

RINTASYÖPÄYHDISTYS



Vertaisuuden voimalla

Rintasyöpäyhdistys – Europa Donna Finland ry

## Vuosikertomus 2025

*Vertaisuuden voimalla*





## Sisällys

Rintasyöpäyhdistys - Europa Donna Finland ry:n toiminnan tarkoitus .....	3
20 vuotta vertaisuuden voimalla.....	4
Vertaistuki .....	6
Kuntoutumista tukeva toiminta .....	9
Sairaanhoidajan tuki .....	11
Viestintä.....	11
Vaikuttamistyö .....	13
Yhteistyö ja sidosryhmät .....	14
Europa Donna ja muu kansainvälinen toiminta .....	16
Hallinto .....	17
Talous .....	18



## Rintasyöpäyhdistys - Europa Donna Finland ry:n toiminnan tarkoitus

Olemme Suomen ainoa valtakunnallinen rintasyöpäyhdistys: rintasyöpään sairastuneiden oma potilasjärjestö.

Yhdistyksen toiminnan ydin on vahvasti vertaistuessa sekä luotettavan tiedon ja toivon välittämisessä. Toimintamme tavoitteena on rintasyöpään sairastuneiden ja heidän läheistensä fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen elämänlaadun paraneminen.

Jaamme luotettavaa tietoa rintasyövästä ja sen hoidosta sekä kuntoutumisesta. Toimimme myös rintasyöpäpotilaiden edunvalvojana.

### Arvot

Rintasyöpäyhdistys noudattaa toiminnassaan seuraavia arvoja:

#### *Yhteisöllisyys*

Tarjoamme vertaisyhteisön rintasyöpäkokemuksen jakaville. Tulemme kuulluiksi ja ymmärretyiksi, tuemme toinen toisiamme ja jaamme kokemuksia sekä näkökulmia.

#### *Yhdenvertaisuus*

Olemme yhdenvertaisia keskenämme ja jokaisen kokemus on yhtä arvokas. Haluamme edistää hoidon yhdenvertaisuutta ja laadukkuutta henkilön asuinpaikasta, iästä, taudin vaiheesta, sukupuolesta tai etnisestä taustasta riippumatta.

#### *Avoimuus*

Vaikutamme omalla asenteellamme olemalla avoimia ja rohkeita. Toimintamme on avointa kaikille rintasyöpään sairastuneille.

#### *Luottamuksellisuus*

Luottamus on toimintamme perusta. Pohjaamme asiantuntemukseen neuvonnassa, ohjauksessa ja viestinnässä. Keskustelut vertaistukiryhmissämme ja muissa tilaisuuksissamme ovat luottamuksellisia.



## 20 vuotta vertaisuuden voimalla

Vuosi 2025 oli Rintasyöpäyhdistys – Europa Donna Finland ry:lle erityinen: vietimme yhdistyksen 20-vuotisjuhlavuotta teemalla Vertaisuuden voimalla.

Vertaistuki on ollut koko toimintamme ydin alusta saakka, ja juhlavuosi tarjosikin monia mahdollisuuksia tuoda näkyväksi sen merkitystä rintasyöpään sairastuneille ja heidän läheisilleen.

### Sari Sarkomaa juhlavuoden suojeelijana

Juhlavuoden suojeelijana toimi kansanedustaja ja eduskunnan syöpäverkoston puheenjohtaja Sari Sarkomaa, joka on itsekin kokenut rintasyövän. Hän muistutti juhlavuoden avauksessaan vertaistuen keskeisestä merkityksestä:

”Vertaistuki on monelle kaikkein tärkein toivon, avun ja tuen muoto. Kaikilla ei ole tuttuja ja läheisiä, jotka voivat tarjota vertaistukea – onneksi on Rintasyöpäyhdistys ja sen verkostot. Vertaistuki tuo toivoa, ymmärrystä ja tukea tilanteessa, jossa kukaan muu ei voi täysin ymmärtää. Se on keskeistä myös kuntoutumisessa ja hoitojen jälkeen.”

### Juhlavuoden päätapahtuma Helsingissä naistenpäivänä

Juhlavuoden kohokohtana järjestimme Vertaisuuden voimalla -pätapahtuman naistenpäivänä 8.3.2025 Clarion-hotellissa Helsingin Jätkäsaarella. Tuo päivä on myös Rintasyöpäyhdistys - Europa Donna Finland ry:n virallinen vuosipäivä, sillä yhdistys perustettiin juuri naistenpäivänä vuonna 2005.

Tilaisuuden avasi juhlavuoden suojeelija Sari Sarkomaa, jonka jälkeen ohjelmassa oli asiantuntijaluento. Syöpätautien erikoislääkäri ja psykoterapeutti Heidi Penttinen puhui rintasyöpäpotilaan kokonaisvaltaisesta hoidosta.

Luento seurasi Heidi Hammarstenin juontama paneelikeskustelu potilaan osallisuudesta hoidossa ja tutkimuksessa. Keskustelemassa olivat syöpätutkija Juha Klefström, johtava ylilääkäri, dosentti Johanna Mattson sekä Rintasyöpäyhdistys – Europa Donna Finland ry:n puheenjohtaja Kaisa Martinkauppi-Vanninen.

Pääesiintyjänä nähtiin upea Arja Koriseva, joka jakoi lämpimän ja koskettavan tarinansa rintasyöpäpolultaan musiikin lomassa. Päivä tarjosi osallistujille iloa, voimaa, tietoa, kohtaamisia ja kokemuksia yhdessä olemisen tärkeydestä.

### Vertaisuuden voimaa ympäri Suomen

Juhlavuoden aikana järjestettiin myös useita lämminhenkisiä aluetapahtumia eri puolilla Suomea. Jokaisella paikkakunnalla tapahtuman sävy ja sisältö rakentuivat paikallisten vertaistukijoiden ideoiden mukaiseksi. Elonen Oy tarjosi juhlavuotemme tapahtumiin herkulliset vaaleanpunaiset kakut synttärilahvien kylkeen. Näin eri paikkakunnilla juhlittiin:

**Jyväskylä 9.4.2025.** Juhlavuoden aluetapahtuma järjestettiin Keski-Suomen Syöpäyhdistyksen tiloissa, ja ohjelmaan kuului sekä Rintasyöpäyhdistyksen että paikallisen syöpäyhdistyksen tervehdykset, kakkukahvit sekä Aija Ekmanin ohjaama Jomon-Shindo- ja yuntapo-rentoutustuokio.

**Lappeenranta 10.4.2025.** Wilmanrannassa, Lappeenrannan pursiseuran tiloissa järjestetyssä tapahtumassa kuultiin vertaistukijoiden sekä yhdistyksen hallituksen tervehdykset. Juhlissa nähtiin Sari Nymanin palkitun



Arjen Paikka Vaikka –animaation jatko-osan ensi-ilta. Illan kruunasivat Saimaan seireeni Naima Potensian burleskiesitys, sekä Unelmapostia-tervehdys Imatran Inkeri Ritva Oravuolta.

**Kuopio 6.5.2025.** Tapahtuma järjestettiin Pohjois-Savon Syöpäyhdistyksen tiloissa. Ohjelmassa oli Rintasyöpäyhdistyksen tervehdys ja paikallisen syöpäyhdistyksen puheenvuoro sekä ohjattu niska–hartiajumppa, joka toi osallistujille hyvinvointia ja virkistystä. Tilaisuus painottui vapaaseen keskusteluun ja vertaisten kohtaamiseen, joille annettiin Vertaisuuden voimalla –teeman mukaisesti runsaasti tilaa.

**Oulu 11.9.2025.** Hintan koulun Koklaamossa osallistujia odotti lämminhenkinen ilta kahvitarjoiluineen ja asiantuntijapuheenvuoroineen. Syöpätautien erikoislääkäri Karolina Rasi puhui aiheesta ”Miten tästä eteenpäin?” ja Päivi Mällinen käsitteli hyväksymisen taitoa ja luovia menetelmiä hoitojen tukena.

**Tampere 25.10.2025.** Juhlijat kokoontuivat Pirkanmaan Syöpäyhdistyksen tiloissa teemalla ”Voimavaroja luovasta työskentelystä”. Osallistujat pääsivät kokeilemaan kirjallisuusterapeuttista työskentelyä ja maalaamista, minkä lisäksi ohjelmaan kuului kevyt lounas, vertaisten kanssa jaettuja keskusteluja unohtamatta.

**Salou 6.11.2025.** Varsinais-Suomen juhluvuoden tapahtuma järjestettiin Salon Syty ry:n tiloissa. Illan asiantuntijaluennon piti syöpälääkäri Eeva Juhanola (TYKS), aiheena aktiivihoidon jälkeinen aika ja sen haasteet. Ohjelmassa oli myös aikaa kysymyksille, keskustelulle sekä voimaannuttaville kohtaamisille kakkukahvien äärellä.

**Helsinki 9.12.2025.** Pääkaupunkiseudun vertaisryhmien päivällinen Thai Orchid ravintolassa. Ruokailun yhteydessä keskusteltiin pöytäkunnittain mieltä askarruttavista asioista ja lähestyvistä joulusta.

## Juhluvuoden korvakorut herkkä symboli vertaistuelle

Juhlavuotamme varten kotimainen Pilke Design suunnitteli ja valmisti kauniit juhluvuoden korvakorut, joiden tuotolla tuettiin yhdistyksen toimintaa. Suomessa käsityönä valmistetut Avainlippu-merkityt korvakorut kuvasivat herkkyyttä ja rinnakkain kulkemista: sydän ja kukka yhdessä symboloivat vertaistuen voimaa.

Saataville tuli sekä tavalliset roikkuvat korvakorut että rengaskorvakorut. Kumpaakin oli saatavilla kolmessa eri värissä, joista vaaleanpunainen oli ylivoimaisesti suosituin väri. Koruja myytiin lähes 500 paria, joten vertaisuuden voimaa voi nähdä ihmisten korvissa kimaltamassa ympäri Suomen.

## Rinnakkain-verkkokauppa

Avasimme juhluvuoden ajaksi myös oman Rinnakkain-verkkokaupan, josta löytyi juhluvuoden korujen lisäksi kiinnostavia ja koskettavia rintasyöpäkirjoja, Linnapaperin postikortteja ja adresseja sekä Vertaisuuden voimalla -kangaskassi ja vaaleanpunainen Toivo kannattaa -tekstillä varustettu viuhka.

Verkkokauppa tuki sekä juhluvuoden näkyvyyttä että yhdistyksen varainhankintaa, sillä kaikki verkkokaupan tuotto ohjattiin käytettäväksi yhdistyksen toimintaan rintasyöpään sairastuneiden ja heidän läheistensä hyvinvoinnin tukemiseksi.

## Mobiilipeli aktivoi ja yhdisti

Juhluvuoden aikana lanseerattiin myös Vertaisuuden voimalla –mobiilipeli Action Track-sovelluksessa. Peli kannusti liikkumaan, seikkailemaan ja tekemään pieniä hyvinvointia tukevia tekoja.



Useat ryhmät ympäri maan reippailivat raittiissa ilmassa Vertaisuuden voimalla –pelin äärellä. Kannustimme pelaamaan myös arvонnan avulla, sillä kaksi pelannutta ryhmää voitti itselleen Vertaisuuden voimalla –kangaskassit.

## Villasukkakilpailu toi luovuuden esiin

Juhlavuotemme huipensi lämminhenkinen Vertaisuuden voimalla -villasukkakilpailu. Syksyn aikana osallistujat suunnittelivat ja neuloivat toinen toistaan upeampia Vertaisuuden voimalla -sukkamalleja.

Raati valitsi kilpailutöiden joukosta kuusi finalistia. Raatiin kuuluivat Rintasyöpäyhdistys – Europa Donna Finland ry:stä hallituksen jäsen Petra Huujärvi ja toiminnanjohtaja Anu Niemi, sekä kilpailun yhteistyökumppaneiden edustajat Lasimäen Linnanrouvan Sari Helin ja Kaupunkilangan Päivi Luhtanen.

Voittaja valittiin yleisöäänestyksellä, joka päättyi juhlavuoden loppuessa. Voittajaksi ylsi Sari Vettenvirta-Kiiskin suunnittelema *Kun elämä viiltää, et ole yksin* –villasukka. Sukkamallista tehty neuleohje on maksutta saatavilla yhdistyksen jäsenille.

Tarvikepaketti Vertaisuuden voimalla –villasukan neulomiseen tuli saataville Lasimäen Linnanrouvan verkkokauppaan. Kaikki myyntituotto lahjoitetaan Rintasyöpäyhdistys - Europa Donna Finland ry:lle.

Kilpailun mitalisijoille yltäneiden palkinnot tarjosivat yhteistyökumppanimme Lasimäen Linnanrouva ja Kaupunkilanka. Voittaja sai 30 kerää Kaupunkilangan sukkalankaa, ja toinen ja kolmas saivat molemmat palkinnoksi 10 kerää Kaupunkilangan sukkalankaa.

## Yli 500 uutta jäsentä

Juhlavuoden yksi konkreettisimmista onnistumisista oli jäsenmäärän kasvu. Saimme vuoden aikana yli 500 uutta jäsentä, mikä vastaa noin 10 prosenttia vuoden aikana Suomessa rintasyöpädiagnoosin saavista ihmisistä. Jäsenmäärän kasvu kertoo sekä vertaistuen tarpeesta että toimintamme merkityksellisyydestä. Yhdistyksen toiminnan ydin onkin vahvasti vertaistuksessa sekä luotettavan tiedon ja toivon välittämisessä.

## Vertaistuki

Rintasyöpäyhdistyksen toiminnan ydin on vertaistukitoiminnassa. Yhdistyksen kouluttamat vapaaehtoiset tarjosivat vertaistukea rintasyöpään sairastuneille kasvokkain kohtaavissa ryhmissä, etänä Teamsissa ja puhelimitse. Lisäksi ajatuksia vaihdettiin aktiivisesti Facebookin suljetuissa keskusteluryhmissä, joista suurin on Rinnakkain-ryhmä. Vertaistuki kannattelee läpi hoitopolun.

*”Kiitos kun olette! Olen kokenut yhdistyksen toiminnan merkittävänä voimavarana omalle hyvinvoinnille. Paikalliset tapahtumat, luennot, kurssit ja varsinkin vertaistukiryhmät ovat olleet itselle mieluisia.”* Jäsenkyselyn palaute.

## Vertaistukiryhmät 2025

Kasvokkain ja verkossa järjestettiin yhteensä 126 vertaisryhmän tapaamista, jotka tavoittivat yhteensä 819 osallistujaa. Vapaaehtoisia vertaistukijoita eri iltojen ohjaamiseen osallistui 55. Palautekyselyn mukaan 90 % kasvokkaisissa ryhmissä ja 71 % etäryhmissä koki vertaisryhmään osallistumisen auttaneen käsittelemään sairastumista ja sopeutumaan uuteen elämäntilanteeseen. Ryhmään kuulumisen tunne lisääntyi 94 %:lla kasvokkain kokoontuvaan ryhmään osallistuneilla ja 76 %:lla verkkovertaistuneilla.



**Kasvokkaiset vertaistukiryhmät** kokoontuivat 100 kertaa ja kohtaamisten kokonaismäärä oli 648 (v 2024 107 tapaamista ja 595 kohtaamista).

Ryhmät kokoontuivat seuraavilla paikkakunnilla:

Helsinki (avoin, levinnyt rintasyöpä ja nuoret), Hyvinkää (levinnyt rintasyöpä), Hämeenlinna, Jyväskylä (avoin ja levinnyt rintasyöpä), Lappeenranta, Loviisa, Lahti, Oulu (avoin ja ruuhkavuotiset), Tampere (avoin ja levinnyt rintasyöpä), Salo ja Turku.

Tampereen levinnyttä rintasyöpää sairastavien ryhmän kanssa samanaikaisesti kokoontuivat myös puoliset.

**Verkkovertaisiltoja** pidettiin vuoden 2025 aikana 25 ja kohtaamisia oli yhteensä 171 (v. 2024 24 tapaamista ja 103 kohtaamista).

- 7 nuorten verkkovertaisiltaa
- 7 levinnyttä rintasyöpää sairastavien iltaa
- 9 kaikille sairastuneille avointa iltaa
- 1 verkkovertaisilta sairastuneen läheisille

## Vertaistuen yö

Syyskuussa Europa Donna Finlandin vertaistukijat päivystivät kellon ympäri illasta aamuun. Lauantain ja sunnuntain välisenä yönä yhteensä kahdeksan vertaistukijaamme päivysti Teamsissa läpi yön kello seitsemästä illalla aamuseitsemään. Kynnystä osallistua laski se, että yöhön ei tarvinnut erikseen ilmoittautua, vaan mukaan sai tulla mihin aikaan vain, niin pitkäksi aikaa kuin itse halusi.

Vertaistukijoiden vuorot oli jaettu kahden tunnin osiin, mutta osa vetuista päivysti pidemmänkin ajan. Osallistuvat saivat tulla ja mennä oman aikataulunsa mukaisesti ”hop on – hop off” -periaatteella. Linjoilla oli parhaimmillaan peräti yksitoista yökyöpeliä, ja melkein kaikkiin kahden tunnin osioihin löytyi osallistujia.

Yöhön oli suunniteltu teemoja kahden tunnin osissa, kuten nuorena sairastuneet, neuropatia ja kivut sekä puolisoille suunnattu vertaistuki. Aiheet liikkuivat verkkovertaisiltojen tapaan myös kuulijoille tärkeistä aiheista toiseen, puheenaiheina oli muun muassa lapset ja perhetilanne, hoitojen vaikutukset kehoon ja mieleen, kommunikaatio hoitavan tahon kanssa, osallisuus ja töihin paluu. Myös omia teemoja sai vapaasti tuoda vertaistukijoiden luotsaamaan keskusteluun. Yön aikana linjoilla kävi 23 keskustelijaa. Tapahtumalle toivottiin myös jatkoa.

## Vertaistukea Facebook-ryhmissä

Vertaistukea tarjotaan myös yhdistyksen ylläpitämässä Facebook-ryhmissä:

- *Rinnakkain* on tarkoitettu vertaistueksi rintasyöpään sairastuneille. Ryhmässä oli vuoden 2025 lopussa 5769 jäsentä (v. 2024 5038 jäsentä). Keskustelu on vilkasta ja yhden viikon keskimääräistä aktiivisuutta kuvaavat luvut: yli 100 uutta julkaisua, 1800 kommenttia ja yli 8000 reaktiota
- *Rinnakkain BRCA-kantajat* 231 jäsentä (2024: 210 jäsentä) on tarkoitettu rintasyöpään sairastuneille geenivirheen kantajille
- *Vertaistukea BRCA-kantajille* 440 jäsentä (2024: 351 jäsentä) on terveille henkilöille, joilla todettu geenivirhe.
- *Rinnakkain huomiseen* rintasyövästä kuntoutuville, hoitojen jälkeiseen aikaan 1458 jäsentä (2024: 1103 jäsentä)



- *Levarit Rinnakkain* levinnyttä rintasyöpää sairastaville suunnattuun tiedotukseen 209 jäsentä (2024: 188 jäsentä)

*"Facebookin Rinnakkain-ryhmä on ollut tärkeä, ja helposti lähestyttävä, paikka tiedon ja vertaistuen saamisen kannalta."* Jäsenkyselyn palaute.

## Puhelintuki

Vertaistukipuhelin on auki tiistaisin ja keskiviikkoisin kaksi tuntia kerrallaan numerossa 0401916799 ja siihen vastaavat yhdistyksen vapaaehtoiset vertaistukijat. Tiistain vuoro on tarkoitettu kaikille rintasyöpään sairastuneille ja keskiviikon vuoro levinnyttä rintasyöpää sairastaville. Yhteensä puhelinvuoroja oli vuoden 2025 aikana 80, ja puheluihin vastattiin 59 kertaa. Saapuneet puhelut olivat usein pitkiä, vähintään puolen tunnin mittaisia.

Palaute tukipuhelimesta oli kiittävää: vastaajat havainnoivat kuuntelijan tarpeellisuuden ja tärkeyden monille soittajille ja puhelujen aikana monen ahdistus helpottui. Soittajat saivat myös vastauksia ja kokemuksia käytännön asioihin. Vertaistukijoiden kirjattujen havaintojen mukaan 85 %:lla tukipuhelimeen soittaneista ahdistus lieveni huomattavasti tai osittain.

*"Puhelun alussa soittajan ajatukset tuntuivat synkiltä. Puhelun lopussa äänessä kuului naurua ja jutuissa oli jo huumoriakin mukana".* Vertaistukijan palaute.

Vaikeissa tilanteissa, ja osittain helpottuneita ohjattiin eteenpäin esim. yhdistyksen sairaanhoitajan puheille. Kaikkiin puheluihin ei liittynyt ahdistusta vaan muu vertaistuen tarve tai tiedon tarve. Osa soittajista on yksinäisiä ja puhelut vertaisen kanssa helpottavat.

Vertaistukijat tarjosivat puhelintukea niin sanottuna yksilötukena myös erilaisissa erityistilanteissa, esimerkiksi tiettyyn rintasyöpätyyppiin liittyvissä kysymyksissä, rekonstruktioleikkauksiin, sairastuneen ikään tai elämäntilanteeseen liittyvissä kysymyksissä. Näitä puheluita oli vuoden aikana 15, ja ne tavoittivat yhteensä 7 ihmistä.

## OLKA-toiminta ja TOIVO-sovellus

Yhdistyksen kolme vertaistukijaa päivysti HUS Syöpäkeskuksen OLKA-pisteellä ja Puistosairaалassa rintarauhaskirurgian yksikössä 60 kertaa (153 tuntia) ja kohtasivat yhteensä 730 henkilöä vapaaehtoisvuoroillaan.

TOIVO-vertaistukisovelluksessa oli vuoden aikana mukana kuusi yhdistyksen vapaaehtoista.

## Vertaistukijoiden koulutus ja työnohjaus

Kaikkia yhdistyksen vertaistapaamisia ohjaavat koulutetut vertaistukihenkilöt. Kouluttamalla uusia vertaistukihenkilöitä varmistetaan iltojen toteuttamiseen tarvittavat resurssit ja tavoitellaan laajempaa maantieteellistä kattavuutta.

Uusia vertaistukihenkilöitä koulutettiin viikonlopun mittaisessa koulutuksessa Helsingissä tammikuussa 2025. Koulutus järjestettiin yhteistyössä Colores – Suomen suolistosyöpäyhdistys ry:n ja Suomen Syöpäpotilaat ry:n kanssa. Uusia vertaistukijoita koulutettiin tässä koulutuksessa 10.

Toinen uusien vertaistukijoiden koulutus pidettiin verkossa yhdessä muiden syöpäjärjestöjen kanssa syksyn aikana. Koulutus toteutui Teamsin välityksellä ja siinä hyödynnettiin Peda.net-verkkoalustaa. Tässä koulutuksessa uusia vertaistukijoita koulutettiin 16.



Peruskoulutuksen käyneille, toiminnassa mukana oleville vertaistukihenkilöille järjestettiin ryhmämuotoista työnohjausta ja koulutusta. Toukokuussa järjestettiin vertaistukijoiden toiminnanohjaus Turussa. Osallistujia oli 22. Toiminnanohjauksessa käsiteltiin vertaistukiryhmissä ja vertaistukipuhelimessa esiin nousevia ongelma- ja erityistilanteita. Pohdittiin myös, miten huonommin osallistujia tavoitettiin, kuten läheisten ryhmään, saataisiin lisää kävijöitä sekä tiedotuksen tehostamista.

Ft (YAMK), kliininen erityisasiantuntija Marianne Himberg luennoi liikunnan merkityksestä kehon ja mielen hyvinvoinnille rintasyöpään sairastuneilla. Hänen ohjauksessaan vertaistukijat saivat myös virkistäytyä tehokkaassa vesijumppahetkessä. Toisena koulutuspäivänä taideterapeutti Tommi Ojala opasti taideterapeuttisten menetelmien käyttöön vertaistukiryhmän ohjauksissa. Toiminnanohjausviikonlopun päätteeksi vetutiimi jäi vielä kuulemaan Tommilta mentorointitoiminnasta Syöpäjärjestöillä.

Levinnyttä rintasyöpää sairastaville vertaistukijoille järjestettiin vuoden aikana ryhmätyönohjausta. Työnohjaajana toimi Hannele Arvekari ja ohjauksia järjestettiin vuoden aikana kaikkiaan 10.

Lisäksi levinnyttä rintasyöpää sairastaville vertaistukijoille järjestettiin mahdollisuus osallistua etänä omaan vertaistukiryhmään, jossa paikalla on vain levinnyttä rintasyöpää sairastavia vertaistukijoita. Näitä vertaistapaamisia järjestettiin vuoden aikana yhteensä 4. Levinnyttä rintasyöpää sairastavien oma vertaistuki koettiin erityisen tarpeelliseksi heidän poikkeuksellisen kuormittavan vertaistukitehtävänsä tukemiseksi. Näistä tapaamisista tuli toimistolle myönteistä palautetta ja niitä pidettiin erittäin arvokkaina.

### Vetutiimi

Vetutiimi on vertaistukijoista koostuva kehittämis- ja suunnittelutyöryhmä, jonka puheenjohtajana toimii Milena Kaihari-Virtanen Lempäälästä. Muut jäsenet ovat Anne Lönnbäck, Marjo Arvio, Pia Kaare, Sanna Vehkaoja, Mia Flemming, Mari Murto ja Petra Huujärvi. Työryhmässä ansiokkaan kautensa päättivät vuoden 2025 loppuun Anne Lönnbäck ja Sanna Vehkaoja. Työryhmän sihteerinä toimii Tiina Huhtanen.

Työryhmän tehtävänä on suunnitella ja kehittää vertaistukitoimintaa yhdessä työntekijöiden kanssa. Vetutiimi haastattelee kaikki uudet vertaistukijakoulutukseen hakeutujat ja suunnittelee ja toteuttaa yhdessä vapaaehtoistoiminnan koordinaattorin kanssa vertaistukijoiden toiminnanohjausviikonlopun sekä vertaistukijoiden etätapaamiset vuoden aikana. Vetutiimi toimii myös viestinvälittäjänä vertaistukijoiden ja toimiston työntekijöiden välillä sekä raportoi toiminnastaan hallitukselle.

## Kuntoutumista tukeva toiminta

Vuoden aikana järjestettiin kuntoutumista tukevia kursseja ja jatkettiin suosittuja etäliikuntatunteja ja syvärentoutusta. Asiantuntijaluennot lisäsivät osallistujien tietoa rintasyöpään liittyvistä aiheista.

### Kuntoutumista tukevat kurssit

Syöpäjärjestöjen STEAn tuella organisoimista, kuntoutumista tukevista kursseista Rintasyöpäyhdistys järjesti seuraavat:

- Levinnyttä rintasyöpää sairastavien perhekurssi Turussa
- Hyvinvointia ja terveyttä edistävä verkkokurssi, yhteistyössä Etelä-Suomen sy ja SSY
- Omakuvamatka-kurssi Helsingissä
- Liikunnallinen kurssi levinnyttä rintasyöpää sairastaville Pajulahdessa



## Liikunta ja rentoutus

Rintasyöpähoitojen aikaista ja jälkeistä kuntoutumista ja toimintakykyä tuettiin ohjatulla etäliikunnalla. Verkon välityksellä järjestettiin joogaa, pilatesta, asahia sekä syvärentoutusta. Näihin etätahtumiin osallistuttiin yhteensä yli 5000 kertaa vuoden aikana. Jooga ja pilates olivat mukana Syöpäjärjestöjen yhteisten etäliikuntatuokioiden kalenterissa.

- Etäjoogaa ohjasi Sanna Kullberg kerran viikossa, 30 kertaa vuoden aikana. Osallistumiskertoja oli yhteensä 2 278.
- Pilates-kertoja Ritva Kuhan ohjaamana oli vuoden aikana 23 ja kohtaamiskertoja 1967.
- Asahia ohjasi Eeva Soveri 7 kertaa ja tunneille osallistuttiin 242 kertaa.
- Syvärentous toteutui Sanna Ekin ohjaamana 8 kertaa, osallistumiskertoja yhteensä 561. Rentotuskertojen teemoina oli mm. Ajatusten voima ja sisäinen puhe, Toivo ja toiveikkaus, Myötätuntoa itselle, miten sitä voi oppia, Lepo ja rentoutus, Kipu ja pelko.

Etäliikuntamahdollisuuksien lisäksi yhdistyksen sairaanhoitaja toteutti keskiviikkokävelyjä toimiston lähistön maastossa keväällä ja syksyllä. Tunnin mittaiset kävelyt toistuivat keskitalvea ja kesälomakautta lukuunottamatta viikoittain lounasaikaan ja mukaan sai tulla ilmoittautumatta.

*”Itselleni kaikista tärkeintä toipumisen tiellä ovat olleet viikoittaiset etäliikunnat. Osallistun monta kertaa viikossa, ja ilman näitä ohjattuja tuokioita en olisi kovin helposti saanut itseäni liikkeelle ja aktivoitumaan.”*

*”Koen vahvasti omalla kohdallani yhdistyksen tuen ja toiminnan edesauttaneen jaksamistani ja tervehtymistä tässä vaikeassa taudissa. Olette olleet tärkeä tukipilari!”*

## Asiantuntijaluennot

Asiantuntijaluennot tarjoavat tukea ja tutkittua sekä kokemustietoa rintasyöpään sairastuneille. Vuoden aikana järjestettiin viisi webinaaria. Luennoilla käsiteltiin syöpähoitojen seurauksia: kontrollijännitystä ja ahdistusta, hoitojen vaikutusta kognitiivisiin kykyihin ja annettiin keinoja hallita oireita mm. hengitysharjoitteiden avulla. Luennot tavoittivat 404 henkilöä, ja lisäksi osa luennoista on tallenteina saatavilla yhdistyksen YouTube-kanavalla. Luennoilta osallistujat kertoivat saaneensa uutta tietoa (60–94 % osallistujista luennoista riippuen). Rintasyöpään uusia pelkoja ja siihen liittyvää ahdistusta käsitellyt luento ja hengitysharjoitteita sisältänyt luento antoivat tiedon lisäksi myös konkreettisia keinoja ahdistuksen hallintaan.

13.3.2025 Scanxiety, sairaanhoitaja Tiina Huhtanen.

31.3.2025 Sytostaattien vaikutus tiedonkäsittelytoimintoihin, Ilona Hallikainen.

8.5.2025 Rintasyöpään monet kasvot ja erikoislääkäri Riikka Huovinen, Heidi Hammarsten.

11.9.2025 Hengityksen merkitys, sairaanhoitaja, hengitysharjoittelija Tiina Huhtanen.

15.10.2025 Kirjailta: Hyvinvointikirja rintasyöpästä toipuvalle, julkistuswebinaari. Tiina Huhtanen ja Sanna Tiensuu-Piirainen.

## Muut tapahtumat

Perheiden järjestettiin hyvinvointiviikonloppu Turussa Meri-Karinassa syyskuussa. Viikonlopun tavoitteena oli mahdollistaa virkistävä viikonloppu vertaistuen sekä voimaannuttavan ohjelman parissa perheille, joissa vanhempi on sairastunut rintasyöpään. Tapahtuman mahdollisti Sjunde Mars -säätiolta ja Tellervo Edessalon säätiolta saatu taloudellinen tuki.



## Sairaanhoitajan tuki

Vuoden 2025 alusta Rintasyöpäyhdistys - Europa Donna Finland ry:n psykososiaalisen tuen palvelu on osa Syöpäjärjestöjen Luoto-palvelua. Kaikki Luoto-ammattilaiset ovat koulutettuja terveydenhoitoalan ammattilaisia, jotka tarjoavat tukea syöpään sairastuneelle syöpäepäily- ja diagnoosivaiheessa, kaikissa hoitopolun vaiheissa sekä sen jälkeen.

Rintasyöpäyhdistyksen sairaanhoitaja tarjoaa tietoa, tukea ja toivoa – psykososiaalista tukea kaikille, joita rintasyöpä koskettaa. Sairaanhoitaja Tiina Huhtanen tarjosi matalan kynnyksen tukea rintasyöpään sairastuneille sekä heidän läheisilleen puhelimitse, sähköpostitse, kasvokkain kohdaten, WhatsAppissa ja messengerissä. Yhteydenottoja tuli vuoden 2025 aikana 159, joista suurin osa oli itse sairastuneilta.

Yleisimmät vaiheet yhteydenottoon ovat heti diagnoosin saamisen jälkeen sekä hoitojen päättyessä. Myös levinneestä rintasyövästä tulee paljon yhteydenottoja.

Sairaanhoitajan tukea on tarjolla jokaisena arkipäivänä. Yhteydenottopyyntöjä ja viestejä voi jättää minä tahansa päivänä ja vuorokauden aikana. Perjantaisin ilta-aikaan on puhelinpäivystys aina kun mahdollista, jotta kukaan ei jäisi yksin diagnoosin tullessa viikonloppua vasten.

Puhelin-, sähköposti-, messenger- ja Whatsapp-tuen lisäksi sairaanhoitajan kanssa voi keskustella kaikissa tilaisuuksissa ja tapahtumissa, joissa sairaanhoitaja on esittelemässä yhdistyksen toimintaa. Sairaanhoitajan psykososiaaliseen tukeen kuuluva myös vuoden aikana järjestetyt asiantuntijaluennot teemoinaan Scanxiety eli tutkimus- ja kontrollijännitys sekä Hengityksen merkitys toipumismatkalla. Luennoilla on mahdollisuus kysymyksiin ja keskusteluun.

## Viestintä

### Rinnakkain-lehti

Rinnakkain-lehti on olennainen ja kiitetty osa yhdistyksen toimintaa. Lehden sisältö koskettaa aidosti rintasyöpään sairastuneen ja siitä kuntoutuvan arkea, unohtamatta parantumattomasti sairastuneita. Lehti on tärkeä jäsenetu.

Päätoimittajana oli Heidi Hammarsten. Lehden taittajana toimi Milla Kissaniitty ja lehden painopaikkana oli Savion kirjapaino. Painosmäärä oli 3500 kpl/lehti. Lehden teemoina olivat

- Juhlanumero - 20 vuotta vertaisuuden voimalla
- Muuttuva keho
- Uutta tutkimusta
- Mielen hyvinvointi

Lehti postitettiin yhdistyksen jäsenille ja jaettiin sairaaloihin, syöpäyhdistyksiin sekä muille yhteistyökumppaneille. Lehti on pdf-muotoisena luettavissa jäsensivustolla ja valikoituja artikkeleita julkaistaan myös avoimilla nettisivuilla. Loppuvuodesta lanseerattiin myös selailtava digilehti.



Teemajutut kattavat osan lehdestä ja muuta lehden sisältöä ovat kokemustarinat, vakiopalstat mm. ravitsemukseen ja seksuaalisuuteen liittyen sekä yhdistyksen tapahtumatiedotteet. Lehdessä käsiteltävät teemat ja aiheet nousevat vertaisryhmistä ja jäsenkyselystä.

Keväällä 2025 toteutetussa jäsenkyselyssä selvisi, että Rinnakkain-lehti on monelle tärkeä tiedonlähde. Valtaosa (82 %) lukee lehden mieluiten paperisena. Lehden sisältö sai runsaasti kiitosta: erityisesti vertaisten tarinat sekä tieto hoitovaihtoehdoista ja lääkkeistä koetaan erityisen arvokkaaksi. Yksittäisistä teemoista kehuja ja kiitosta saivat sisällöt lymfaturvotuksesta ja ravitsemuksesta.

*”Teette arvokasta työtä! Olen kiitollinen siitä, että lehti tuo esille faktaa hoidoista, tutkimuksesta yms. Sen ansiosta on helpompi olla valveutunut potilas ja kärryillä omasta hoidosta.”*

*”Iloitsen siitä, että lehti on monipuolinen. Sopivassa suhteessa viimeisimmät syöpälääketieteen kuulumiset, vertaistuki, kokemukset, ravinto, mieli, seksuaalisuus, valtakunnallisuus. Luen lehden tarkkaan ja säästän ne. Olen usein myös jälkikäteen palannut lehtiin, kun etsin tietoa tai jokin askarruttaa mieltä.”*

## Verkkoviestintä

Nettisivut europadonna.fi –osoitteessa sisältävät runsaasti tietoa rintasyövästä ja sen hoidosta sekä rintasyöpään liittyvistä aiheista kuten vaikutuksista perheeseen ja parisuhteeseen, työhön ja talouteen. Nettisivuilla oli vuoden aikana 185 000 näyttökertaa ja aktiivisia käyttäjiä 73 000.

Blogiteksteillä ja verkkouutisilla nostetaan esiin ajankohtaisia aiheita sekä potilaille että muille sidosryhmille.

Sosiaalisen median kanavien seuraajamäärät ovat tasaisessa kasvussa. Yhdistyksen somekanavat ja seuraajamäärät vuoden lopussa olivat:

- Facebook 6900
- Instagram 2008
- LinkedIn 530

Lisäksi yhdistyksellä on YouTube-kanava, jossa on luento- ja liikuntatallenteita.

## Mediaosumat

- Kaleva 7.2.2025: Elina Lotvonen sairastui rintasyöpään nelikymppisenä – Nyt hän vetää Oulussa nuorena sairastuneiden vertaistukiryhmää
- Loviisan sanomat 17.2.2025: Ruukin käsityökerho neuvoi lämpimiä ajatuksia vakavasti sairastuneille
- Eeva.fi: Heidi, 62, sairasti syövän ja pettyi siihen, miten sairastunut kohdataan: ”Terveydenhuollossa hoidetaan kasvainta, ei ihmistä”
- Lääkärilehti: Viimeinen oljenkorsi. Syöpähoidot ulkomailla
- Helsingin Sanomat 29.6.2025: Syöpäpotilaan tilanne ei ole enää lohduton. Lukijan mielipide, Tiina Huhtanen
- Ilta-Sanomat 14.8.2025: Miksi hiki virtaa valtoimenaan? Tarkista, käytätkö jotakin näistä lääkkeistä
- Turun Sanomat 4.9.2025. Laajemmat ikäraajat pitäisi ottaa vauhdilla käyttöön rintasyöpäseulonnassa. Lukijan mielipide, Anu Niemi.
- Helsingin Sanomat 8.9.2025. Rintasyöpäseulontoja tulee laajentaa. Lukijan mielipide, Anu Niemi.



- Iltalehti 13.9.2025: Kohtalokas sattuma: Opetusvideolla esiintyneestä Piia-Pauliinasta tuli oikea potilas
- Etelä-Suomen sanomat 30.9.2025: Neljän näyttelyn ryppäessä nähdään myös voimaannuttavia valokuvia rintasyövän sairastaneille
- Super-lehti 3.10.2025: Vertaistuki auttaa tuhansia rintasyöpäpotilaita
- Helsingin Sanomat 22.10.2025. Potilaat ovat valmiita kumppaneiksi tutkimukseen. Lukijan mielipide, Kaisa Martinkauppi-Vanninen.
- Satakunnan kansa, Nokian uutiset 26.11.2025: "Sanoin heti että molemmat pois"
- Hufvudstadsbladet 12/2025: Cancersjuka i Esbo får inte längre billigt simarmband

## Vaikuttamistyö

Rintasyöpäyhdistys ry - Europa Donna Finland valvoo rintasyöpään sairastuneen ja hänen läheistensä etua paikallisesti, valtakunnallisesti ja kansainvälisesti. Yhdistyksemme on osa eurooppalaista Europa Donna – The European Breast Cancer Coalitionia. Jaamme kokemuksia ja tietoa rintasyöpähoidosta eri maissa sekä vaikutamme kansainväliseen päätöksentekoon kattojärjestömme kautta.

**Seulonnat:** Vuonna 2025 jatkoimme vaikuttamistyötä mammografiaseulonnan ikärajojen laajentamiseksi 45–74-vuotiaille EU-suosituksen mukaisesti. Nykyisin seulontakutsun saavat Suomessa 50–69-vuotiaat. Seulontojen asiantuntijaryhmä antoi keväällä suosituksen ikärajojen laajentamisesta 46–74-vuotiaisiin ja pidimme asiaa esillä lähettämällä kansanedustajille, STM ministereille ja virkamiehille tiedotteen varhaisen havaitsemisen merkityksestä paranemisennusteeseen, kustannuksiin ja kuolleisuuteen.

**Hoitopolku:** Kävimme vuoropuhelua HUS Johanna Mattsonin kanssa mm. hoitopolun nivelkohtien haasteista, kuten diagnoosin jälkeen, kun odotetaan kutsua erikoissairaanhoidon ja kun aktiivihoidot päättyvät ja siirrytään seurantaan.

**Syöpästrategia:** Osallistuimme syksyllä 2025 valmistuneen Kansallisen syöpästrategian valmisteluun työryhmissä ja asiantuntijaverkostossa. Kommentoimme strategialuonnosta keväällä 2025 Ota kantaa palvelussa.

## Kannanotot

### Vauhtia rintasyöpäseulonnan laajempiin ikärajiin, 25.8.2025.

Seulontaikärajojen laajennus EU:n suosituksen mukaiseksi etenee. Keväällä 2025 myös suomalainen rintasyöpäseulonnan asiantuntijaryhmä antoi suosituksen, että rintasyövän seulonta tulisi laajentaa 46–74-vuotiaisiin. Nykyisin seulontakutsun saavat 50–69-vuotiaat. Suositus on toimitettu sosiaali- ja terveysministeriöön – se, aletaanko uusia ikäluokkia seuloa ehdotetussa aikataulussa jo ensi vuodesta alkaen, vaatii vielä poliittisia päätöksiä. Vaadimme, että tämä helposti toteutettava, kaikin puolin vaikuttavaksi todettu ikärajojen laajennus saadaan pikaisesti käytäntöön.

Seulontakannanottoon liittyen mielipidekirjoituksen aiheesta julkaistiin Helsingin Sanomissa 8.9.2025 sekä Turun Sanomissa 4.9.2025.

## Potilasjärjestölausunnot

Annoimme lausunnon vaihdevuosien Käypä hoito -suositukseen. Suosituksessa on huomioitu erikseen rintasyövän sairastaneiden vaihdevuosisoireiden hoito.



## Yhteistyö ja sidosryhmät

### Jäsenet

Yhdistyksen jäsenmäärää pyrittiin kasvattamaan säännöllisillä kehoitteilla liittyä jäseneksi somekanavissa sekä Rinnakkain-lehdessä. Viestinnässä tuotiin esiin jäsenmaksujen merkitystä sekä palvelujen että laadukkaan tiedon tuottamiselle.

Yhdistyksen jäsenmäärä oli 31.12.2025 oli 2437 henkilöä (v. 2024 lopussa 2027). Uusia jäseniä liittyi vuoden aikana 501 ja eronneita oli 285. Tyypillisesti jäsenyys halutaan usein lopettaa muutaman vuoden kuluttua sairastumisesta.

### Jäsenkyselyn tuloksia

*"Yhdistys on tärkeä tiedon saannissa, etenkin sairastaessa. Sairaanhoidaja ja vertaistukiryhmä olivat todella tärkeitä, ilman näitä olisi moni tieto jäänyt saamatta! Oli hyvä puhua sellaisten ihmisten kanssa, jotka ymmärsivät tilanteen. Juuri sairastuneena henkilökohtainen kohtaaminen valtava tuki."*

*"Koen vahvasti omalla kohdallani yhdistyksen tuen ja toiminnan edesauttaneen jaksamistani ja tervehtymistä tässä vaikeassa taudissa. Olette olleet tärkeä tukipilari!"*

Keväällä 2025 toteutettuun jäsenkyselyyn saatiin 972 vastausta ja heistä 94 % oli yhdistyksen jäseniä. Annoimme myös ei-jäsenille mahdollisuuden vastata ja kartoitimme syitä liittyä tai olla liittymättä jäseneksi. Yksi keskeisiä syitä jäsenyyden puuttumiselle oli tiedon puute yhdistyksen toiminnasta ja jäseneduista. Osa vastaajista oli aiemmin ollut yhdistyksen jäsen, mutta eronnut esimerkiksi taloudellisista syistä. Vastaajista 75 % oli yli 55-vuotiaita ja 15 % levinnyttä rintasyöpää sairastavia.

Tuloksista kävi selväksi, että yhdistyksen toiminta koetaan erittäin tarpeelliseksi (vastausten keskiarvo 3,9/4). Myös halukkuus suositella yhdistystä on huikea: 93 prosenttia vastaajista suosittelee yhdistyksen toimintaa sairastuneelle ystävälleen.

Eriyisen tärkeinä toiminnan muotoina pidettiin:

- Rintasyöpätietoa yhdistyksen verkkosivuilla
- Vertaistukiryhmiä kasvokkain ja verkossa
- Sairaanhoidajan tukea
- Edunvalvontaa

Yhdistyksen vahvuuksia ovat vertaistuki ja asiantuntijatieto. Paljon kiitosta saivat myös etäliikunta ja syvärentoutus. Rinnakkain-lehden sisältö koetaan monipuoliseksi ja hyödylliseksi.

Kyselyn perusteella kehittämiskohteita ovat:

- Alueellisen saavutettavuuden parantaminen
- Levinnyttä rintasyöpää sairastavien ja muiden erityisryhmien kuten nuorena sairastuneiden parempi huomioiminen.
- Tiedottaminen ja näkyvyys, erityisesti hoitopolun alkuvaiheessa. Yhteistyö hoitavien tahojen kanssa, jotta yhdistyksen pariin löytää helposti.
- Digipalveluiden osalta kaivattiin selkeitä ohjeita, tallenteita, mahdollisuus osallistua ilman somea.



- Edunvalvonnan vahvistaminen: valtakunnallisesti yhtenäisten hoitokäytäntöjen, hoitojunan toimivuuden / toimimattomuuden ja levinnyttä rintasyöpää sairastavien asioiden osalta.

## Kulttuuria ja urheilua

Yhdistys sai olla yhteistyökumppanina seuraavissa kulttuuritapahtumissa:

Blooming Bodies x Rintasyöpä -valokuvanäyttely. Valokuvataiteilija Vilma Vitikan taideprojekti, joka tutkii ihmisyyttä, kauneutta ja kehollisuutta. Teokset kuvaavat ja käsittelevät alle 40-vuotiaana rintasyöpään sairastuneiden naisten tarinoita. Näyttely oli esillä Viinibaari Pinocchiossa Helsingissä 13.-17.8.2025

Sari Niemisen *Tässä hetkessä minä elän* -valokuvanäyttely oli esillä Lahdessa Galleria Uudessa Kipinässä 24.9.-12.10.2025. Kuvien ajatuksena on tukea rintasyöpäpotilaita heidän kamppailussaan muuttuneen vartalon hyväksymisessä.

TISSIT- syvällä rintaäänellä -näytelmä, Teatteri Kultsassa Helsingissä 13.9.-11.10.2025. Loppuunmyytyjen näytösten lisäksi 21.9. näytöksen yhteydessä järjestettiin paneelikeskustelu, jossa on mukana sekä produktion tekijöitä että Rintasyöpäyhdistys Europa Donna Finland ry:n edustaja. Osa lipputuotoista lahjoitettiin yhdistykselle.

Yhdistys kutsuttiin myös kumppaniksi jääkiekko-otteluun, jossa Helsingin lääketieteellisen tiedekunnan opiskelijajoukkue HC Kyfoosi kohtaisi Haaga-HElian joukkueen. Toiminnanjohtaja Anu Niemi sai pudottaa ottelun avauskiekon Kyfoosi lahjoitti lipputulot yhdistykselle.

## Jäsenyydet ja verkostot

Rintasyöpäyhdistys on seuraavien organisaatioiden ja verkostojen jäsen:

- Suomen Syöpäyhdistys ry. Edustus SSY:n valtuuskunnassa.
- SOSTE Suomen sosiaali ja terveys ry
- HyTe ry
- POTKA Potilasjärjestöverkosto (SOSTE)
- FIMEAn potilasneuvottelukunta kaudella 2024-2025.
- Europa Donna – the European Breast Cancer Coalition

## Potilasasiantuntijat syöpätutkimuksessa

Syöpätutkimusyhteistyöstä vastaa yhdistyksen osallisuustiimi. Tiimi kehittää rintasyöpäpotilaiden osallisuuden muotoja tutkimuksessa. Tätä työtä tehdään yhteistyössä Eupati Suomen kanssa.

Olemme mukana potilasedustajina kahdessa merkittävässä syöpätutkimushankkeessa:

- **MYC Immune**-hanke jatkuu vuoteen 2026. Rintasyöpäyhdistys on potilasjärjestökumppanina hankkeessa Suomessa ja hankkeen Advocacy Core Teamiin kuuluvat Kaisa Martinkauppi-Vanninen, Heidi Hammarsten. Sanna Tiensuu-Piirainen ja Anu Niemi. Tiimissä on mukana potilasedustajat myös Yhdysvalloista.
- **iCan Digital Precision Cancer Medicine** on Suomen akatemian rahoittama lippulaivahanke. Toiminnanjohtaja Anu Niemi on hankkeen ohjausryhmän jäsen ja varapuheenjohtaja Sanna Tiensuu-Piirainen on iCANin Potilas- ja kansalaisvaikuttamisen neuvottelukunnan POTKU:n jäsen. Osana iCanin potilas-tutkijatapaamisten sarjaa järjestettiin lokakuussa rintasyöpätutkimustilaisuus, jossa rintasyöpätutkijat Juha Klefström, Johanna Mattson ja Pauliina Munne kertoivat



tutkimuksestaan ja osallistujilla oli mahdollisuus kysymyksiin. Lopuksi tutustuttiin FIMM tutkimuslaboratorioon.

Kommentoimme iCanDOC-tohtorikoulutettava Manon Chedevillen tutkimussuunnitelmaa Lumina Brain - tutkimukseen, jossa tutkitaan, millaisia muutoksia aivotoiminnoissa tapahtuu rintasyövän aikana ja miten aivojen tasavirtastimulaatio (transcranial Direct Current Stimulation, tDCS) voi vaikuttaa kognitiivisiin toimintoihin. Tutkimuksen alettua välitimme tutkimuskutsua potilaille verkostossamme.

Astellas Pharma toteutti loppuvuodesta kyselyn hormonaaliseen hoitoon sitoutumisesta. Kommentoimme kyselylomaketta ja välitimme tutkimuskutsua potilasverkostoissamme.

## Oppilaitosyhteistyö

Rintasyöpäyhdistyksen sairaanhoitaja kävi kertomassa yhdistyksen toiminnasta sairaanhoitaja-, terveydenhoitaja-, kättilö- ja röntgenhoitajaopiskelijoille Metropolia ammattikorkeakoulussa vuoden aikana yhdeksän kertaa.

## Opinnäytetyöt

Vuoden aikana alkoi kolme opinnäytetyötä, joiden odotetaan valmistuvan vuoden 2026 aikana. Opiskelijat ovat Karelia AMK:sta, Jyväskylän ammattikorkeakoulusta ja Laureasta.

## Tapahtumat, esiintymiset

Esittelimme toimintaamme tapahtumissa osallistumalla näyttelyihin sekä pitämällä puheenvuoroja. Kohderyhminä olivat sekä potilaat että ammattilaiset.

- HUS naistenpäivän tapahtuma 7.3.2025
- Tays + Pirsy Hyvinvoinnin iltapäivä 2.4.2025
- Helsingin biopankki 10 v symposium 13.4.2025
- Suomen syöpäsairaanhoitajien opintopäivät 3.-4.4.2025
- Tays Olka-piste teemapäivä 24.4.2025
- Nuori, syöpä ja seksuaalisuus, kansallinen koulutus, HUS, 6.6.2025
- Syöpäsairaanhoitaja-koulutus, Edumar. 16.-17.9.2025 Kaisan sekä Tiinan (Anu sijaisti) puheenvuorot
- Novartis sidosryhmätilaisuus vaikuttavasta terveydenhuollosta 4.12.2025. Anu paneelissa

## Europa Donna ja muu kansainvälinen toiminta

Rintasyöpäyhdistys kuuluu 47 maassa toimivaan Europa Donna - The European Breast Cancer Coalition - järjestöön, jonka tehtävänä on edistää eurooppalaisten rintasyöpäpotilaiden kanssakäymistä ja yhteistyötä. Europa Donna ajaa rintasyöpien ennaltaehkäisyyn, hoidon tasoon ja tasa-arvoon, koulutukseen ja tieteellisen tutkimuksen rahoitukseen liittyviä asioita sekä kansallisilla että EU:n foorumeilla.

Maaliskuussa hallituksen jäsenet Milena Kaihari-Virtanen ja Kaisa-Leena Ahlroth osallistuivat Europa Donna Advocacy trainingiin Milanossa ja marraskuiseen ED Pan European kongressiin Kyproksella osallistuivat puheenjohtaja Kaisa Martinkauppi-Vanninen ja toiminnanjohtaja Anu Niemi.



Pohjoismaisten rintasyöpäyhdistysten kesken jatkettiin johdon teams-tapaamisia ajankohtaisista aiheista. Europa Donnan hallitukseen valittiin marraskuussa pohjoismaiden yhteisellä tuella Ruotsin Bröstcancerförbundetin puheenjohtaja Susanne Dieroff-Hay.

## Hallinto

Yhdistyksen ylin päättävä elin on yhdistyksen jäsenkokous, joka pidetään kaksi kertaa vuodessa säännöissä mainittuina aikoina. Yhdistyksen operatiivista toimintaa johtaa jäsenkokouksen valitsema hallitus. Hallitukseen kuuluu puheenjohtaja, varapuheenjohtaja, 3-5 varsinaista jäsentä ja 2-4 varajäsentä. Hallitus huolehtii yhdistyksen toimeenpanevana elimenä yhdistyksen hallinnosta ja toiminnan asianmukaisesta järjestämisestä toimintasuunnitelman sekä talousarvion puitteissa. Vuonna 2025 hallituksessa oli puheenjohtajan ja varapuheenjohtajan lisäksi viisi varsinaista ja kaksi varajäsentä.

Rintasyöpäyhdistys – Europa Donna Finland ry:n hallitus vuonna 2025:

**Puheenjohtaja:** Kaisa Martinkauppi-Vanninen

**Varapuheenjohtaja:** Sanna Tiensuu-Piirainen

**Varsinaiset jäsenet:**

Kaisa-Leena Ahlroth

Heidi Hammarsten

Petra Huujärvi

Milena Kaihari-Virtanen

Anne Samstén

**Varajäsenet:**

Mia Flemming

Mari Murto (Oulainen)

Riikka Wikberg

Varajäseneksi vuodelle 2025 valittu Mari Murto Nurmijärveltä valitettavasti menehtyi levinneeseen rintasyöpään helmikuussa 2025.

Hallitus kokoontui vuoden aikana seitsemän kertaa, pääasiassa etänä Teamsissa. Tammikuun kokous pidettiin Helsingissä ja syyskuussa kokoonnuttiin Tampereelle strategiaviikonloppuun.

Yhdistyksen toimihenkilöt olivat sairaanhoitaja Tiina Huhtanen, toiminnanjohtaja Anu Niemi ja 1.4.2025 alkaen järjestösihteeri Kirsi Haapamäki.

Yhdistyksen varsinaiset kokoukset olivat kevätkokous 24.4.2025 etänä Teamsissa ja syyskokous 27.11.2025 etänä Teamsissa.

Yhdistyksen kirjanpidosta huolehti Bulevardin tilitoimisto.

Syyskokouksen 2024 vuodelle 2025 valitsemana tilintarkastajana toimii Piia Makkonen, Nexia Oy.

## Kiitokset pitkäaikaiselle puheenjohtajalle

Yhdistys myönsi hallituksen vuoden 2025 lopussa jättäneelle Anne Samsténille yleisurhoollisuusmitalin pitkäaikaisesta yhdistyksen ja rintasyöpään sairastuneiden hyväksi tehdystä vapaaehtoistyöstä. Anne toimi puheenjohtajana täydet kolme kautta vuosina 2019–2025 ja tätä ennen osan vuodesta 2018 virkaa



tekevänä puheenjohtajana, aiemman puheenjohtajan Anu Niemen tultua valittua yhdistyksen ensimmäiseksi toiminnanjohtajaksi maaliskuussa 2018. Puheenjohtajakauden jälkeen Anne toimi vielä vuoden hallituksen jäsenenä.

## Talous

Toiminta rahoitetaan avustuksilla, jäsenmaksuilla sekä yritysten ja yksityishenkilöiden lahjoituksilla. Yhdistyksen taloustilanne on toistaiseksi suhteellisen vakaa johtuen aiempina vuosina kertyneestä ylijäämästä, joka toimii puskurina yllättävissä taloushaasteissa. Kahden alijäämäisen vuoden jälkeen on kuitenkin huolehdittava kestävästä taloudesta ja tulevaisuudessa on varauduttava edelleen tiukentuvaan taloustilanteeseen. Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus STEAn jakama avustussumma on pienentynyt ja kilpailu lahjoituksista kiristyy entisestään.

Jäsenmaksut ovat merkittävä osa (n. 20 %) toiminnan rahoituksesta. Jäsenhankintaan ja -pysyvyyteen on jatkossakin panostettava, jotta uusien jäsenten määrä pysyy suurempana kuin eroavien määrä. Tavoitellaan jäsenmaksujen tulovirran vahvistamista.

## Avustukset 2025

- Sosiaali- ja terveysministeriön avustuskeskus (STEA) myönsi kohdennetun toiminta-avustuksen vuodelle 2025 kohteelle *Tukea, tietoa ja toivoa rintasyöpään sairastuneille ja heidän läheisilleen*, määrä 74 000 e.
- STEA myönsi myös Paikka auki avustuksen, jolla voi palkata vuodeksi joko osatyökykyisen tai alle 30-vuotiaan työelämän ulkopuolella olevan henkilön. Avustuksen määrä oli 43 000 e.
- Syöpäsäätiön syöpätyön tuki oli 50 000 euroa. Tuki kohdentuu Syöpäjärjestöjen Luoto-palveluun ja on ammattilaisen tarjoamaa keskustelutukea. Rintasyöpäyhdistyksen Luoto-ammattilainen on sairaanhoitaja, joka toimii myös vapaaehtoistoiminnan koordinaattorina.
- Tellervo Edessalon säätiö tuki perheiden hyvinvointiviikonlopun toteuttamista 3 500 eurolla.
- Sjunde Mars -säätiö tuki 3 000 eurolla perheiden hyvinvointiviikonlopun toteuttamista.

## Rahankeräys

Yhdistyksellä on rahankeräyslupa ja sen kautta kerätään varoja toiminnan ylläpitämiseksi. Keräystuotot kohdennetaan vertaistukeen sekä rintasyöpäpotilaiden ja läheisten kuntoutumiseen ja virkistymiseen. Keräykseen saatiin lahjoituksia yrityksiltä, yksityishenkilöiltä ja yhteistyökampanjoista (kts. kohta Kulttuurista ja urheilua). Yhdistys on mukana myös Auttamisesta arkea -varainhankinta-alustalla.

Rahankeräyksen kokonaistuotto oli 12 300 euroa vuonna 2025.

## Muu varainhankinta

- Lokakuussa osallistuttiin Syöpäsäätiön Roosa nauha –keräykseen. Nauhoja ja rannekeita myytiin yhteensä 878 kpl, valtaosin yhteistyöyrityksille. Tuotto yhdistykselle syöpätyön tukena oli 3 552 euroa.
- Toukokuussa Helsinki City Running Day –talkoisiin osallistuneet vapaaehtoiset hoitivat juoksijoiden opastus- ja valvontatehtäviä. Palkkio oli 400 euroa.
- Juhlavuoden Rinnakkain.fi -verkkokauppa oli avoinna marraskuun loppuun saakka.



## Yrityskumppanuudet

Linnapaperi Oy: Vuoden 2023 aikana tehdyn sopimuksen mukainen suruadressin ja postikorttien myynti alkoi syksyllä 2023. Keväällä 2025 aikana maksetut rojalit edellisvuoden myynnistä olivat 1930 e.

Mikebon Oy:n verkkokauppaan tuli alkuvuodesta myyntiin T-paitoja ja huppareita sekä kangaskassi, joiden tuotosta osa tulee jatkossa yhdistykselle.

Trioworldin vaaleanpunaisen rehupaalien käärintäkalvon myynnistä saimme vuonna 2025 yhteensä kahden vuoden (2024-2025) tuottoina 6 831 euroa.

Yritykset tukivat juhluvuoden tapahtumia seuraavasti. Tukisummalla sai näkyvyyttä juhluvuoden markkinoinnissa sekä näyttelypaikan päätapahtumassa:

- |                                     |         |
|-------------------------------------|---------|
| ● Docrates Mehiläinen syöpäsairaala | 5 000 e |
| ● Pfizer                            | 3 500 e |
| ● Aromtech Oy (Membrasin)           | 2 000 e |
| ● Clinic Helena                     | 2 000 e |
| ● Gilead Sciences                   | 2 000 e |
| ● Hiusextra Heinilä                 | 1 000 e |
| ● Dr Wolff Finland Oy               | 1 000 e |
| ● Respecta Oy                       | 1 000 e |