



Vuosikatsaus 2020

Vuosi 2020 lukuina



Jäsen-
yhdistyksiä

84



Jäseniä liitossa

22 289



70%



30%

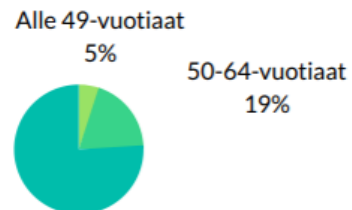


Jäsenten
keski-ikä

70

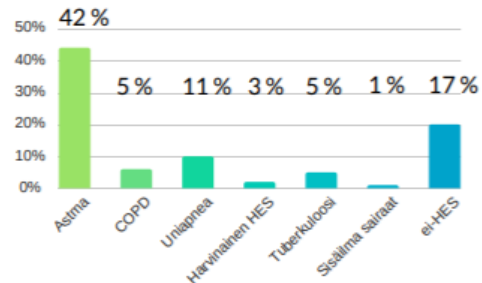
Uusia jäseniä liittyi 1026, keski-ikä 62v
(18% alle 50-vuotiaita)

Ikäjakauma



Yli 65-vuotiaat
76%

Jäsenten hengityssairaudet (liittyneet ennen vuotta 2019)



Jäsenten kiinnostuksen kohteet (vuodesta 2019 alkaen liittyneet)



Aktiivinen strategiatyö 2020

- Hengitysyhdistysten kuuleminen syksyllä.
- Liittovaltuuston ja liittohallituksen kommentit strategiatyön edetessä.
- Henkilöstön kommentit.



VISIONME:
Suomessa on hyvä hengittää
Perustehtävämme: edistää hengitysterveyttä ja hengityssairaan hyvää elämää

STRATEGISET TAVOITTEEMME 2021–2025:

Hengitysterveys on asia, minkä vuoksi suomalaiset haluavat tehdä arjen tekoja.

VIESTINTÄ

Tarjoamme monipuolisia osallistumismahdollisuuksia ja kohtaamisen paikkoja. Hengityssairaat ja hengitysterveydestään kiinnostuneet kokevat itsensä ja toimintamme itselleen merkityksellisenä.

VERTAISTOIMINTA

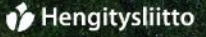
Tuomme hengityssairaan ääntä kuuluviin siellä, missä hengitysterveyteen liittyvistä asioista päätetään.

VAIKUTTAMINEN

 YHTEISÖLLISYYS

 VASTUULLISUUS

 VERTAISUUS



Uusi strategia ohjaa järjestötoiminnan suunnittelua ja toteutusta vuosina 2021–2025.

Hengityслиhdistysten tuki, ohjaus ja neuvonta

- Järjestöasiantuntijoiden järjestämät koulutukset ja yhdistysohjaukset
 - 49 koulutusta
 - 393 ohjausta
- Yhteensä 1856 yhdistysaktiivia osallistui koulutuksiin tai sai ohjausta.



Vapaaehtoisten koulutuksiin ja työnohjauksiin osallistujat (263 hlöä)

- 100 vertaisohjaajaa - toimivat pääosin hengitysyhdistyksissä
- 98 vertaisliikunnanohjaaja
- 27 kokemustoimijaa – toimivat liitossa ja hengitysyhdistyksissä (uusia 7 hlöä)
- 15 verkkovertaisohjaajaa – toimivat liiton verkkovertaisryhmissä
- 12 vertaistukijaa – toimivat liiton vertaistukitehtävissä
- 11 vertaispuhelinvastaajaa – toimivat liiton sisäilmasta sairastuneiden vertaispuhelimessa



Järjestöavustusta jaettiin 60 000 €

Jäsenyhdistyksistä 66 % sai järjestöavustuksen eli toimintatonnin.

47 yhdistystä käytti tonnin perustoimintaan (vertaistoimintaan, yhdistysviestintään, IT-laitteisiin, hengitysterveyttä edistäviin tilaisuuksiin ja tapahtumiin).

7 yhdistystä käytti avustuksen yhdistyksenä kehittämiseen.



*54 yhdistystä sai
jäsenjärjestö-
avustuksen.*

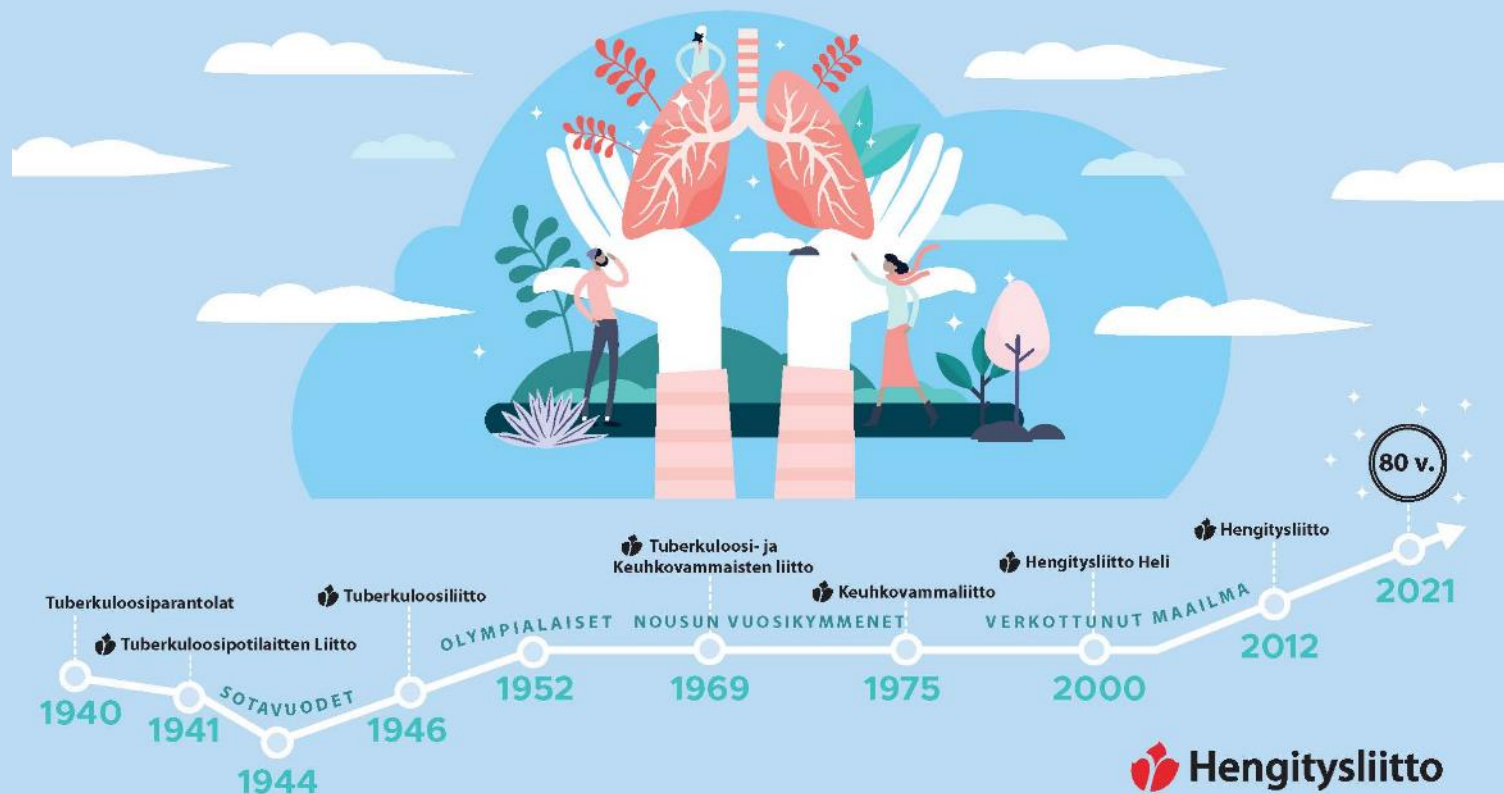
Elinvoimaiset yhdistykset - juttusarja

- Aktiivinen ja edullinen toiminta tuo jäseniä/
Parkan Seudun Hengitysyhdistys
- Kerran vuodessa tsempataan isosti/ Varkauden
Seudun Hengitysyhdistys
- Peruna kerrallaan kohti parempaa
maailmaa/ Kokkolanseudun Hengitysyhdistys
- Vahvoja ideoita Kymijoen varresta/
Kuusankosken Hengitysyhdistys



Merkityksellistä arkea jo 80 vuotta!

VUOSIKALENTERI 2021



Vertaistoiminta toteutui valtakunnallisena verkossa

- Vinkkejä ja vertaistukea
- Elämä muutoksessa, Mitä sinulle kuuluu? -keskustelutilaisuudet
- Kokemustarinat
- Verkkoluennot
- Well02 –limanpoisto infotilaisuudet
- Sitä on nyt ilmassa -luentosarja
- Uniapneahoitajan opastus illat
- CPAP-laite tutuksi -minikurssit
- Voimavara-illat
- Yhdistysten ryhmäohjaukset

140
verkkotapahtumaa
ja 3 300
osallistujaa



Lahjoitus- ja keräysvaroilla hankittua

- Korkeavirtaus-happihoidon laitteita lahjoitettiin 8 kpl seuraaviin paikkoihin:
 - HUS Sydän- ja keuhkokeskus
 - HUS Porvoon sairaalan keuhkosairauksien poliklinikka
 - Tampereen yliopistollinen keskussairaala
 - Turun yliopistollinen keskussairaala
 - Oulun yliopistollinen keskussairaala
- Matkahappirikastimia 4 kpl OYS ja HUS/Porvoo

7.4.2021



Hengitysliitto selvittää

3 laajempaa kyselyä vuonna 2020

JÄSENKYSSELY 2020

- N = 1169 jäsentä, (80 HY:stä)
- 64 % osallistui toimintaan
- 30% oli yhdistysaktiivi
- Liittymissyy tärkeysjärjestyksessä; oma sairaus ja tiedon tarve, yhdistys koettiin tärkeäksi itselle, liikunta- ja vertaisryhmät.
- 5 %:a oli pyydetty mukaan
- Useimmin este osallistumiselle oli se, että ei tuntenut yhdistyksestä ketään, pitkä matka ja huonot kulkuyhteydet
- Vastaajat olivat tyytyväisiä toimintaan
- 75 % oli huomannut verkkotoiminnan lisääntyneen, mutta 8 % osallistunut



*Yhdistyksen toiminta koetaan tärkeäksi.
Useampi tulisi mukaan toimintaan, jos
pyydetttäisiin mukaan.*

Liitto selvitti – hengityssairaana ääni kuuluu 1/3

- Kuulemisviikko: Uniapneaa sairastavien kokemuksia hoidostaan ja omahoidostaan.
- N=1481 vastaajaa.
- Kolmannes vastaajista halusi elintapaohjausta osana omahoitoa.
- Vain 4 % oli saanut ohjausta ravitsemusterapeutilta.
- Vertaisryhmät ovat tärkeä tuen paikka.

UNIAPNEAA SAIRASTAVAT OVAT KIINNOSTUNEITA VERTAISTOIMINNASTA

Hengitysliiton tammikuussa 2020 toteuttama Kuulemisviikon verkkokysely kertoo, että uniapneaa sairastavat etsivät tietoa verkosta.



UNIAPNEAN HOIDOSTA KAIVATAAN LISÄTIETOA



VALTAOSA VASTAAJISTA NAISIA



Liitto selvitti – hengityssairaan ääni kuuluu 2/3

- Rokotteisiin liittyviä arvoja ja asenteita 04–5/2020.
- N=3196 vastaajaa, 89 % oli hengityssairaus.
- 56 % oli ottanut omakustanteisen pneumokokkrokotteen.
- Rokotteet ovat riskiryhmäläisille tärkeitä. Toivelistan kärjessä on maksuttoman rokotussuojan laajentaminen.

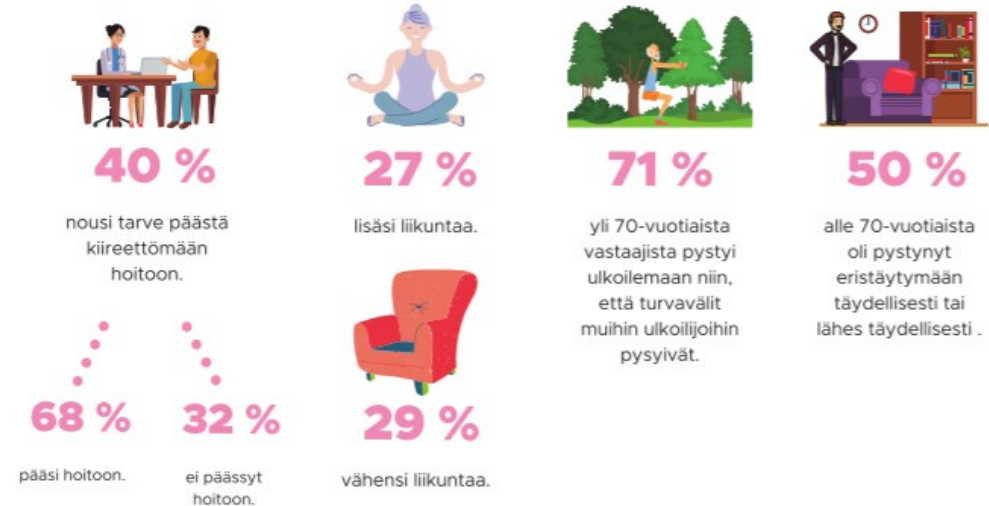


Liitto selvitti – hengityssairaana ääni kuuluu 3/3

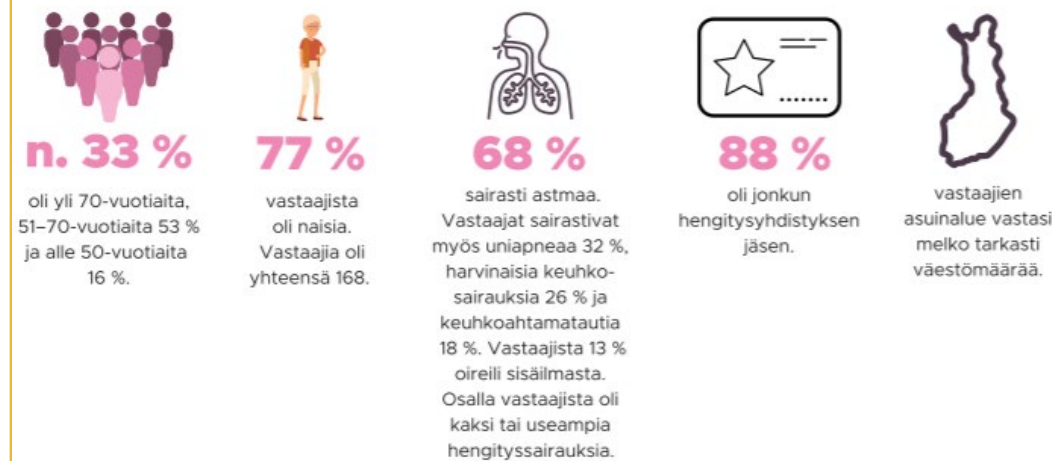
- Kokemuksia koronapandemiasta selviytymisestä 05–6/2020.
- N=168 vastaajaa.
- ”Eristäytymistä, etätöitä ja liikkumistapojen muutosta”.
- Arjesta tuli osalle vastaajista yksinäistä. Osa koki saaneensa lisää aikaa ja arki rauhoittui.
- Kolmannes ei ollut päässyt kiireettömään hoitoon.

KORONAKYSELYN TULOKSET

N 168 vastaajaa



VALTAOSA VASTAAJISTA NAISIA



Korona-ajan toiminta

Toimintamahdollisuudet ja toimintatavat uudistuivat vauhdikkaasti

Tiivis yhteistyö Filha ry:n kanssa:
Keuhkokuoli-linjan markkinointi ja
koronaan liittyvän viestinnän
sisältöyhteistyö.

Älä jää huolesi kanssa yksin

Keuhkokuoli-linja on
auki sinua varten

- ma–pe klo 13–17 suomenkielinen
palvelunumero **0800 390 310**
- torstaisin klo 10–11 tavoitat
meidät **chatistä**

Puhelut ovat soittajalle maksuttomia.

keuhkokuoli.fi



Ahdistavatko
korona ja
keuhkosairaudet tai
etsitkö vastauksia
koronaa koskeviin
kysymyksiin?

Tehostettua koronaviestintää

- Hengitys-lehden Korona-extrat (huhti-, kesä- ja marraskuu)
- Päivittyvä tieto verkkosivuillamme (Q/A)
- Yleisöluennot koronasta 2.6. ja 9.11.
/Keuhkosairauksien erikoislääkäri, LKT Jere Reijula



Hengityssairaudet

Ajankohtaista: koronavirus

Ajankohtaista: kasvomaski

Poista limaa – puhalla pulloon

Ajankohtaista: koronavirus

Perustietoa hengityssairauksista ja koronaviruksesta. Sivu on päivitetty 13.11.2020.

Uutta

Lue Hengitys-lehti nettiextra 9.11.2020 pidetystä koronaillasta: [COVID-19 eli koronavirustaudin sairastaminen ja toipumisen kirjo](#).

Etälenkkeilyä ja liikuntaa verkossa

- Virkeyttä viideltä Veeran kanssa – verkkoliikuntatilaisuudet 19 kertaa
- Etäkävelylenkkeilykokeilu Teamsin välityksellä: malli valmis yhdistyksiin vietäväksi
- Hengittäminen helpommaksi -luentosarja verkossa
- Hyvinvointia luonnosta -verkkoluento
- Koulutusta yhdistysaktiiveille
 - Liikuntatreffit -verkossa
 - Pelaa liikkuen vinkkipäivät, Iisalmi ja Raahe
 - Istumajooga, Tampere ja Helsinki



58. Helin kesä 5.6.2020 verkossa



Aivotutkimuksen tohtori Ville Ojanen

Koronan jälkeen - Miten hyviä asioita tapahtuu?



Kokemustoimija Eeva-Liisa Peltonen

Kokemuksia erillään



Vuorovaikutusmuotoilija Simo Routarinne

Rakentavaa vuorovaikutusta verkossa ja kasvokkain

Uusia ja jatkuvia hankkeita

Keuhkot ja korona – tutkimus, 2020–2021

- Hengitysliitto rahoittaa tutkimuksen testamenttilahjoitusvaroin.
- Filha ry vastaa tutkimuksesta.
- Tutkimuksen toteutus: HUS/Meilahden sairaala.
- Lisäksi selvitetään liikunta-painotteisen kuntoutuksen vaikutuksia toipumiseen.



*Miten keuhkot
toipuvat ja mitä
jälkiä COVID 19 –
virus jättää?*

Hanke, 2020–2023

- Hengityслиitto mukana vahvistamassa potilaan asemaa suositusten laadinnassa.
- Suomalainen lääkäriseura Duodecim vastaa tutkimuksesta.
- Selvitetään, miten potilaat ja heidän läheisensä voivat osallistua Käypä hoito-suositustyöhön.
- Varmistetaan suositusten korkea laatu ja lisätään niiden merkityksellisyyttä.

7.4.2021



*Potilaat
mukaan!*

Uutta verkkokuntoutus 2020–2021 keuhkofibroosia sairastaville

- Yhteistyössä Helsingin yliopistollisen sairaalan HUSin sydän- ja keuhkokeskuksen kanssa.
- Rakennettiin kuntoutuspolku virtuaaliseen Terveyskylään. Jatkossa kaikissa yliopisto- ja keskussairaaloissa hoidossa olevat keuhkofibroosia sairastavat voidaan ohjata samanlaiselle verkkokuntoutuspolulle.
- Hankkeen mahdollistaa Rochen ja Boehringer Ingelheimin tuki.



VN TEAS -hanke 2020-2021

- Hengityслиitto ry:
 - Mervi Puolanne, hankkeen johtaminen koordinointi
 - Sari Mäki, tutkija
 - Kirsi Säkkinen, sisäilma-asiantuntija
- Terveiden ja hyvinvoinninlaitos THL
- Asumisterveysliitto AsTe ry
- Asianajotoimisto Alfa Oy
- Työterveyslaitos TTL



*Sisäilmasta
kärsivien
auttaminen ja
tukeminen*

Ratkaistaan yhdessä - hanke 2018–2021

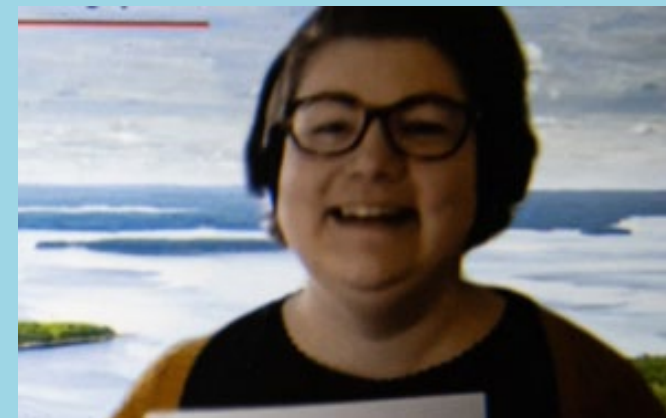
- Educa 2020
- Terveet tilat 2028 -seminaari
- Toiminta verkkoon 03/21
- Tukioppilaskortit
- SROI-arviointi
- Julkaisu Yhteistyöllä eteenpäin!



7.4.2021

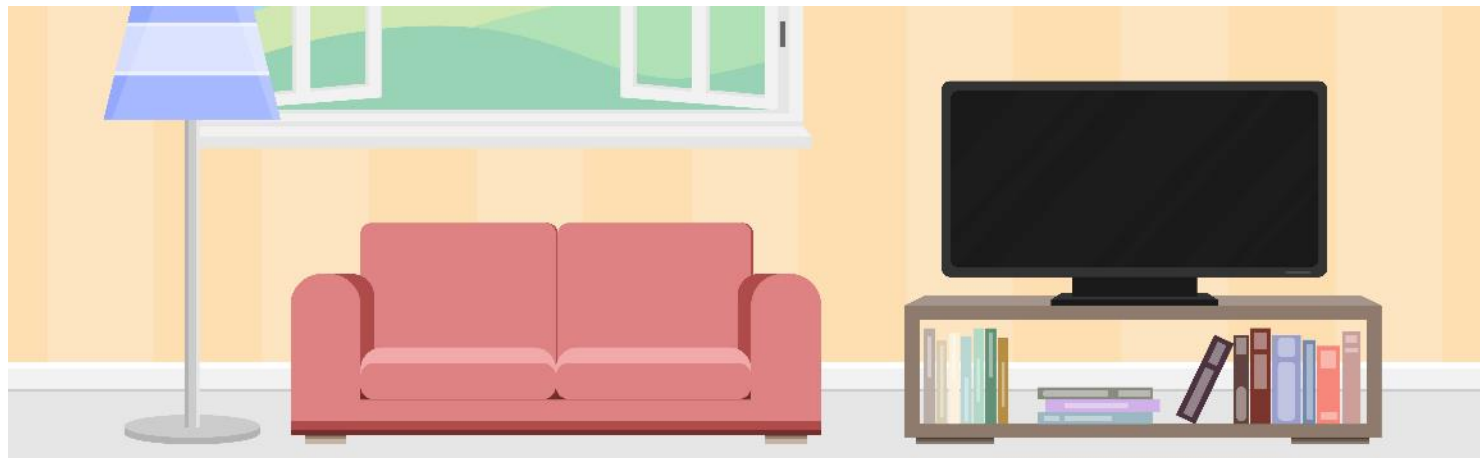


**Luottamuksen
rakentaminen –
kuinka siinä
voi onnistua?**



Korjausneuvonta

- Hometalkoot.fi -sivustolla: kävijöitä 49 404 (+15 %) ja sivun katseluja 245 017 kpl.
- Sivuilla viivytettiin kauan, yli 4 minuuttia.
- Sisäilmaverkkosivulla: kävijöitä 224 599 (+7 %), sivun katseluja 778 980 kpl.



Stumppi

- Ulkomainoskampanja
11–12/20: 262 mainospintaa,
5,9 miljoonaa katsekontaktia.
- Stumppi.fi -sivustolla:
242 427 kävijää ja
498 478 istuntoa.

*Keskustelu-
foorumilla
10 244 vertaista
tukee toisiaan.*

KUN TUNTOU,
ETTÄ ELÄMÄ VALUU
SORMIESI VÄLISTÄ

Tukea lopettamiseen:

Stumppi.fi



Kaikille avointa puhelinneuvontaa

Asiantuntijat paikallispuhelun hinnalla jäsenten & jokaisen kansalaisen tukena!
Trendinä puheluiden keston pidentyminen.



Stumppi
-neuvontapuhelin
ma ja ti klo 10–18 ja to klo 13–16
0800 148 484



Sisäilmasta sairastuneiden
vertaispuhelin
ti klo 9–12 ja to klo 16–19
044 407 7010

825 puhelua

93 puhelua



Sosiaali- ja terveysturvan
neuvontapuhelin
to klo 9–12
020 757 5150



Sisäilma- ja korjaus-
neuvontapuhelin
ma-to klo 9–15
020 757 5181

**241 sosiaali- ja terveysturvaan sekä
terveyteen liittyvää puhelua**

**puhelin ja
sähköpostineuvontaa 2866
henkilölle**

Vaikuttamista ja viestintää

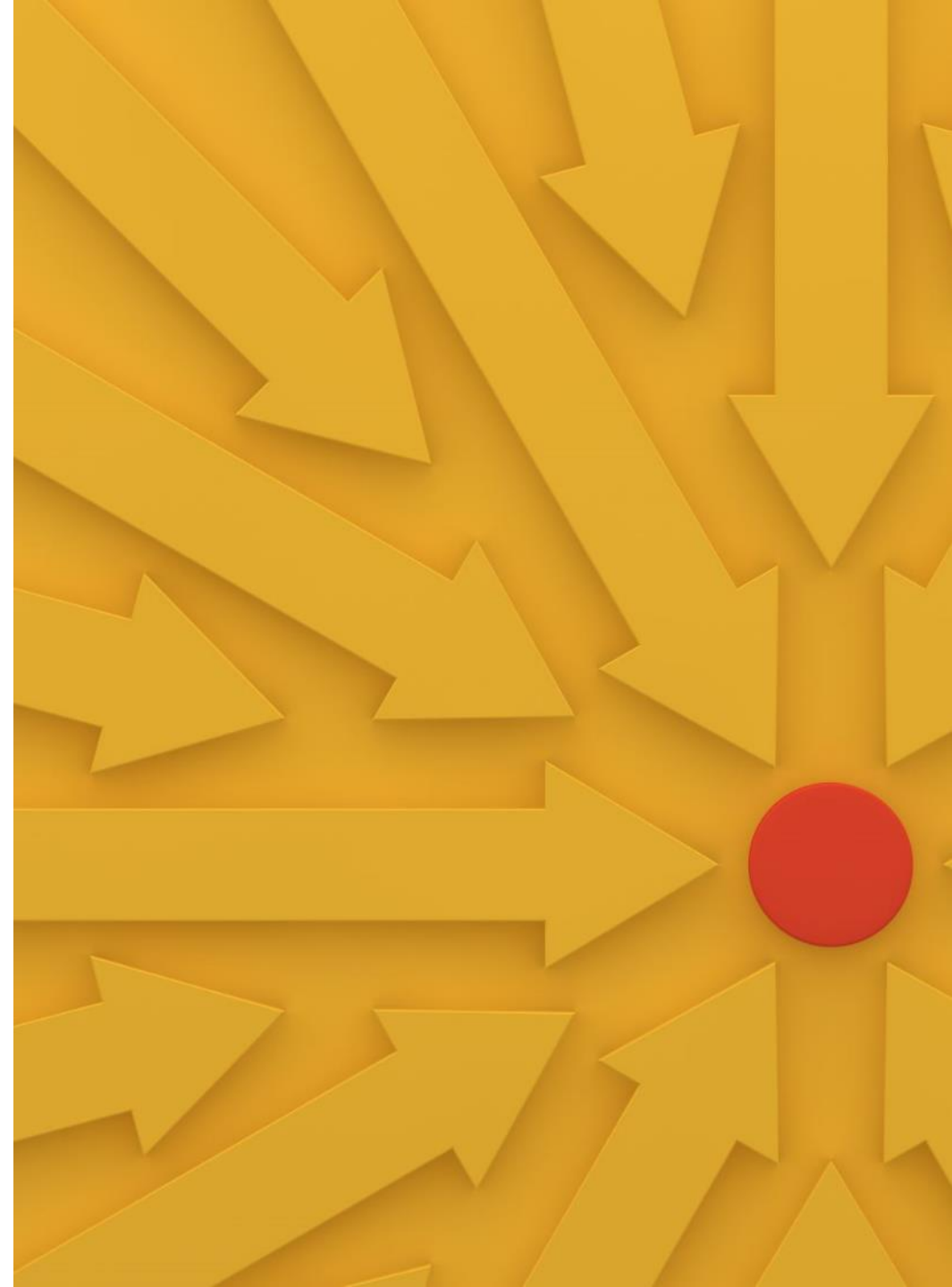
Edunvalvontatyöstä

- Uusi kansallinen hengitysterveysohjelma: Ministeri Krista Kiurun pyöreän pöydän keskustelu yhdessä asiantuntijoiden ja järjestöjen kanssa: ilmastonmuutos näkökulma ohjelmaan mukaan
- Edelleen edistettiin
 - Lääkekorvausten, terveydenhuollon maksujen ja matkakorvausten maksukattojen yhdistäminen ja nykyistä alhaisempi taso.
 - Asiakasmaksulain uudistus
 - Sote-uudistus
 - Sosiaaliturvauudistus: SOSTE:n sosiaaliturvakomitea
 - Tupakkalainsäädäntö
 - Terveysverotus
 - Hengityssairaiden kuntoutus (kela)



Jatkuvaa edunvalvontaa ja vahvaa vaikuttamista

- Lainsäädäntöprosesseihin liittyviä lausuntoja ja kannanottoa 11 kpl
- Päättäjien kontaktointi
 - 7 kansanedustajaa
 - 5 ministeriä
 - 3 ministeriön virkamiestä (lainvalmistelu)
 - lisäksi kontaktit eri kansallisten työryhmien välityksellä
- Hengityслиitto toimi aktiivisesti 50 toimielimessä, yhteistyöorganisaatiossa sekä verkostossa
 - Terveet tilat 2028
 - Sisäilma ja terveys 2018-2028 -toimenpideohjelmassa
 - Harvinaisten sairauksien kansallinen ohjelma 2019-2023
 - SOSTE:n vaikuttamistyöryhmissä
 - Yksi Elämä -vaikuttamisverkosto



Sitä on nyt ilmassa - verkkoluentosarja

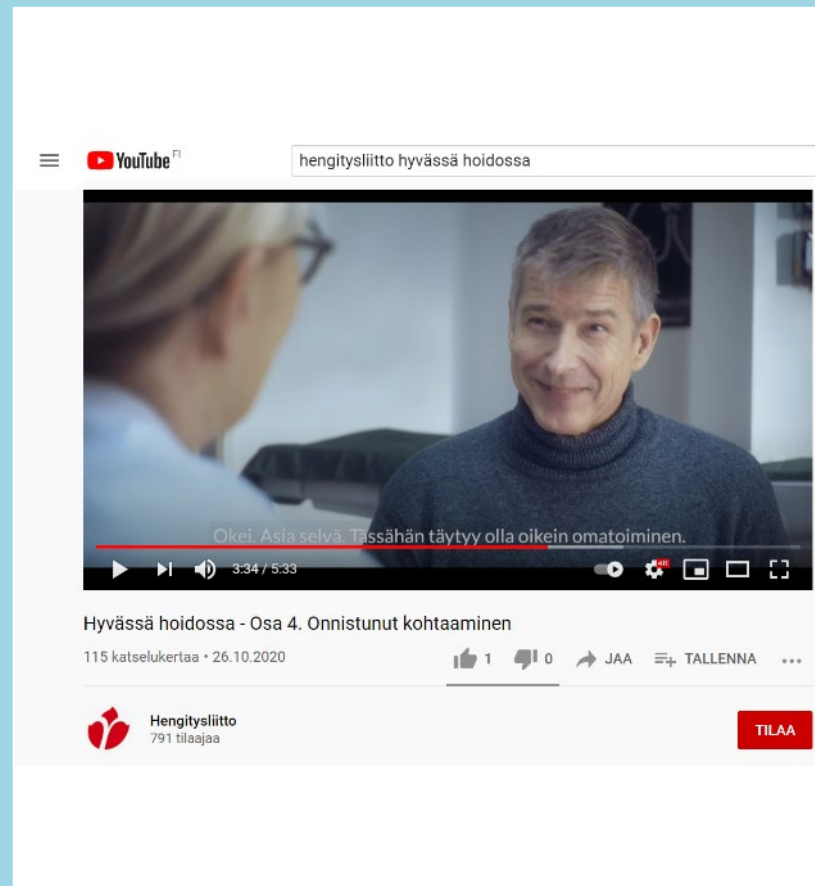
- Sitä on nyt ilmassa – katupölyä, pienhiukkasia, siitepölyä – vähennä terveysriskejäsi
- Pienhiukkaset ilmassa
- Vaali luonnon monimuotoisuutta
- Ilmastonmuutos – varaudu rakennetun ympäristön riskeihin
- Ilmaston lämpeneminen ja hengitysterveys

”Sitä on nyt ilmassa”

Hengityслиiton ohjelma sää- ja ilmastoriskeihin
varautumiseen sekä niiden vähentämiseen

Hyvässä hoidossa -ohjelma käyntiin

- Ohjelmapaperi verkossa ja painettuna
- Tiedote, kuulemisviikot, kuntavaalit ja uutisointi verkossa & sosiaalisessa mediassa 2020–2021
- Videot YouTubeissa



Hengityskoulutus 10.11.

- Webinaariin osallistui 369 asiantuntijaa, jotka edustivat terveydenhuollon-, farmasian ja liikunta-alan organisaatioita.
- Aiheita mm.
 - Miten korona vaikuttaa keuhkoihin?
 - Urheilijan astma
 - Naisten uniapnea
 - Eosinofiilien merkitys keuhkohtaumataudissa



Tallenne löytyy Hengityслиiton YouTube –kanavalta.

#tuoksutON-kampanjalle kansainvälistä huomiota

- 5 finalistin joukossa EMEA-alueen (Eurooppa, Lähi-Itä ja Afrikka) Sabre Awards -kilpailun kategoriassa:
 - yhteiskunnallinen viestintä, voittoa tavoittelemattomat järjestöt.
- Sabre Awards on viestintäalan suurin ja merkittävin vuosittain kaikilla mantereilla järjestettävä kilpailu.
- Yhteistyössä viestintätoimisto Ahjo Communications kanssa.



Vapaa liikaa, halua pitää ja olla on jo kauan tärkeä. Se on osa itseä ja läheistä huolehtimista. Moni joutuu rajoittamaan elämänsä, sillä keinoeläimet tukevat ja niiden yhdistelmät valmentavat hengittämistä ja lisäävät ärsytystä noin 10–40 prosentilla ihmisistä. Muistot jäävät voimaksi.

Milloin tuoksuuormaa sinä kannat mukana?



Kulturi on osa elämää. Se ilahduttaa elua ja jaksamista. Monen kulttuurilapsi ja välin tai keskeyty, sillä keinoeläimet tukevat ja niiden yhdistelmät valmentavat hengittämistä ja lisäävät ärsytystä noin 10–40 prosentilla ihmisistä. Muistot jäävät voimaksi.

Milloin tuoksuuormaa sinä kannat mukana?



Tuoksu on osa elämää. Tuoksu korvaa tuoksuun ilahduttaa ja toivottaa tervetulle. Luononeläimet tukevat ja niiden yhdistelmät valmentavat hengittämistä ja lisäävät ärsytystä noin 10–40 prosentilla ihmisistä. Muistot jäävät voimaksi.

Milloin tuoksuuormaa sinä kannat mukana?



Kulturi on osa elämää. Se ilahduttaa elua ja jaksamista. Monen kulttuurilapsi ja välin tai keskeyty, sillä keinoeläimet tukevat ja niiden yhdistelmät valmentavat hengittämistä ja lisäävät ärsytystä noin 10–40 prosentilla ihmisistä. Muistot jäävät voimaksi.

Milloin tuoksuuormaa sinä kannat mukana?



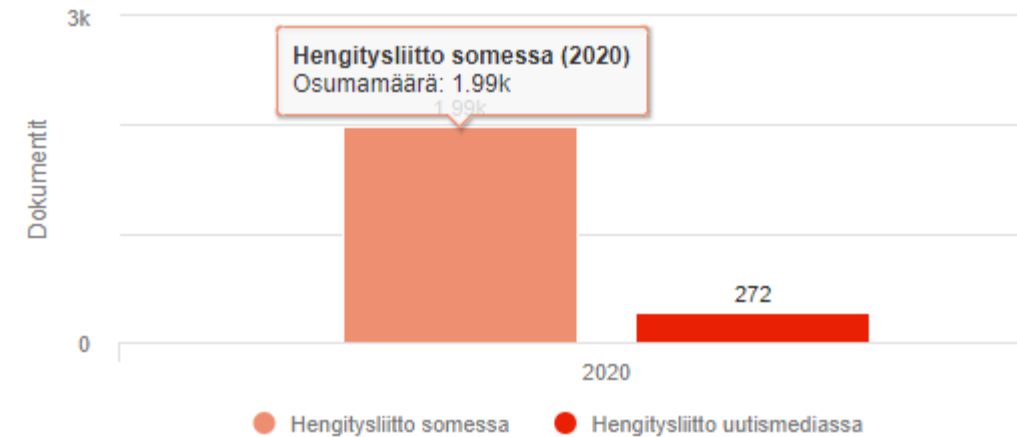
1 uusi ja 3 päivitettyä opasta



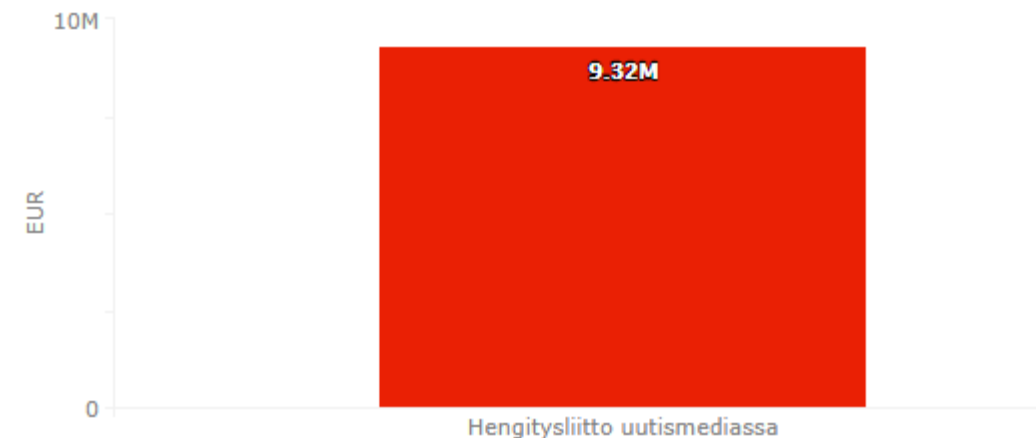
Tiedotteita, uutisia, haastatteluja

- Valtakunnallisia mediatiedotteita 12 kpl
- Yhdistystiedotteita 12 kpl (6 suomeksi & 6 ruotsiksi)
- Liittohallituksen ja valtuuston tiedotteet 5 kpl
- Digitaalisessa mediaseurannassa 272 osumaa
- Haastatteluja annettiin 71 kpl
- Liiton verkkouutisia 190 kpl, katselukertoja 391 035 kpl
- Utiskirjeitä:
 - Hengityskirje jäsenille 28 kpl
 - Hengitysuutiset aktiiveille 5 + 2 kpl
 - Hengityskanava ammattilaisille 1 kpl
- Ajankohtaista: korona- ja hengityssuojain -sivut, vilkas keskustelu verkossa
- Palautetyökalu React & Sharen vuorovaikutus

Maininnat uutiset vs. some yht



Potent. Mainosarvo (AVE) €



**Facebook-kokonaiskattavuus**

- ✓ 967 513/vuosi (n. + 20 %)
- ✓ 6574 seuraajaa (+ 22%)
- ✓ n. 45 päivitystä/kk



- ✓ 61 kpl uusia videoita (+ 52 %)
- ✓ 117 000 kaikkien videoiden uudet näyttökerrat (+ 83 %)

**Twitter-kokonaiskattavuus**

- ✓ 379 656/vuosi (n. + 10 %)
- ✓ 3739 seuraajaa
- ✓ 28 tviittiä/kk

**Instagram-kokonaiskattavuus**

- ✓ 94 346/vuosi (n. + 50 %)
- ✓ 1156 seuraajaa (+ 116 %)
- ✓ n. 15 päivitystä/kk

[www.hengityслиitto.fi-sivusto](http://www.hengityслиitto.fi)

- ✓ 1 052 593 kävijää (+ 43 %)
- ✓ 4 220 032 sivun katselua (+ 22 %)

Ruotsinkieliset sivut:

- ✓ 16 624 kävijää
- ✓ 38 962 sivun katselua

Englanninkieliset sivut:

- ✓ 11 471 kävijää
- ✓ 28 798 sivun katselua

Yhdistysnetti.fi

- ✓ 3681 kävijää (-27%)
- ✓ 26 156 sivun katselua (-26 %)

[Yhdistysten sivut -kokonaisuus](#)

- ✓ 63 640 kävijää (+55 %)
- ✓ 243 167 sivun katselua (-13 %)

Suuri verkkouudistus 2020–2021

- Tekninen alusta paranee, saavutettavuusdirektiivin vaatimukset huomioitu, enemmän visuaalisuutta, mahdollisuus parempaan sisältöön.
- Vaiheittain hengityслиitto.fi – sivusto kieliversioineen, yhdistysnetti, hengityслиittory.fi sekä yhdistysten sivut.
- Käyttökoulutukset päivittäjille tulossa 2021.
- Yhteistyössä Avidly Oyj.

Hengityслиitto – hengitysterveyden puolestapuhuja

Hengityслиiton tehtävänä on edistää hengitysterveyttä ja hengityssairaana hyvää elämää, jotta meidän kaikkien olisi helpompi hengittää.

[Tue toimintaa](#)

Tuoreimmat uutiset

[Kaikki uutiset](#)

28.2.2021

Hengityслиiton harvinaistoiminta palvelee verkossa korona-aikana



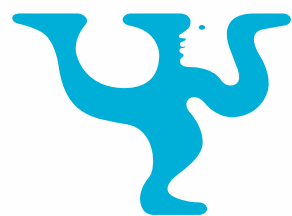
24.2.2021

Hae 5.3. mennessä mukaan tuetulle virtuaalilomalle



19.2.2021

SOSTE ja Hengityслиitto: Kuntavaalit järjestettävä turvallisesti



Yksi elämä
Nautitaan päivittäin.

Yksi elämä -toiminta 2020

Maakuntaverkostojen kokeilut 7 kpl

Lisäksi maakuntaverkostojen toimijoille järjestettiin koulutus vaikuttamisesta.



Unelmien työpäivä

- Webinaarissa 10 500 osallistujaa.
- Etätapahtumia ilmoitettiin mukaan 1650 kpl.
- Verkkosivustolla kampanjaviikolla n. 50 000 kävijää ja 60 000 sivun latausta.



Videomainokset tavoittivat n. 400 000 kohderyhmään kuuluvaa henkilöä. Tallenteet löytyvät Yksi elämän YouTube -kanavalta.

Vaikuttamistyö

- Yhteinen viesti poliitikoille sote-järjestöjen rahoituksen turvaamisesta ja yhteinen sote-lausunto.
- Kuntamarkkinat 09/20.
- Eduskunnan Yksi elämä -verkosto.
- Puhutaan rahasta: Työkykyä edistämällä työllisyys nousuun -webinaari 11/20.

