

HELSINGIN SEUDUN PSORIASISYHDISTYS RY:N TOIMINTAKERTOMUS 2025

YLEISTÄ

Vuosi 2025 oli Helsingin seudun Psoriasisryhdistys ry:n 50. toimintavuosi. Yhdistys vietti 50-vuotisjuhlaansa Kampin Fade-salisssa.

Yhdistyksen toiminnan merkittävänä kulmakivinä on edelleen ollut tarjota jäsenilleen sekä heidän läheisilleen mahdollisuus saada tarvitsemaansa tietoa psoriasiksesta, vertaistukea, liikunnallista kuntoutusta ja henkistä hyvinvointia sekä kokea tasavertaista yhteisöllisyyttä..

Olemme tehneet läheistä yhteistyötä kattojärjestömme Psoriasisliiton ry:n kanssa osallistumalla varapuheenjohtajana ja varajäsenenä Psoriasisliiton hallitustyöskentelyyn, sekä Psoriasisliiton eri kehittämistyöryhmiin ja toimikuntiin. Olemme tiivistäneet yhteistyötä paikallisten psoriasisryhdistyksien ja muiden potilasyhdistysten kanssa yhteisten tapaamisten ja tapahtumien muodossa.

Helsingin seudun Psoriasisryhdistys on kehittänyt jatkuvasti omaa toimintaansa sähköistä viestintää tehostamalla. Markkinointiin ja ilmoitteluun on panostettu sähköpostikirjeiden, sosiaalisen median mm. Facebook ja Instagramin ja sekä yhdistyksen sekä Psoriasisliiton kotisivujen avulla. Yhdistyksen jäsenille on jaettu vuoden 2025 aikana kaksi jäsentiedotetta sähköpostitse sekä tiedotettu toiminnasta Ihon aika-lehdessä, tekstiviestein ja paperiesittein. Näin kaikki sähköisen viestinnän ulottumattomissakin olevat jäsenet on tavoitettu

Yhdistys on järjestänyt kuukausittain kaikille avoimia vertaistuki-illoja. Kukin hallituksen jäsen on vuorollaan valmistellut oman iltansa eri teemojen pohjalta sekä kutsunut näihin tilaisuuksiin mukaan alustajiksi asiantuntijoita.

Yhdistyksellä on ollut toiminnassa kahdesta kolmeen erillistä vertaistukiryhmää, jotka ovat kokoontuneet kuukausittain. Samoin yhdistys on osallistunut järjestäjänä tai osallisena eri yhdistysten välisiin ja valtakunnallisiin verkkovertaisryhmiin.

Yhdistys on vakinaistanut kuukausittaisen ”avoimet ovet”-toiminnan, jolla pyritään antamaan vertaistukea ja neuvontaa psoriarjen käytännön asioiden hoidossa.

Yhdistys on tarjonnut kulttuurikuntoutusta tukemalla taloudellisesti yhteisiin teatteri- ja konserttitapahtumiin osallistumista.

Yhdistys on vuokrannut jäsenilleen UVB-valohoitolaitteita ja UVB-kampoja.

Yhdistys on järjestänyt jäsenilleen ohjattua vesijumppatoimintaa.

Yhdistys on viranomaissäädösten muututtua joutunut lopettamaan UVB-valohoitolaitteiden ja UVB-kampojen vuokraustoiminnan.

Yhdistyksen taloudellinen tilanne oli hyvä vuonna 2025. Yhdistyksen tuotot koostuivat jäsenmaksuista, Psoriasisliiton jäsenjärjestöavustuksesta, Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueen järjestöavustuksesta ja kuntien avustuksista.

Paikallisyhdistyksenä roolimme on jäseniemme tukeminen tiedon, vertaistuen ja yhteisöllisyyden eri muodoissa.

Olemme saaneet uusia jäseniä tapahtumiin ja muuhun toimintaan.

HALLINTO

Yhdistyksen jäsenmäärä vuoden 2025 lopussa oli 1867 henkilöä.

Kaudella 2025 hallintoa hoiti 28.4.2024 vuosikokouksessa valittu hallitus, johon kuuluivat: puheenjohtaja Pekka Fredriksson, varapuheenjohtaja Markku Saarela, jäsenet Jukka Rita, Eva-Maria Hakola, Pekka Pernu ja Pasi Urjo sekä varajäsenet Ida-Maria Nilsson-Ollandt, Eeva Hanström, Janika Keskinen ja Jari Kauppila. Vuoden aikana Markku Saarelan kuoleman johdosta vt. varapuheenjohtajaksi nimettiin Eeva Hanström-Hiljanen ja Pekka Pernu erosi hallituksesta.

Vuosikokous vahvisti toimintasuunnitelman ja talousarvion vuodelle 2025.

Toiminnantarkastajaksi valittiin Eija Rikama ja varalle Anne Romar. Vuosikokoukseen osallistui 14 jäsentä.

++Hallituksen järjestäytymiskokouksessa valittiin hallituksen sihteeriksi ja rahastonhoitajaksi Pasi Urjo. Yhdistyksen kirjanpidon ja tilinpäätöksen hoiti Tilitoimisto Luiro Oy. Yhdistyksen hallitus kokoontui 11 kertaa.

Toimintavuonna ei ollut palkattua henkilökuntaa, vaan tehtävät hoidettiin hallituksen ja aktiivijäsenten vapaaehtoistyönä.

LIITTOKOKOUS, JÄRJESTÖ- JA ALUEPÄIVÄT

Yhdistyksemme edustajat osallistuivat Psoriasisliiton vuosikokoukseen Psoriasisliiton suurimpana jäsenyhdistyksenä neljällä edustajalla. Vuonna 2025 Psoriasisliiton hallituksen varapuheenjohtajana on toiminut yhdistyksestämme Eva-Maria Hakola ja hallituksen varajäsenenä Pekka Fredriksson.

Järjestö- ja aluepäiville yhdistyksemme edustajat ovat osallistuneet aktiivisti.

TIEDOTUSTOIMINTA

Yhdistyksen jäsentiedote julkaistiin jäsenille kaksi kertaa vuoden aikana. Tiedote toimitettiin sähköpostitse ja tieto saatavuudesta tekstiviestinä ja Ihon aika-lehdessä.. Tiedotteet olivat luettavissa yhdistyksen kotisivuilla www.hepso.fi. Tiedotteita toimitettiin myös pääkaupunkiseudun sairaaloihin, yksityisille lääkäriasemille sekä alueen terveysasemille paperiversiona. Tiedot yhdistyksen toiminnasta ja tapahtumista on päivitetty www.lähellä.fi-tapahtumakalenteriin.

Lisäksi ajankohtaista tietoa toiminnasta lähetettiin jäsenille sähköpostitse jäsenkirjeinä. Toiminnasta ilmoitettiin myös Ihon aika-lehdessä, yhdistyksen kotisivuilla, Facebookissa ja Instagramissa.

Yhdistyksen Facebook ja kotisivut ovat olleet entistä tärkeämpi tiedotuksen väylä jäsenistölle toimintavuoden aikana. Facebook-sivujen seuraajien määrä kasvoi edelleen ja oli vuoden lopussa n.500 henkilöä. Yhteydenotot sähköpostitse ovat edelleen kasvaneet, lisäksi jäsenet ilmoittautuivat aiempaa enemmän kotisivujen kautta yhdistyksen

tapahtumiin. Kotisivujen kautta yhdistys on ilahduttavasti saanut vuoden aikana uusia jäseniä. Yhteyskanavana on ollut myös yhdistyksen päivystävä puhelin.

TEEMAILLAT

Vuoden aikana on järjestetty kahdeksantoista yleistä vertaistuki- ja avoimien ovien iltaa eri teemoin ja aihein. Jäseniltoja pidettiin Helsingin toimistolla, Espoossa, Vantaalla ja Kirkkonummella. Yhdistyksen hallitus on tehnyt yhteistyötä muitten psoriasisyhdistyksien kanssa yhteisten tapahtumien ja vertaistuen suunnittelun merkeissä.

VERTAISTUKI

Osana Maailman Psoriasispäivän tapahtumia yhdistys järjesti Kampin palvelukeskuksessa 31.10.2025 kaikille avoimen vertaistukitapahtuman, jossa samalla juhlittiin yhdistyksen 50-vuotistaivalta ja julkaistiin yhdistyksen 50-vuotishistoriikki. Asiantuntija-alustuksen lisäksi kuultiin juhlapuhe, musiikkiesitys, historiikin esittely ja nautittiin kakkukahvit.

Samoin yhdistys järjesti Kampin palvelukeskuksessa 2.4.2025 vertaistukitapahtuman osana Psoriviikon tapahtumia.

Yhdistyksen koulutettuina vertaistukihenkilöinä ja kokemusasiantuntijoina ovat toimineet Eeva Hanström, Pasi Urjo ja Eva-Maria Hakola. Kolmen vertaistukiryhmän tapaamisia on ollut yhteensä 24 kertaa.

Vertaistukea on annettu myös lukuisissa jäsentilaisuuksissa sekä puhelin- ja sähköpostiyhteydenotoissa. Yhdistys on osallistunut Psoriasisliiton toimintalinjausten määrittelyyn mm. vertaistuen kehittämiseksi.

LIIKUNTA

Yhdistys järjesti jäsenilleen ohjattua vesijumppaa Helsingin Ammattikorkeakoulu Metropolian tiloissa. Vesijumpan tarkoituksena on kuntouttaa ja ennaltaehkäistä nivelpsoriasiksen oireita. Ryhmien ohjaajina toimivat oppilaitoksen opiskelijat ja opettajat. Allaskäyntejä on ollut 54 kertaa joissa yhteensä 489 osallistunutta.

KULTTUURIKUNTOUTUS

Yhdistys järjesti jäsenilleen tuetun osallistumisen kolmeen teatteri- ja kahteen konserttitapahtumaan.

EDUSTUS MUISSA JÄRJESTÖISSÄ

Psoriasisliiton hallituksen varapuheenjohtajana toimi Eva-Maria Hakola ja hallituksen varajsenenä hänen varajäsenenään Pekka Fredriksson. Yhdistys on jäsenenä HyTe ry:ssä ja Vantaan Järjestörinki ry:ssä. Pekka Fredriksson on jäsenenä Kirkkonummen vammaisneuvostossa, varajäsenenä Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueen vammaisneuvostossa ja osallistunut Helsingin järjestöneuvottelukunnan toimintaan.

TALOUS

Yhdistyksen talous on v. 2025 ollut kohtuullisen hyvä. Suurimpana tuloeränä saatiin Psoriasisliitolta jäsenmaksupalautuksena 13.000€. Menopuolella suurimmat erät olivat

toimitilakulut 6600€. Vertaistuki-, kulttuurikuntoutus- ja liikuntatapahtumien tuki oli n. 8.000€.

KIITOKSET

Yhdistyksen hallitus kiittää lämpimästi jäsenistöämme, joka on osallistunut aktiivisesti toimintaan ja eri tapahtumiin. Kiitämme myös Psoriasisiittoa, Länsi-Uudenmaan hyvinvointialuetta. Espoon ja Kirkkonummen kuntia ja muita yhteistyökumppaneita, jotka ovat toimintaamme tukeneet. Kiitokset kuuluvat myös eri toiminnoissa mukana olleille yksityishenkilöille, sisaryhdistyksille ja yhteisöille. Toivomme yhteistyön jatkuvan ja kehittyvän tulevaisuudessakin.

Helsingissä 26.3.2026

HELSINGIN SEUDUN PSORIASISYHDISTYS RY
Hallitus