia. Kansainväliseen yhteistyöhön osallistuminen muun muassa mahdollistaa vaikuttamisen kansainvälisten säädösten ja sopimusten valmistelutyöhön.

Keskeisimmät kansainväliset yhteistyöverkostomme:

- EFA (European Federation of Allergy and Airways Diseases Patients' Associations)
- ELF (European Lung Foundation)
- NAO (Nordiska Astma Allergiorganisationen)
- GAAPP (Global Allergy and Asthma Patient Platform)
- EURORDIS (European Organisation for Rare Diseases)
- ANEC (European Association for the Coordination of Consumer Representation in Standardisation)
- EAACI (European Academy of Allergy & Clinical Immunology)

## **Kehittäminen**

Keräämme toimintaa kuvaavia tilastoja, palautteita sekä kumppaneiden, vapaaehtoisten ja työntekijöiden näkemyksiä. Teemme kahdesti analyysin kertyneistä tiedoista.

Järjestämme kolme henkilökunnan kehittämispäivää, joissa arvioimme toiminnan suunnittelua. Teemme suunnitelman strategian edistämisestä vuoden aikana ja sen vaikutuksista toimintaamme. Teemme tarvittavia kyselyitä kohderyhmillemme.

Päivitämme vuosittain liiton vastuullisuusohjelmaa.

Jatkamme yhdessä yhdistystoimijoiden kanssa arviointia siitä, mitkä ovat yhdistysten tuen tarpeet suhteessa liiton resursseihin. Teemme paremmin tunnetuksi kohderyhmämme tarpeiden moninaisuutta. Teemme suunnitelman liiton henkilöresurssien kohdentamisesta alueille. Järjestämme alueellisia tilaisuuksia, joissa tiedollisen sisällön lisäksi kannustamme ja opastamme vapaaehtoisuuteen ja kehitämme yhdessä uusia yhdistystoiminnan malleja kohderyhmäämme kuunnellen.

Kannustamme jäsenyhdistyksiämme verkostoitumaan muiden yhdistysten kanssa sekä jakamaan kokemuksia hyvistä toimintamuodoista esimerkiksi verkossa. Tiivistämme yhteyttä niihin yhdistyksiin, joissa toiminta on hiljaisempaa ja keskitämme esimerkiksi liiton yleisötapahtumat näille alueille. Jalkautamme osallistamisen malleja yhdistyksiin.

Toteutamme maine- ja viestintätutkimuksen, jossa kartoitamme sidosryhmiemme mielikuvia liitosta ja sen viestinnästä. Tutkimustulosten pohjalta teemme suunnitelman liiton toiminnan ja viestinnän kehittämiseksi sekä päivitämme liiton visuaalista ilmettä.

## **Allergiatunnus**

Liitto myöntää Allergiatunnuksen käyttöoikeuden puolueettomasti tutkituille tuotteille ja palveluille. Tutkimuksin osoitetaan, että tuotteet eivät sisällä hajusteita eikä yleisesti herkistäviä tai ärsyttäviä aineita tai niiden pitoisuuksia. Kodinkoneissa ja rakennus-, remontointi- ja sisustusalaan liittyvissä asioissa tunnus on osoitus siitä, että niiden avulla voidaan vaikuttaa sisäilman laatuun.



## 5. Henkilöstö, hallinto ja talous

Allergia-, iho- ja astmaliitto on arvostettu työpaikka, jossa osaava ja motivoitunut henkilöstö tekee työtä hyvässä yhteistyössä luottamushenkilöiden ja muiden vapaaehtoisten toimijoiden kanssa. Strategian toteutuminen edellyttää henkilöstön osaamisen ja asiantuntemuksen lisäämistä strategisten tavoitteiden saavuttamiseksi.

### Henkilöstö

Liiton resurssit ovat 18,5 henkilötyövuotta. Vuoden aikana kehitämme henkilöstön työnjakoa ja oman työn nivoutumista muiden työtehtäviin. Vahvistamme henkilöstön osaamista sekä järjestön sisäisellä että ulkopuolisella koulutuksella. Henkilöstölle pidämme säännöllisesti kehityskeskusteluja ja työhyvinvointipäiviä. Työnohjausta tarjoamme tarpeen mukaan.

### Hallinto

Hallitus kokoontuu 6–8 kertaa, ja se seuraa ja arvioi toimintaa säännöllisesti. Vuonna 2024 pidämme kaksi hallituksen ja henkilöstön yhteistä kehittämispäivää, joissa käsitellään strategian toimeenpanoa, toiminnan suunnasta sekä arvioidaan toimintaa. Hallituksen jäsenten laajaa asiantuntemusta hyödynnämme liiton toiminnan kehittämisessä.

Jatkamme toiminnan seuranta- ja arviointikäytäntöjen kehittämistä. Täsmennämme erityisesti tavoite-tulosvaikutusketjuja sekä seurantatiedon keräämisen keinoja ja mittareita.

### Talous

Liiton toimintaedellytykset turvataan ennalta-arvaattomina aikoina pitämällä talous tasapainossa pitkäjänteisesti siten, että toimintakulut eivät ylitä tuottojen määrää. Muutoksiin reagoidaan herkästi tarvittavin toimenpitein.

Omavarainhankintatuottojen arvioidaan pysyvän ennallaan. Pyrimme monipuolistamaan varainhankintaa, jotta voimme ylläpitää jatkossakin toiminnan määrää ja laatua mahdollisimman hyvin.

Liiton tuotoista tulee STEA:lta avustuksina yhteensä 55 prosenttia. Rahapelitoiminnan tuotoilla rahoitetut avustukset siirretään valtion yleiskatteelliseen budjet-tirahoitukseen vuoden 2024 alusta ja tulevien vuosien avustusmäärärahojen taso on ollut tarkastelun kohteena hallituksen ohjelmatyöskentelyssä. Toimintaa supistavia massiivisia valtionavustusleikkauksia, jotka astuisivat voimaan vuonna 2027 on esitetty 100 miljoonalla eurolla eli 25 prosentilla.

# LIITE 1. Vuoden 2024 tärkeät päivämäärät

*Muutokset mahdollisia.*

## Tammikuu

- 17.1. Näin järjestät kiinnostavan tapahtuman Allergia- ja Astmatietoviikolla
- 24.1. Tule vapaaehtoiseksi -koulutus
- 31.1. Lapsen atopia -verkkoluento

## Helmikuu

- 1.2. Yhdistystoiminnan ABC -ilta 1
- 11.2. Anafylaksiapäivä, anafylaksia ja pelon käsittely
- 14.2. Anafylaksiapäivän verkkoluento
- 15.2. Yhdistystoiminnan ABC -ilta 2
- 29.2. Harvinaisten sairauksien päivä

## Maaliskuu

Koulutuskiertue yhdessä Keliakialiiton kanssa:

- 14.3. mahdollisesti pohjoisen koulutus
- 16.3. koulutustilaisuudet Turussa, Oulussa ja Kuopiossa

- 18.–24.3. Allergiaviikko, siitepölyallergia
- 20.3. Allergiaviikon verkkoluento

## Huhtikuu

- 4.4. Astma-koulutus yhdistyksille

Koulutuskiertue yhdessä Keliakialiiton kanssa:

- 10.4. Koulutusillat Helsinki, Seinäjoki, Jyväskylä
- 18.4. Koulutusilta Tampere

- 25.4. Uusien jäsenten ilta
- 27.4. Liittokokous

## Toukokuu

- 6.–12.5. Astmatietoviikko, ”Astman kanssa ei tarvitse pärjällä, tukea on!”
- 7.5. Astmapäivän tapahtuma, Helsinki, Tampere
- 7.5. Astmatietoviikon verkkoluento

## Kesäkuu

- 8.–9.6. Vapaaehtoisten kesäpäivät

## Elokuu

- 21.8. Syksyn startti-ilta

## Syyskuu

- 4.9. Tule vapaaehtoiseksi -koulutus
- 12.9. Atopiapäivän verkkoluento
- 14.9. Atopiapäivä
- 18.9. Ruoka-allergiakoulutus yhdistyksille
- 23.9. Jäsenrekisterin tehokas käyttö

## Lokakuu

- Vertaistoiminnan perusteet
- 13.10. Ruoka-allergiapäivä, ruoka-allergisena ravintolassa
- 15.10. Ruoka-allergiapäivän verkkoluento

## Marraskuu

- 4.–10.11. Ihoviikko, Ihorauha
- 7.11. Ihoviikon verkkoluento
- Ihoviikon ammattilaistietoisku
- 15.11. Allergia-, iho- ja astmapäivä, liiton juhlavuoden päätapahtuma
- 16.–17.11. Järjestöpäivät ja liittokokous
- 27.11. Astman hoito eri ikäkausina -verkkoluento