

ALLERGIA & IHO ASTMA

Allergia-, Iho- ja Astmaliitto ry

Toimintasuunnitelma 2027

Sisältö

Esipuhe 3
1. Liiton toiminta ja strategiset painopisteet 4
2. Yhdistykset, vapaaehtoistoiminta ja vertaistuki 5
3. Tietoa ja tukea hyvään arkeen 7
4. Vaikuttaminen, yhteistyö ja yhdenvertaiset palvelut 11
5. Toiminnan voimavarat ja johtaminen 13

Liite 1. Hallituksen työryhmät

Liite 2. Luontoterveyden osaamiskeskuksen laajempi toimintasuunnitelma

Liite 3. Strategia-infograafi

Esipuhe

Yhdessä hyvän arjen puolesta

Vuoteen 2027 lähdemme tilanteessa, jossa järjestörahoitus vähenee ja yhteiskunnan epävarmuus haastaa meitä tekemään valintoja. Ihmisten tarve luotettavalle tiedolle, tuelle, vertaistoiminnalle ja yhteisöille ei kuitenkaan vähene. Siksi järjestöjen työ on edelleen tärkeää ja ajankohtaista.

Järjestöt tuovat ihmisiä yhteen, vahvistavat osallisuutta ja tarjoavat mahdollisuuden saada tukea toisilta samassa tilanteessa olevilta. Tässä jäsenyhdistyksillämme on erityisen tärkeä tehtävä. Ne mahdollistavat kohtaamisia ja toimintaa eri puolilla Suomea sekä tuovat sairastavien ja heidän läheistensä kokemuksia kuuluviin.

Vuonna 2027 käynnistyy myös liiton 2026–2028 strategian toinen vuosi. Jatkamme määrätietoisesti strategiamme toteuttamista lisäämällä tietoa, vahvistamalla yhteistyötä, edistämällä yhdenvertaisuutta sekä tukemalla yhteisöjä ja vertaistoimintaa ja mahdollistamalla kohtaamisia. Kaiken työmme lähtökohtana on allergiaa, ihosairauksia ja astmaa sairastavien sekä palovamman kokeneiden hyvä arki.

Strategiamme visio ”Yhteisö hyvän arjen tukena” muistuttaa siitä, että liitto ei rakenna yhteisöä yksin. Sen rakentavat jäsenyhdistykset, jäsenet, vapaaehtoiset, luottamushenkilöt, työntekijät ja kumppanit. Haluan lämpimästi kiittää jäsenyhdistyksiämme ja kaikkia toiminnassamme mukana olevia arvokkaasta työstä. Muuttuvassa toimintaympäristössä tarvitsemme toisiamme entistä enemmän.



Vuonna 2027 kutsumme kaikki mukaan myös Terveyttä luonnosta -teemavuoteen. Luonto tarjoaa mahdollisuuksia hyvinvointiin, kohtaamisiin ja yhdessä tekemiseen. Jokainen voi osallistua omalla tavallaan, ja pienikin yhteinen hetki luonnossa voi olla merkityksellinen.

Tehdään vuodesta 2027 yhdessä hyvä vuosi. Pidetään huolta toisistamme, vahvistetaan yhteisöämme ja lähdetään yhdessä luontoon.

Paula Hellemaa
Toiminnanjohtaja
Allergia-, iho- ja astmaliitto ry

1. Liiton toiminta ja strategiset painopisteet

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

Liitossa on 39 jäsenyhdistystä, joista 32 on allergia-, iho- ja astmayhdistyksiä sekä seitsemän harvinaisia ihosairauksia ja vaikeita palovammoja edustavia yhdistyksiä. Jäsenyhdistyksissä jäseniä on yhteensä 12 360. Yksittäisten yhdistysten jäsenmäärä vaihtelee 44–1 750.

Vuosi 2027 on liiton strategiakauden toinen vuosi. Strategian painopisteet vuosille 2026–2030 ovat:

- **Edistämme hyvinvointia lisäämällä tietoisuutta astman, ihosairauksien ja allergioiden kanssa elämisestä**
- **Teemme yhteistyötä ja vahvistamme verkostoja eri toimijoiden kanssa**
- **Edistämme yhdenvertaisuutta sosiaali- ja terveydenhuollon saatavuudessa**
- **Tuemme ja autamme astmaa ja ihotautia sairastavien, allergisten sekä palovamman kokeneiden yhteisöjä vahvistumaan sekä toimimaan aktiivisina palveluiden ja vertaistuen tarjoajina**



2. Yhdistykset, vapaaehtoistoiminta ja vertaistuki

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

Yhdistystoiminnan tuki

Olemme tiiviissä yhteydessä jäsenyhdistyksiin. Annamme yhdistyksille henkilökohtaista tukea, neuvontaa ja ohjausta puhelimitse, sähköpostitse ja muiden kanavien kautta keskimäärin 2 000 kertaa vuodessa.

Järjestöasiantuntijat tapaavat jäsenyhdistyksiä 1–3 kertaa vuodessa (yhteensä 70 tapaamista). Tapaamisissa kannustetaan ja motivoidaan yhdistystoimijoita sekä suunnitellaan ja kehitetään yhdessä heidän kanssaan tulevaa toimintaa alueellisten tarpeiden ja yhdistyksen resurssien mukaisesti.

Annamme tukea ja kannustusta yhdistyksille muun muassa seuraavissa asioissa:

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

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

Toteutamme 2–4 omaa tapaamista yhdistysten puheenjohtajille. Lisäksi järjestämme tarpeen mukaan omia tapaamisia esimerkiksi isoille yhdistyksille, atopiayhdistyksille ja rahastonhoitajille.

Järjestämme yhdistyksille koulutus- ja verkostoitumistilaisuuksia verkossa ja kasvokkain. Tärkeimpiä tapahtumia ovat vuoden alussa järjestettävä Vuoden startti sekä syksyllä järjestettävät Syksyn startti ja Järjestöpäivät. Järjestämme myös koulutuksen yhdistystoiminnan perusteista uusille toimijoille.

Järjestämme 8 koulutustilaisuutta (200 osallistujaa):

- Yhdistystoiminnan perusteet
- Vuoden ja syksyn starttipäivät
- Yhdistystoimijoiden koulutuspäivät
- Järjestöpäivät
- muu yhdistystoimintaan liittyvä koulutus, esimerkiksi jäsenrekisterin käyttö, viestintä, muut ajankohtaiset aiheet (3 kpl)



Vapaaehtoisten tukeminen

Vapaaehtoisena voi toimia kuka tahansa liiton kohderyhmään kuuluva tai liiton edistämistä asioista kiinnostunut henkilö. Kannustamme vapaaehtoisia osallistumaan liiton eri toimintojen suunnitteluun ja toteuttamiseen. Panostamme 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.

Vuoden 2027 aikana liiton toiminnoissa on mukana noin 200 vapaaehtoista.

Jäseniä ja vapaaehtoisia sekä heidän kokemustietoaan hyödynnämme eri tavoin: haastateltavina eri medioissa, kampanjoiden sisältötuottajina, webinaarien kokemuspuheenvuoron pitäjinä ja opastekstien kommentoijina (yhteensä 130 vapaaehtoisen työpanos).

Järjestämme yhdessä Psoriasisliiton kanssa kaksi vapaaehtoisten kuvaustilaisuutta Ihorauha-kampanjan tarpeisiin. Astmatietoviikon tarpeisiin järjestetään yksi kuvaustilaisuus.

Somelähettiläät. Koordinoimme somelähettiläitä (15 kpl) toimimaan aktiivisesti sosiaalisessa mediassa vähintään kuukausittain omaa kokemustaan hyödyntäen.

Vertaistreffien vetäjät. Ohjaamme ja motivoimme vapaaehtoisia (15 kpl) vetämään itsenäisesti vertaistreffejä kasvokkain ja verkossa. Vetäjät osallistuvat myös vertaistreffien kehittämiseen.

Kokemustoimijat. Kannustamme kokemustoimijoita (34 kpl) viemään omaa kokemustietoaan esimerkiksi sosiaali- ja terveydenhuollon opiskelijoille ja ammattilaisille.

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

Järjestämme vapaaehtoisille 19 koulutusta ja verkostoitumistilaisuutta verkossa ja kasvokkain (120 osallistujaa):

- Tervetuloa vapaaehtoiseksi -koulutukset, 2 krt
- Vertaistreffien vetäjien tapaamiset, 4 krt
- Somelähettiläiden tapaamiset, 8 krt
- Kokemustoimijoiden tapaamiset, 3 krt
- Liikuntavastaavien tapaamiset, 2 krt

Vertaistuen ja kohtaamisten mahdollistaminen

Ohjaamme ja tuemme vapaaehtoisia ja yhdistystoimijoita järjestämään verkossa ja kasvokkain vertaistreffejä. 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 mahdollisuuksia vertaistukeen niin kasvotusten kuin verkon välityksellä. Ylläpidämme 20 Facebook-vertaisryhmää, joissa on yhteensä 29 000 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 esimerkiksi liiton järjestämistä tapahtumista. Tuemme ja koulutamme yhdistystoimijoita jäsenrekisterin hyödyntämisessä heidän omiin tarkoituksiinsa, ja neuvomme heitä jäsenasioissa.

Syksyllä 2026 käyttöön otettua uutta jäsenrekisterijärjestelmää jatkokehitetään vuoden 2027 aikana.

3. Tietoa ja tukea hyvään arkeen

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

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

Ryhmämuotoiset kurssit

Järjestämme kursseja allergiaa, ihosairauksia ja astmaa sairastaville sekä palovamman kokeneille. Kurssit kohdennetaan eri-ikäisille. Osalle kursseista voivat osallistua myös läheiset.

Järjestämme kursseja eri kurssipaikoissa ja verkossa.

Kursseilla työskentelee terveydenhuolto-, sosiaali-, liikunta- ja kasvatusalan ammattilaisia. Kursseilla toimitaan ryhmämuotoisesti, 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 muokataan osallistujien tarpeiden ja tavoitteiden mukaan. Kursseilla esitellään myös yhdistystoiminnan mahdollisuuksia.

Kolmella kurssilla vierailee vapaaehtoinen, ja verkkokursseille kuvataan kaksi videota vapaaehtoisten kanssa. Kehitämme ja arvioimme kurssitoimintaa yhdessä viiden vapaaehtoisen kanssa kolmesti kokoontuvassa ryhmässä.

Järjestämme 18 kurssia kurssipaikoissa ja 16 kurssia verkkoalustalla. Kursseista kaksi järjestetään yhdessä jäsenyhdistysten kanssa. Kurssien pituus on yhdestä kolmeen vuorokauteen, verkkokurssien 2–8 viikkoa. Kursseilla on osallistujia yhteensä 573.

Yhteistyökurssit

- Yhteistyökurssi yhdistyksen kanssa (1 vrk), 2 kurssia

Aikuisten ja nuorten kurssit

- Alopecia, aikuiset (2 vrk)
- Tukea työelämään ja arkeen, atooppinen ihottuma (2 vrk)
- Hyvinvointia eläkeikään astman ja/tai allergioiden kanssa (3 vrk)
- Hyvinvointia eläkeikään ihosairauden kanssa (3 vrk)
- Astma ja liikunta (2 vrk)
- Jäkälöitymisihosairaudet (2 vrk)
- Luontokurssi, nuori + aikuinen, kaikki sairausryhmät (2 vrk)
- Tukea työelämään ja arkeen, astma ja allergiat (2 vrk)
- Astma ja tasapainoinen hengitys (2 vrk)
- Atopia ja uupumus (2 vrk)
- Uni ja palautuminen (2 vrk)

Verkkokurssit

- Astma tutuksi (4 viikkoa), 2 kurssia
- Astma ja painonhallinta (8 viikkoa), 4 kurssia
- Tukea vaikeaan astmaan (4 viikkoa)
- Anafylaksia lapsella (3 viikkoa)
- Anafylaksia (3 viikkoa)
- Atooppinen ihottuma tutuksi (3 viikkoa)
- Atooppinen ihottuma lapsella (3 viikkoa)
- Siitepölyallergia haltuun (3 viikkoa)
- Käsi-ihottuma (3 viikkoa)
- Alopecia (3 viikkoa)
- Rentoutuminen (2 viikkoa)
- Hyvinvointi ja itsetunto (3 viikkoa)

Lapsiperhekurssit

- Atooppinen ihottuma, lapsi + aikuinen (2 vrk)
- Pelon kanssa eläminen, anafylaksia (2 vrk)
- Pikkulapsiaika, astma ja allergiat (3 vrk)
- Koulutiellä, astma ja allergiat (2 vrk)
- Harvinaiset ihosairaudet (2 vrk)

Mediayhteistyö

Vuoden aikana lähetämme 12 mediatiedotetta. Tiedotteiden kohderyhmänä on noin 500 toimittajaa ja toimitusta eri puolelta Suomea. Lisäksi vastaamme 70 toimittajan yhteydenottoon. Välitämme sekä asiantuntijoita että kokemusasiantuntijoita haastateltaviksi.

Kampanjat ja teemapäivät

Liitto järjestää yhdessä yhdistysten kanssa valtakunnalliset Allergiaviikko-, Astmatietoviikko- ja Ihoviikko-kampanjat. Ihoviikko kampanjoidaan yhdessä Psoriasisliiton kanssa. Lisäksi järjestämme tai osallistumme osaltamme Anafylaksia-, Atopia-, Ruoka-allergia- ja Harvinaisten sairauksien päiviin.

Kampanjoiden avulla lisäämme tietoisuutta eri sairausryhmistä ja sairastavien arjen haasteista. Samalla tarjoamme sairastaville tietoa ja vertaistukea arjen tueksi. Yhdistykset järjestävät kampanjoihin liittyvää toimintaa.

Järjestämme 5 verkkoluentoa kampanjoiden yhteydessä (1 400 osallistujaa/tallenteen katsojaa). Luennot koostuvat asiantuntijoiden ja kokemusasiantuntijoiden puheenvuoroista sekä siitä tiedosta, miten saada tukea arjen eri haasteisiin. Lisäksi järjestämme kampanjoiden ja teemapäivien yhteydessä sote-ammattilaisille kaksi webinaaria (1 000 osallistujaa/tallenteen katsojaa). Niissä kerromme ajankohtaista tietoa kohderyhmistämme sekä kokemustietoa sairastavien arjesta.

Kampanjoiden ja teemapäivien ajankohdat

- 11.2. Anafylaksiapäivä
- 28.2. Harvinaisten sairauksien päivä
- 5.–11.4. Allergiaviikko
- 10.–16.5. Astmatietoviikko (Maailman astmapäivä 4.5.)
- 14.9. Atopiapäivä
- 13.10. Ruoka-allergiapäivä
- 25.10.–31.10. Ihoviikko

Oppaat

Liitosta on saatavilla 41 maksutonta diagnoosi- ja muuta opasta. Niistä 27 on suomenkielisiä, yhdeksän ruotsinkielisiä ja viisi englanninkielisiä. Oppaat sisältävät tietoa sairauksista, niiden hoidosta, yhteiskunnan palveluista sekä kokemuksia sairauden kanssa elämisestä.

Välitämme oppaita tilaajille noin 10 000 kappaletta vuoden aikana. Kaikki oppaat löytyvät sähköisinä verkkosivuilta. Oppaista 14 on saatavilla ainoastaan tulostettavana pdf-tiedostona. Oppaita ladataan noin 96 000 kertaa vuodessa.

Tuotamme yhden ruotsinkielisen ja yhden englanninkielisen, A4-kokoisen ja kaksipuolisen, oppaan verkkoon.

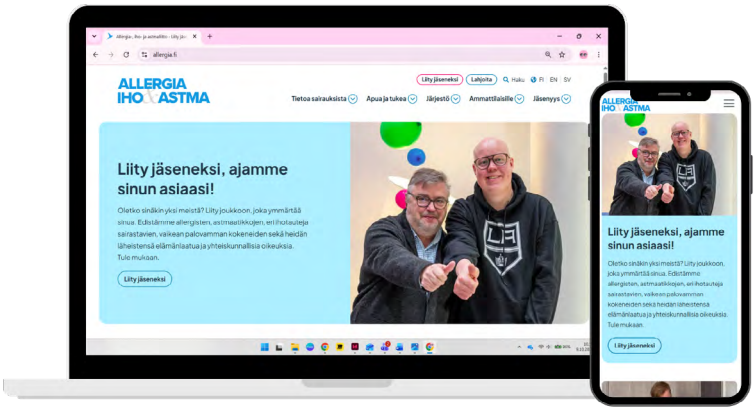


Allergia, Iho & Astma -lehti

Allergia, Iho & Astma -lehti ilmestyy jäsenetuna neljä kertaa vuodessa. Lehden painos on 14 300. Jäsenten lisäksi lehti lähetetään eduskunnan allergia- ja astma- sekä sisäilmaryhmien jäsenille, sairaaloihin, kirjastoihin, sosiaali- ja terveysalan järjestöihin ja yhteistyökumppaneille.

Verkkosivut (allergia.fi)

Ylläpidämme saavutettavaa ja käyttäjäystävällistä verkkosivustoa allergia.fi. Sivustolla on noin 1 400 000 katselukertaa vuodessa. Verkkosivujen avulla välitämme monipuolisesti ja kattavasti tietoa allergioista, ihosairauksista, astmasta, palovammoista sekä niiden kanssa elämisestä.



Sosiaalinen media

Ylläpidämme neljää sosiaalisen median kanavaa: Facebookia, Instagramia, LinkedIniä ja YouTubea. Niillä on yhteensä noin 25 000 seuraajaa. Tuotamme sosiaaliseen mediaan sisältöä ajankohtaisista aiheista, kohderyhmien sairauksista ja terveyden edistämisestä. Julkaisemme myös vertaistuellista sisältöä ja osallistamme kohderyhmää 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 900.

Luontoterveyden osaamiskeskus

Luontoterveyden osaamiskeskus toimii Imatralla. Sen toimintaa tukee muun muassa Etelä-Karjalan liitto ja Etelä-Karjalan kunnat.

Osaamiskeskuksessa keräämme ja tuotamme tietoa luonnon hyvinvointi- ja terveysvaikutuksista. Välitämme luontoterveystietoa monikanavaisesti. Järjestämme kaksi luontoterveyden teemoja käsittelevää webinaaria ja julkaisemme uutiskirjeen keväällä ja syksyllä. Verkkosivuillemme kootaan luontoterveystietoa ja -toimijoita koskevaa tietoa.

Toteutamme Atopiabarometrin yhteistyökumppaneiden kanssa. Kehitämme Luontoterveyden laatumerkkijärjestelmää. Luontoterveysmerkillä yritys tai yhteisö voi osoittaa osaamisensa luontoterveyden edistäjänä.

Teemme siitepölyseurantaa ja siihen liittyvää tiedotusta Turun yliopiston valtakunnalliseen verkostoon kuuluvalla Imatran mittauspisteellä.

Tarjoamme asiantuntijapalveluita luennointiin, luontotapahtumiin ja hankkeisiin.

Osallistumme aktiivisesti kansalliseen Terveyttä luonnosta –ohjelmaan, joka yhteistyöllä etsii ratkaisuja lisätä ihmisen ja luonnon välistä vuorovaikutusta molempien hyvinvoinnin turvaamiseksi.



Ikääntyvän astmaatikon liikuntapolku -hanke

Opetus- ja kulttuuriministeriön rahoittaman hankkeen (2025–2027) tavoitteena on vahvistaa astmaa sairastavien ikääntyvien toimintakykyä ja elämänlaatua aktiivisuuden ja liikunnan avulla. Hanke tarjoaa tietoa, ohjausta ja käytännön vinkkejä, joiden avulla voi löytää turvallisia ja mielekkäitä liikuntamuotoja sairauden ja ikääntymisen tuomat erityistarpeet huomioiden. Toisena toimintavuotena painopiste on matalan kynnyksen liikuntatoiminnan toteuttamisessa ja hankkeessa kehitettyjen toimintatapojen juurruttamisessa yhdistysten toimintaan.

Viikoittaisia liikuntatuokioita toteutetaan Facebook-ryhmässä suorina lähetyksinä sekä hybriditoimintana, jossa paikallisyhdistykset kokoavat omia liikuntaryhmiään ja ohjaus toteutetaan etänä. Toimintaa voi seurata ja toteuttaa myös itsenäisesti kotoa käsin. YouTubeen on tuotettu lyhyitä Asahi-liikuntavideoita, jotka tarjoavat helposti lähestyttävää liikuntaa myös itsenäiseen harjoitteluun.

Järjestetään Astma ja liikunta -loppuseminaari sekä yhdistysten liikuntatoimijoille Pajulahdessa viikonloppu, jossa vahvistetaan liikuntatoiminnan osaamista ja juurrutetaan hankkeessa saatua tietoa osaksi yhdistysten arkea. Hyödynnetään hankkeen yhteydessä toteutettua liikuntakyselyä, jolla selvitettiin erityisesti ikääntyvien näkemyksiä siitä, mikä saa liikkumaan, mikä estää liikkumista sekä millaista tukea ja toimintaa he kaipaavat.



4. Vaikuttaminen, yhteistyö ja yhdenvertaiset palvelut

Hyvinvointialueet ovat toimineet lähes neljä vuotta. Sujuvat hoitopolut ja oikein kohdentuvat palvelut antavat parhaan perustan sairastavan 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 verkkovertaisryhmissä 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 kohderyhmän asian edistämisen.

Vaikuttamistoiminta

Liitto antaa lausuntoja ja kannanottoja keskeisiin lakiehdotuksiin ja ajankohtaisiin asioihin.

Pidämme 10 kerran webinaarisarjan terveyden edistämisen teemoista sekä alueellisen osallisuuden mahdollisuuksista. Osa webinaareista pidetään hybridinä.

Järjestämme 8 kasvokkaista ja verkkoluentoa sosiaaliturvasta, sairauksien kanssa elämisestä sekä palvelu- ja hoitopolkujen haasteista (100 osallistujaa).

Niiden yhteydessä vieraillaan mahdollisuuksien mukaan paikallisten yhdistystoimijoiden kanssa sairaalassa tapaamassa henkilökuntaa, käydään keskustelua kunkin alueen haasteista ja autetaan yhdistyksiä vahvistamaan osaamistaan vaikuttamisessa.

Tuotamme muun muassa verkkosivuille tietoa yhdistyksille mahdollisuuksista vaikuttaa omalla alueellaan. Autamme yhdistyksiä vahvistamaan osaamistaan vaikuttamisessa. Tuotamme uudesta 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 yhteistyökumppanina ovat eduskunnan astma- ja allergia- sekä sisäilmaverkostot ja sosiaali- ja terveysalan järjestöjen kattojärjestö SOSTE. Verkostoyhteistyöllä edistämme muun muassa kansallisten ohjelmien (allergiat, harvinaissairaudet) tavoitteita ja oman strategian painopisteiden sisältöjä.

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
- Liikuntatieteellinen seura, Soveltavan liikunnan verkosto
- Harvinaiset-verkosto
- Kokemustoimintaverkosto

Järjestämme kolmen järjestön (Suomen Reumaliitto ry, Suolistosairaudet ry, Psoriasisliitto ry) kanssa 2–3 alueellista vaikuttamistilaisuutta (osallistujia yhteensä 100). Järjestämme seminaarin vuonna 2026 tehdyn työelämäkyselyn tuloksista. Lisäksi teemme viestinnällistä yhteistyötä eduskuntavaaleja varten.

Teemme tarvittaessa yhteistyötä ruoka-allergia-asioissa Ruokaviraston, Mara ry:n, Päivittäistavarakauppa ry:n ja Keliakialiiton sekä Pirkanmaan Allergia-, Iho- ja Astmayhdistyksen kanssa.

Vates-säätiön kanssa tuotamme uutta materiaalia astmaatikon ja atooppista ihottumaa sairastavan asemaa työelämässä käsitteleville verkkosivuille. Tuotamme ammatti-ihotautia käsittelevän verkkosivuston. Järjestämme yhdessä työelämää käsittelevän webinaarin.

Teemme liikuntatoiminnan kehittämistyötä ja liikuntavastaavien tukemista yhdessä kolmen järjestön (Reumaliitto, Neuroliitto, Hengitysliitto) kanssa Verkostovoimaa liikuntavastaavan vapaaehtoistyöhön -hankkeen puitteissa.

Kansainvälinen toiminta

Liitto on mukana keskeisimmissä kansainvälisissä järjestöissä ja verkostoissa. Kansainväliseen yhteistyöhön osallistuminen ja siellä käytävän keskustelun seuraaminen 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 toteutumista. Teemme suunnitelman uuden 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.

Kannustamme jäsenyhdistyksiämme verkostoitumaan muiden yhdistysten kanssa sekä jakamaan kokemuksia hyvistä toimintamuodoista esimerkiksi verkossa. Yhdistysten toiminta-alueet kasvavat, mutta paikallista toimintaa tarvitaan. Jalkautamme osallistamisen malleja yhdistyksiin.

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. Toiminnan voimavarat ja johtaminen

Henkilöstö

Liiton henkilöstöresurssi on 18,5 henkilötyövuotta. Tavoitteena on olla arvostettu työpaikka, jossa osaava ja motivoitunut henkilöstö toimii hyvässä yhteistyössä luottamushenkilöiden ja vapaaehtoisten kanssa. Strategian toteutuminen edellyttää henkilöstön osaamisen jatkuvaa kehittämistä ja asiantuntemuksen vahvistamista.

Jatkamme työnjaon kehittämistä sekä vahvistamme sisäistä ja ulkopuolista koulutusta. Jokaisen työntekijän kanssa pidetään vuosittain 1–2 kehityskeskustelua. Lisäksi järjestetään työhyvinvointipäiviä, tarjotaan työnohjausta tarpeen mukaan sekä mitataan työtyytyväisyyttä ja -hyvinvointia säännöllisesti kyselyillä.

Hallinto

Hallitus kokoontuu 6–8 kertaa vuodessa ja seuraa sekä arvioi liiton toimintaa säännöllisesti. Hallituksen ja henkilöstön yhteisellä kehittämispäivällä käsitellään strategian toimeenpanoa sekä toiminnan suuntaamista ja arviointia. Toiminnan seuranta- ja arviointikäytäntöjä kehitetään edelleen.

Talous ja varautuminen

Liiton taloudellista toimintakykyä turvataan pitkäjänteisellä ja vastuullisella suunnittelulla. Tavoitteena on pitää talous tasapainossa siten, että toimintakulut eivät ylitä tuottoja.

Omavarainhankintaa kehitetään ja rahoituspohjaa pyritään monipuolistamaan. Nykyisen suunnitelman mukaan tätä tehdään muun muassa kehittämällä kumppanuusyhteistyötä, Luontoterveysmerkkiä, uutta valtakunnallista keräystä sekä muita lahjoittamisen tapoja.



LIITE 1. Hallituksen työryhmät

Allergia-, iho- ja astmaliiton hallitus on nimittänyt avukseen työryhmiä.

Työryhmät

Asiantuntijakilta

- Puheenjohtaja, liittohallituksen jäsen Pekka Jousilahti, tutkimusprofessori, LT, erikoislääkäri, yleislääketiede
- Tuula Vasankari, pääsihteeri, LT, professori, erikoislääkäri, keuhkosairaudet
- Tari Haahtela, emeritusprofessori, LT, erikoislääkäri, keuhkosairaudet ja allergologia
- Anne Karvonen, TtM (terveystaloustiede), FT (ympäristöterveydenhuolto) ja dosentti (ympäristöepidemiologia)
- Kimmo Saarinen, FT, biologi
- Kati Palosuo, LT, erikoislääkäri, lastentaudit ja allergologia
- Johanna Mandelin, LT, erikoislääkäri, ihotaudit ja allergologia
- Katariina Ijäs, liiton asiantuntija, työryhmän sihteeri
- Paula Hellemaa, liiton toiminnanjohtaja
- Merja Tepponen, liiton puheenjohtaja

Allergiatunnustyöryhmä

- Harri Alenius, molekyylitoksikologian professori
- Matti Hannuksela, emeritusprofessori, ihotautien erikoislääkäri
- Päivi Kousa, FT, luonnontieteiden opettaja, kemisti, farmaseutti
- Olli Seppänen, LVI-tekniikan professori
- Jarkko Valjakka, FT, biolääketiede
- Kia Bertula, teknillisen fysiikan tohtori, molekyylimateriaali
- Sanna Mikkola, TkT, kemian tekniikka
- Hanna Kajander, DI, materiaalitekniikka
- Niki Malmroos, työryhmän koollekutsuja, sihteeri
- Paula Hellemaa, liiton toiminnanjohtaja

Laillisuustyöryhmä

- Hannu Kokko, liittohallituksen jäsen, työryhmän puheenjohtaja, lakimies
- Kyösti Vesterinen, kutsuttu asiantuntija, lakimies
- Merja Tepponen, liiton puheenjohtaja
- Paula Hellemaa, liiton toiminnanjohtaja, työryhmän sihteeri

Sijoitustyöryhmä

- Hannu Kokko, liittohallituksen jäsen, työryhmän puheenjohtaja, lakimies
- Pekka Mölsä, kutsuttuna asiantuntijana
- Tapio Kauppinen, liiton talous- ja hallintopäällikkö
- Puheenjohtaja ja toiminnanjohtaja osallistuvat tarvittaessa työryhmän kokouksiin.

LIITE 2.
Luontoterveyden osaamiskeskuksen laajempi toimintasuunnitelma

Luontoterveyden osaamiskeskus

Luontoterveyden osaamiskeskus on Imatralla toimiva Allergia-, iho- ja astmaliiton tutkimus- ja tietopalveluyksikkö. Perustamme on vuonna 1983 aloittaneessa Etelä-Karjalan Allergia- ja ympäristöinstituutissa, joka tuotti tutkimuksia ja julkaisuja luonto- ja ympäristöterveydestä. Osaamiskeskuksen toimintaa tukee muun muassa Etelä-Karjalan liitto ja Etelä-Karjalan kunnat.

Luontoterveystiedon asiantuntija

Keräämme, tuotamme ja sovellamme tutkittua tietoa luonnon terveys- ja hyvinvointivaikutuksista. Asiantuntijuutemme perustuu tutkimustiedon ja käytännön kokemusten yhdistämiseen, soveltavaan tutkimukseen sekä monialaiseen yhteistyöhön.

Välitämme luontoterveystietoa monikanavaisesti eri kohderyhmille. Järjestämme vuoden aikana kaksi luontoterveyden teemoja käsittelevää webinaaria ja julkaisemme uutiskirjeet keväällä ja syksyllä. Kokoamme verkkosivuillemme tutkittua luontoterveystietoa ja alan hankkeita. Lisäksi viestimme luontoterveydestä Facebookissa, Instagramissa ja LinkedInissä.

Tutkimusta ja hankkeita

Kevättalvella toteutamme ensimmäisen Atopiabarometrin yhteistyökumppaneidemme kanssa. Barometrin avulla seurataan atooppista ihottumaa sairastavien oireita, lääkkeiden käyttöä, hoitoa ja kokemuksia sairauden vaikutuksista noin viiden vuoden välein. Toistuva tiedonkeruu mahdollistaa tulosten vertailun aiempiin barometreihin ja tukee hoidon ja palvelujen kehittämistä.

Päivitämme allergia- ja astmatilastoja sairauden aiheuttamien suorien ja epäsuorien kustannusten uudelleen arvioimiseksi. Edellinen selvitys tehtiin Kansallisen allergiaohjelman (2008–2018) päättyessä. Päivityksellä arvioidaan ohjelman vaikutuksia sekä hoidon ja terveydenhuollon muutoksia.

Olemme mukana Etelä-Karjalan virkistysaluesäätiön ja Saimaa Geoparkin LUMO-hankkeissa sekä MLL:n Kaakkois-Suomen piirin Yhes luontoon – luontohyvinvointia nuorille ja perheille -hankkeessa. Tuomme hankkeisiin luontoterveyden asiantuntemusta ja edistämme yhteistyössä luontolähtöisten toimintatapojen käyttöönottoa.

Osallistumme aktiivisesti kansalliseen Terveyttä luonnosta -ohjelmaan, jossa etsitään yhteistyöllä ratkaisuja ihmisen ja luonnon välisen vuorovaikutuksen vahvistamiseen ja molempien hyvinvoinnin turvaamiseen. Toimimme ohjelman järjestötyöpaketissa ja osallistumme vuoden 2027 Terveyttä luonnosta -teemavuoden suunnitteluun, toteutukseen ja viestintään.

Seuraamme ilman siitepölypitoisuuksia helmikuusta syyskuun loppuun Turun yliopiston valtakunnalliseen seurantaverkostoon kuuluvalla Imatran mittauspisteellä. Tiedotamme Kaakkois-Suomen siitepölytilanteesta verkkosivuillamme ja paikallismedioiden kautta. Ajantasainen tieto auttaa allergisia varautumaan siitepölykauteen ja tukee alueellista terveysviestintää.

Luontoterveysosaamista käytäntöön

Kehitämme Luontoterveyden laatumerkkijärjestelmää. Luontoterveysmerkin avulla yritys tai yhteisö voi osoittaa asiakkailleen, että sen tarjoama luontoperustainen palvelu toteutetaan ammattitaitoisesti ja vastuullisesti. Merkki on suunnattu opas- ja retkeilyalan toimijoille sekä muille yrityksille ja yhteisöille, jotka hyödyntävät palveluissaan luonnon terveys- ja hyvinvointivaikutuksia. Tavoitteenamme on kehittää merkkiä siten, että se voidaan liittää osaksi Visit Finlandin Sustainable Travel Finland (STF) -ohjelman sertifikaatteja. Lisäksi selvitämme merkin laajentamista koskemaan sisällä olevia luontotiloja.

Tarjoamme luontoterveyden asiantuntijapalveluja järjestöille, kunnille, yrityksille, oppilaitoksille ja hanketoimijoille. Palveluihin kuuluvat asiantuntijaluennot ja koulutukset, luontotapahtumien sisältöyhteistyö sekä hankkeiden suunnittelun ja toteutuksen tuki. Räätälöimme palvelut kohderyhmien tarpeisiin ja edistämme näin tutkitun luontoterveystiedon soveltamista käytäntöön.

LIITE 3. Strategia-infograafi

Allergia-, iho- ja astmaliiton strategia 2026–2030

ALLERGIA IHO & ASTMA

Strategian painopisteet

- Edistämme hyvinvointia lisäämällä tietoisuutta astman, ihosairauksien ja allergioiden kanssa elämisestä
- Teemme yhteistyötä ja vahvistamme verkostoja eri toimijoiden kanssa
- Edistämme yhdenvertaisuutta sosiaali- ja terveydenhuollon saatavuudessa
- Tuemme ja autamme yhteisöjä vahvistumaan sekä toimimaan aktiivisina palveluiden ja vertaistuen tarjoajina



Arvot

Yhteisöllisyys
Mahdollisuuksia kohdata ja kuulua joukkoon

Vastuullisuus
YK:n kestävän kehityksen tavoitteiden soveltaminen toimintaan

Asiantuntijuus
Tutkittua tietoa yhdessä kokemustiedon kanssa

Yhdenvertaisuus
Jokaisen kohtaaminen ja tunnustaminen omana itsenään

Missio

Tietoa, tukea ja yhteisöllisyyttä – arkea helpottamassa, ei vain sairautta hoitamassa