



VUOSIKERTOMUS 2021

YHDISTYKSEN TOIMINTA, RESURSSIT JA RAHOITUS	3
Tiivistelmä kuluneen vuoden toiminnasta	3
Hallituksen toiminta	4
Jäsenmäärä ja jäsenedut	4
Henkilöstö	4
Rahoitus ja talous	5
Strategia	5
TIEDOTUS JA VIESTINTÄ	6
Teemavuosi	6
Endorfiini	6
Nettisivut	7
Sosiaalinen media	7
Esitteet	8
Muu viestintä	8
Mediaosumat	8
Opinnäytetyöt	8
VERTAISTUKI JA VAPAAEHTOISTOIMINTA	9
Verkkovertaistukiryhmät	9
Teemaillat	10
Vertaistukiryhmät	10
Tukihenkilöt	11
Tukipuhelin	11
Chatit	11
Moona-blogirinki	11
Vapaaehtoistoiminta	12
Koulutukset	13
Nuoret	13
TAPAHTUMAT	14
Endometrioosiviikko	14
PCOS-viikko	15

Vulvodyniaviikko	16
Muut tapahtumat ja toiminta	17
EDUNVALVONTA JA YHTEISTYÖ	18
Edunvalvonta	18
Yhteistyö	19
Kansainvälinen yhteistyö	20
KORONAVIRUSPANDEMIAN VAIKUTUKSET TOIMINTAAN	20
MOONA OIREPÄIVÄKIRJA JA MOONA 3.0 NAISTEN HYVINVOINNIN EDISTÄJÄNÄ -HANKE	20
TULEVA KEHITYS	22

JÄRJESTÖN TOIMINTA, RESURSSIT JA RAHOITUS

Gynekologinen potilasjärjestö Korento ry on valtakunnallinen potilasjärjestö, joka toimii endometrioosin, adenomyoosin, PCOS:n ja vulvodynin kanssa elävien edunvalvojana. Järjestön tärkein tehtävä on parantaa sairastavien ja heidän läheistensä hyvinvointia tarjoamalla monipuolista vertaistukea. Lisäksi Korento ry lisää yleistä tietoutta sairauksista ja oireyhtymistä sekä kehittää yhteistyötä eri toimijoiden kanssa.

Korento on perustettu vuonna 1999 ja se toimii neljän työntekijän ja vapaaehtoisten voimin. Hallitus valitaan vuosittain ja siinä on puheenjohtajan lisäksi neljästä seitsemään jäsentä. Hallituksen jäseneksi on tervetullut kuka tahansa yhdistyksen toiminnan edistämisestä kiinnostunut järjestön jäsen.

Korento ry:n jäseniä oli vuoden lopussa 1870 jäsentä ja sen toimintaa tuki Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus STEA. Vuonna 2021 STEA myönsi Ak-avustusta 190 000 €. Ak-avustus oli kohdennettu sairauksien ja oireyhtymien vertaistuki- ja vapaaehtoistoiminnan sekä edunvalvonnan koordinointiin. Ak-avustuksella työskenteli toiminnanjohtaja sekä kaksi järjestökoordinaattoria. Syksyllä apuna oli lisäksi järjestöassistentti. Lisäksi Moona 3.0 -projektissa jatkoi säästyneiden avustusten varoin työskentelyä projektikoordinaattori.

Järjestö tekee yhteistyötä muiden yhdistysten ja potilasjärjestöjen sekä gynekologisten sairauksien ja oireyhtymien hoitoon erikoistuneiden lääkäreiden ja muiden asiantuntijoiden kanssa. Korento kuuluu vuonna 2012 perustettuun Pohjoismaiden endometrioosiyhdistysten liittoon (NEA), jonka jäseniä Suomen lisäksi ovat Ruotsi, Norja ja Islanti, sekä Euroopan endometrioosiyhdistysten liittoon (EEA) ja World Endometriosis Societyyn (WES).

Toimintansa tukemiseksi ja välttämättömien kulujen kattamiseksi järjestö kantaa liittymis- ja jäsenmaksun sekä anoo tarvittaessa avustusta instansseilta, jotka myöntävät sitä terveyden ja sosiaalisen hyvinvoinnin edistämiseksi.

Tiivistelmä kuluneen vuoden toiminnasta

STEA:n rahoitus pysyi vuonna 2021 ennallaan Stean vertaistuki-, vapaaehtois- ja edunvalvontatoimintaan kohdennetun avustuksen osalta, mikä mahdollisti toiminnan jatkamisen aiempaan tapaan. Moona Oirepäiväkirjan kehittämiseen keskittynyt hanke saatettiin loppuun edelliseltä vuodelta siirtyneiden varojen turvin.

Koronaviruspandemian jatkuessa vuosi 2021 oli edeltävän vuoden tapaan poikkeuksellinen. Toiminta jatkui kuitenkin pääasiassa ennallaan. Jäsenmäärä kasvoi tasaisesti, pandemian kuitenkin hidastaessa kasvutahtia.

Teemaviikot toteutettiin verkossa ja poikkeustilanteeseen nähden niillä tavoitettiin hyvin kohderyhmää. Nuorten leiri ja aluetapahtumat peruttiin, mutta tilalle järjestettiin korvaavaa verkkovälitteistä toimintaa.

Vuosikokoukset järjestettiin Tampereella ja etäyhteyden välityksellä. Yhdistyksen kevätkokous järjestettiin 24.4.2021 klo 12 toimistolla ja etäkokouksena. Syyskokous 5.12.2021 klo 12 yhdistyksen toimistolla Tampereella ja etäyhteyden välityksellä.

Hallituksen toiminta

Hallituksen puheenjohtajana vuonna 2021 toimi Sonja Karppanen. Syyskokouksessa 2020 valitut hallituksen jäsenet toimivat seuraavissa tehtävissä: varapuheenjohtajana toimi Riikka Jauhiainen, talousvastaavana ja sihteerinä Elli Iivanainen. Edunvalvontavastaavana toimi Pia Riekkinen, Kv-vastaavana Dana Paredes, tapahtuma- ja markkinointivastaavana Aino Mäkelä, viestintävastaavana Janika Kurkinen ja vaikuttamistyön vastaavana Minna Toivola.

Hallitus tapasi työviikonloppujen parissa 2 kertaa vuoden 2021 aikana. Hallituksen kokouksia järjestäytymiskokous mukaan lukien järjestettiin 15 kappaletta. Näistä 7 oli sähköpostikokouksia ja loput muutoin etäyhteyksien järjestettyjä.

Jäsenmäärä ja jäsenedut

Jäsenmäärän kasvussa näkyi koronaviruspandemian seurauksena pientä hidastumista. Saimme vuonna 2021 uusia liittymishakemuksia 249 (vuosi 2020 237) kappaletta. Jäseniä oli vuoden lopussa 1835 ja kannatusjäseniä 36. Ainaisjäseniä oli 6 ja kunniajäseniä 4. 13.9.-3.10.2021 järjestetty jäsenkampanja toi 35 ja loppuvuoden jäsenkampanja 15.11.-31.12.2021 37 uutta jäsentä.

Jäsenetuja kehitettiin vuoden 2021 aikana ja etuja tarjosi vuoden aikana kuusi eri yhteistyökumppania. Tämän lisäksi yhteistyökampanjoita toteutettiin myös teemaviikkojen puitteissa.

Henkilöstö

Vertaistuki- ja vapaaehtoistoimintaan ja edunvalvonnan kehittämiseen myönnetyllä STEA:n Ak-avustuksella työskentelivät toiminnanjohtaja, kaksi järjestökoordinaattoria ja järjestöassistentti. Toiminnanjohtajana työskenteli Elina Purho. Järjestökoordinaattoreiden tehtäviä hoitivat Riikka Uljas-Bärman, Sara Vuorela, Charlotta Ekman ja Heidi Sandholm. Järjestöassistenttina työskentelivät kesällä Henna-Maija Kaukonen ja syksyllä Piia Suoranta.

Anna Kivimäki jatkoi Moona 3.0 -projektin projektikoordinaattorina. Tämän lisäksi Korennolla oli vuoden 2021 aikana kaksi korkeakouluharjoittelijaa: Henna-Maija Kaukonen ja Samja Mykkänen sekä sekä yksi palkattomassa työkokeilussa oleva harjoittelija, Piia Suoranta. Työkokeilua jatkettiin palkattomana harjoitteluna. Työntekijöille oli tarjolla työnohjausta tarpeiden mukaisesti.

Rahoitus ja talous

Järjestön toiminta rahoitettiin kolmesta eri kustannuspaikasta. Yhdistyksen budjetti pohjautuu jäsenmaksutuotoille. Vertaistuki- ja vapaaehtoistoimintaan sekä edunvalvontaan liittyvä toiminta rahoitettiin STEA:n Ak-avustuksella, joka vuonna 2021 oli 190 000 €. STEA:n rahoittamalle Moona 3.0 -hankkeelle (NN20) siirtyi säästyneitä avustuksia 63 492,71 €.

Käytössämme oli Procountor- kirjanpito-ohjelma. Kirjanpitäjänä toimivat Gallantilta Aira Ylinen ja palkanlaskijoina Jere Riihilahti, Paipan Nieminen ja Virpi Halonen.

Strategia

Vuonna 2021 jatkettiin voimassa olevan strategian mukaista toimintaa.

Missio

Emme ole pelkästään potilasjärjestö vaan olemme myös kansalaisjärjestö, sillä teemme rohkeasti laajempaa vaikuttamistyötä lisätäksemme vastuullista kuukautispuhetta yhteiskunnassa. Nostamme esiin puheeksi ottamisen merkityksen ja pyrimme tarjoamaan sen tueksi työkaluja. Olemme aktiivinen toimija ja muut tietävät, että edistämme hyvää hoitoa ja sen saamista sekä vastuullista kuukautispuhetta. Olemme luotettava tiedonlähde ja vertaistuen mahdollistaja. Olemme hiljaisuuden ja tabujen rikkoja. Panostamme positiiviseen ja hyväksyvään ilmapiiriin toiminnassamme ja viestinnässämme. Tuemme ja kannustamme työyhteisöä, luottamushenkilöitä ja vapaaehtoisia, sillä nämä toimijat ovat järjestömme tärkeintä aineetonta pääomaa ja tekemisen iloa tulee vaalia.

Visio

2022: 2 vuoden tavoite: Laajentumisen myötä tulleet muutokset ovat vakiintuneet varsinaiseksi toiminnaksi. Olemme saaneet tasaista kasvua niin jäsenten kun resurssienkin osalta. Toimintaa on saatu kohdennettua vielä paremmin eri ryhmille ja laajennettua koskemaan osittain myös puolisoita ja läheisiä. Lisäksi ensimmäiset askeleet kohti kansalaisvaikuttamista on otettu. Moona Oirepäiväkirja on puhelimesta, Tyksissä ja maailmalla ja sen käyttö on lisääntynyt selkeästi.

2025: 5 vuoden tavoite: Olemme yhteiskunnallisesti tunnustettu, aktiivinen toimija ja vaikuttaja. Vastuullinen kuukautispuhe on selvästi lisääntynyt ja puheeksi ottaminen aiempaa helpompaa vanhemmille ja ammattilaisille. Vertaistuki- ja vapaaehtoistoiminnassa olemme tasapainossa kaikkien kolmen sairauden/oireyhtymän suhteen. PCOS:n ja vulvodynian kohdalla tietoisuus on lisääntynyt selkeästi ja varsinkin vaikenemisen muuri on saatu murrettua. Endometriosin edunvalvonnallisiin epäkohtiin on pystytty vaikuttamaan. Yhteistyö ammattihenkilöiden kanssa on vahvistunut.

Arvot

- Olemme luotettava ja vastuullisesti toimiva järjestö.
- Asiantuntemuksemme rakentuu oikeasta ja ajantasaisesta tiedosta.
- Toimintamme on monimuotoista, osallistavaa ja ihmisläheistä.
- Olemme avoimia ja helposti lähestyttäviä.
- Teemme työtä tavoitteellisesti, pitkäjänteisesti ja rohkeasti

Painopisteet

Vertaistuki: Tarjoamme tasalaatuista, valtakunnallisesti kattavaa, helposti saavutettavaa vertaistukea. Vertaistukemme on monipuolista ja monikanavaista. Tarjoamme enemmän kohdennettua vertaistukea eri ryhmille. Lisäämme myös puolisoiden/läheisten huomiointia toiminnassamme.

Vapaaehtoisuus: Vapaaehtoiseksi on helppo lähteä, koska tarjoamme monia mahdollisuuksia sekä tarvittavat tiedot ja tuen. Emme arvota vapaaehtoisuutta, vaan jokainen teko ja osallistuminen on tärkeä. Kansalaisvaikuttamisen osalta pyrimme saamaan mukaan vapaaehtoisia myös laajemmin kuin vertaisten keskuudesta.

Edunvalvonta: Edunvalvonta on potilasryhmälle kohdennettua toimintaa ja pitää sisällään edunvalvonnan palvelut, edunvalvontateot verkostoissa ja rakenteissa. Löydämme edunvalvonnalliset epäkohdat myös PCOS:n ja vulvodynian osalta.

Viestintä: Toteutamme laadukasta ulkoista ja sisäistä viestintää neutraalisti ja monikanavaisesti. Viestintä tukee ja vastaa arvojamme.

Vaikuttaminen: Teemme vaikuttamistyötä yhteiskunnan, ammattilaisten sekä yksilöiden tasolla. Tarjoamme käytännön ja konkretian kautta kaikille mahdollisuuksia tehdä vaikuttamistyötä. Laajemman yhteiskunnallisen vaikuttamistyön taustalla aina pyrkimys vaikuttaa myös edustamiemme sairauksien ja oireyhtymien tilanteeseen.

TIEDOTUS JA VIESTINTÄ

Teemavuosi

Vuoden 2021 yleisenä teemana oli mielen hyvinvointi. Tämä näkyi kaikilla kolmella teemaviikolla sekä esimerkiksi Mielenterveyden keskusliiton kanssa järjestetyssä teemaillassa ja vapaaehtoisten kouluttamisena aiheeseen liittyen.

Endorfiini

Jäsenlehti Endorfiini ilmestyi vuonna 2021 neljä kertaa. Jäsenlehdet toimitettiin jäsenille ja ne ovat

luettavissa myös sähköisesti järjestön verkkosivuilla. Jäsenlehdissä esiteltiin ajankohtaisia endometriooseihin, adenomyooseihin, PCOS:ään ja vulvodyniaan liittyviä aiheita.

Nettisivut

Järjestön korento.fi-nettisivuilla oli aikavälillä 1.1.-31.12.2021 yhteensä 59 713 (25 363) kävijää ja yksittäisiä kävijöitä oli 53 054 (43 038). Istuntojen lukumäärä kävijää kohtaan oli 1,30. Istunnon keskimääräinen kesto oli 1 minuutti 22 sekuntia. Sivujen katseluja oli 125 106 (127 030) kappaletta.

Moona.info-sivusto päivitettiin v. 2020. Sivuston sisältöä laajennettiin lisäämällä myös PCOS:ään ja vulvodyniaan liittyvää sisältöä. Tämän sivuston kävijämäärät ovat kuitenkin hieman pudonneet, joten sivustolle ohjausta on tehostettava jatkossa. Vuonna 2021 testattiin erilaisia tapoja markkinoida moona.info-sivustolla olevaa Moona-blogia. Uudet markkinointikanavat eivät selvästi tavoittaneet kohderyhmää toivotulla tavalla, joten seuraavana vuonna palataan takaisin ohjauksen näkökulmasta toimivaan markkinointiin. Vuonna 2021 käyttäjiä oli yhteensä 57 200 (84 460) .

Verkkokauppa avattiin vuoden 2021 aikana uudelleen ja valikoimaa päivitettiin.

Sosiaalinen media

Sosiaalisen median osalta viestintää jatkettiin pääasiassa aiempien vuosien tapaan. Eniten resursseja käytettiin Facebook- sekä Instagram-näkyvyyden ylläpitoon. Twitteriä sekä LinkedIniä on hyödynnetty merkittävimpien tiedotteiden osalta.

Facebookissa järjestö toimii sekä oman sivun kautta että ylläpitäen useita keskusteluun tarkoitettuja vertaistukiryhmiä. Facebook-sivun osalta kasvu on jatkunut, mutta hieman hiljaisempaan tahtiin kuin viime vuonna. Uusia tykkääjiä on tullut noin 300, yhteismäärän ollessa n. 4 100. Paras kattavuus oli Lapsettomien lauantain julkaisulla, joka tavoitti 18 500 ihmistä. Oman Facebook-sivun lisäksi järjestö ylläpitää edelleen erilaisia ryhmiä vertaistuellista keskustelua varten. Suurin ja suosituin on yleistä vertaistukea endometriosisia sairastaville tarjoava Endometriosisi Suomi (ent. Endometriosisittaret), jossa oli vuoden 2021 lopussa 8082 (7005) jäsentä. Muita endometriosisin ryhmiä ovat Endometriosisittaren keittiössä, joka on tarkoitettu ravitsemuksesta keskusteluun, puolisoille suunnattu Endometriosisittaren tukena ja ruotsinkielinen ryhmä Stödgrupp för kvinnor med endometrios i Finland. PCOS Suomi -ryhmässä oli vuoden 2021 lopulla 2900 keskustelijaa (2178). Vulvodynia Suomi -ryhmässä keskusteli 680 (522) vulvodynian kanssa elävää. Kasvu on siis ollut tasaista keskeisimmissä Facebookin vertaistukiryhmissä.

Facebookin lisäksi myös Instagramissa tiedotetaan yhdistyksen tärkeistä tapahtumista. Vuoden lopussa Instagram-seuraajia oli 3 518 (2 610). Instagramin kattavuus nousi 24,7% ja vierailut Instagram-profiilissa kasvoivat 23% edelliseen vuoteen verrattuna.

Vuonna 2021 Instagram-julkaisuja oli yht. 151 (10 arkistoitu).

- Eniten näkyvyyttä sai Lapsettomien lauantain julkaisu: Facebookissa 18 487 kattavuus ja 902 tykkäystä, Instagramissa 5 263 kattavuus ja 726 tykkäystä.
- Sponsoroitujen julkaisujen kattavuudet: Loppuvuoden jäsenkamppis 751, Syksyn jäsenkamppis 1169, Kumppanien teemailta 1310, Voimakettulinkki 6540, Kokemustoimijalinkki 3033, Endometrioosiviikko 2704.
- Suurimmat ikäluokat: 25-34 v (49%), 35-44 v (29,9%) ja 18-24 v (12,9%)
- Kaupungit, joissa postauksia nähdään eniten: 11,8% Helsinki, 6,6% Tampere, 3,8% Oulu, 3,8% Turku ja 3,2% Espoo
- Yleisöstä 98,6% naisia ja 1,4% miehiä

Twitterissä (@korento_ry) seuraajien määrä kasvoi tasaisen maltillisesti ja oli vuoden 2021 lopussa 500 (464). LinkedIn-tilillä seuraajia oli 80 (60).

Esitteet

Koostimme uuden esitteen ammattilaisille Korennon tarjoamasta tiedosta ja tuesta sekä potilaan kohtaamisesta. Lisäksi endometrioosiesitteen päivitys käynnistyi.

Muu viestintä

Jäsentiedotusta täydennettiin uutiskirjeillä, joita lähetettiin vuoden aikana 6 kappaletta.

Uutiskirjeisiin koottiin ajankohtaisia asioita ja tärkeitä tapahtumia. Tapahtumien peruuntuessa esitteitä ja muuta materiaalia säästy ennakoitua enemmän, eikä vuoden aikana ilmennyt tarpeita täydennystilauksille.

Syksyn jäsenkampanjan aikana jäsenmaksun maksaneet uudet jäsenet saivat lahjaksi heijastimen. Uusi jäseniä kampanjan aikana liittyi 35. Joulukampanjassa 2021 liittyi 37 uutta jäsentä.

Mediaosumat

Mediaosumien määrä nousi edellisestä vuodesta. Järjestön tietoon tulleiden mediaosumien määrä oli 55 (40).

Mediaosumista 34 liittyi endometrioosiin. Vulvodyniaan liittyviä mediaosumia paikannettiin 9 ja PCOS:ään 12. Lehtijuttuja oli vuoden aikana mm. Helsingin Sanomissa, Ylellä, Iltalehdessä, Iltasanomissa, Kotiliedessä ja Seurassa. Näiden lisäksi mediaosumia oli myös mm. blogeissa.

Opinnäytetyöt

Vuonna 2021 valmistui 8 opinnäytetyötä, mikä on poikkeuksellisen suuri määrä:

Salmi, E.: HÄPY : Tositarinoita pillusta -sadutusprosessi gynekologisessa potilasjärjestössä. Turun Ammattikorkeakoulu. (Kulttuurihyvinvoinnin YAMK.)

Eskola, S. & Hakulinen, J.: Vulvodynia : Vaikutukset naisen elämään. Diakonia-ammattikorkeakoulu. (Sairaanhoitaja AMK.)

Imppola, A.: Nuoren kuukautiskivut – normaalia vai poikkeavaa? (Terveystenhoitaja YAMK.)

Kuusisto, H.: Psykofyysisen fysioterapian menetelmiä kivunlievityksen ja hyvinvoinnin tukena. Opas endometriosisin kivunhallintaan. Satakunnan Ammattikorkeakoulu. (Fysioterapia AMK.)

Liuksiala, F-M.: Kuukautisterveyden edistäminen. Systemoitu kirjallisuuskatsaus. (Terveystenhoitaja YAMK.)

Pasanen, H.: Endometriosisia sairastavien henkilöiden kokemuksia sairautensa hoidosta työterveyshuollossa. Lapin Ammattikorkeakoulu. (Sairaanhoitaja AMK.)

Tokola, E.: Endometriosisin vaikutus työelämään ja opiskeluun. Vaasan Ammattikorkeakoulu. (Sairaanhoitaja AMK.)

Viitanen, A.: Endometriosisin vaikutus sektioon synnytystapana. Turun Ammattikorkeakoulu. (Sairaanhoitaja AMK.)

VERTAISTUKI JA VAPAAEHTOISTOIMINTA

Verkkovertaistukiryhmät

Facebook

Endometriosisi Suomi (ent. Endometriosisittaret) kasvoi yli 1000 jäsenellä, vuoden 2021 lopussa jäsenmäärä oli 8 082. Edellisvuosien tapaan kasvu on ollut voimakasta. Vuoden aikana ryhmään hyväksyttiin 1 389 uutta jäsentä. Endometriosisi Suomi ryhmää on moderoinut 8 vapaaehtoista moderaattoria.

PCOS Suomi -ryhmän jäsenmäärä kasvoi vuoden 2021 aikana yli 700 jäsenellä. Vuoden 2021 lopussa ryhmän jäsenmäärä oli 2900. Ryhmän keskustelu on ollut monipuolista ja asiallista. Ryhmää on moderoinut 3-4 vapaaehtoista moderaattoria.

Vulvodynia Suomi -ryhmän jäsenmäärän kasvu oli pienempää, vuoden 2021 lopussa ryhmässä oli 680 jäsentä. Ryhmää on moderoinut 2-3 vapaaehtoista moderaattoria.

Facebook-ryhmien moderaattoreita on tuettu muun muassa yhteisten Google Meet -tapaamisten avulla. Uusia moderaattoreita on saatu mukaan toimintaan, mutta tehtävässä lopettaneiden myötä tarve uusille vapaaehtoisille on edelleen melko suuri.

Endometrioosittaren keittiössä -ryhmässä on 1280 jäsentä. Endometrioosittaren tukena -ryhmässä 50 jäsentä. Keskusteluiden puolesta nämä ryhmät eivät ole kovinkaan aktiivisia. Nuorille tarkoitettu EndorFiinit-ryhmä lakkautettiin vuonna 2021, sillä Facebook ei ollut oikea kanava nuorten tavoittamiseen eikä ryhmä ollut aktiivinen. Stödgrupp för kvinnor med endometrios i Finland ryhmässä jäseniä oli vuoden lopussa 68. Ryhmää ei ole markkinoitu aktiivisesti.

Muut verkkoryhmä ja verkkotoiminta

Vuonna 2021 kokoontui erilaisia verkkoryhmiä, kuten radikaalileikattujen vertaistukiryhmä ja endometrioosin valtakunnallinen vertaistukiryhmä. Myös osa paikkakunta-kohtaisista vertaistukiryhmistä kokoontui verkkovälitteisesti.

Anonyymit keskusteluryhmät Elämää endometrioosin kanssa (62 jäsentä) ja Elämää vulvodynian kanssa (64 jäsentä) ja vuonna 2021 perustettu Elämää PCOS:n kanssa (21 jäsentä) jatkoivat toimintaansa Hyvä kysymys -alustalla.

Voimakettu - luovan kirjoittamisen kurssi tarjosi kymmenelle osallistujalle mahdollisuuden keskinäiseen vertaistukeen ja sairauden käsittelyyn luovan kirjoittamisen menetelmien avulla. Kurssin järjesti Edukettu, ja osa tapaamisista järjestetään vuoden 2022 puolella.

Teemaillat

Vuonna 2021 järjestettiin kolme vertaistuellaista teemailtaa. Kumppaneille tarkoitettussa teemaillassa oli jakamassa kokemuksia ja keskustelemassa vapaaehtoispariskunta. Mielenterveyden keskusliiton kanssa järjestetyn mielen hyvinvoinnin teemailta käsitteli mielenterveyttä ja toiveikkuutta. Nuorille kohdennettu teemailta järjestettiin Yeesi ry:n kanssa.

Vertaistukiryhmät

Koronaviruspandemia vaikutti myös vuonna 2021 vertaistukiryhmien kokoontumiseen. Osa ryhmistä kokoontui yleisten kokoontumisrajoitusten sen salliessa, osa ryhmistä taas siirtyi verkkotapaamisiin.

Endometrioosin vertaistukiryhmissä on järjestetty tapaamisia 8 paikkakunnalla: Helsinki, Hyvinkää-Riihimäki, Hämeenlinna, Keski-Uusimaa, Kuopio, Lahti, Tampere ja Vantaa. Näiden lisäksi muutama ryhmä piti yhteyttä WhatsAppin välityksellä, vaikka tapaamisia ei vuoden aikana ollutkaan.

PCOS:n Helsingin vertaistukiryhmä ei kokoontunut vuoden aikana, mutta piti yhteyttä WhatsApp-ryhmässä. Vulvodynian vertaistukiryhmä Helsingissä kokoontui säännöllisesti.

Tukihenkilöt

Järjestön tukihenkilötoiminta on tarkoitettu akuuttiin tilanteeseen esimerkiksi diagnoosin saamisen tueksi, lapsettomuuden ja lapsettomuushoitojen käsittelyyn sekä leikkausten yhteyteen. Tavoitteena on, että tukihenkilö sitoutuu 3-5 tukikertaan. Tämän jälkeen toiminta on itse henkilökohtaisesti arvioitava. Kaikkien tukihenkilöiden kanssa tehdään tukihenkilösopimus. Tukihenkilö raportoi toiminnasta järjestölle tukisuhteen päättyessä.

Vuonna 2021 syntyi 9 uutta endometrioosin tukiparia ja 2 vulvodynian tukiparia.

Tukipuhelin

Tukipuhelimen toimintaa koordinoitiin toimistolta ja varsinaisen päivystyksen hoiti sairaus-/oireyhtymäkohtaiset päivystysringit. Päivystysvuorot ovat tarjolla tukipuhelinpäivystäjien omassa salaisessa Facebook-ryhmässä.

Endometrioosin tukipuhelimeen tuli vuoden 2021 aikana 19 puhelua, joten puheluiden määrä on vuoden aikana laskenut. Tukipuhelin päivysti joka keskiviikko.

Vulvodynian tukipuhelin päivysti vuonna 2021 kerran kuussa. Puhelua vulvodynian tukipuhelimeen tuli vuoden aikana 4. PCOS:n tukipuhelin päivysti kerran kuussa vuoden 2021 kesään asti, jolloin tehtiin päätös siirtää PCOS:n päivystys tauolle vähäisen kiinnostuksen vuoksi. Soittoja PCOS:n puhelimeen ehti ennen tauolle siirtymistä tulla 1.

Chatit

Chatit vakiinnuttivat paikkansa tärkeänä vertaistuen muotona. Vuoden aikana järjestettiin vapaaehtoisten ohjaamia endometrioosin ja adenomyoosin, PCOS:n sekä vulvodynian vertaistukichatteja sekä asiantuntijoiden kuten endometrioosihoitajan ja ravitsemusterapeutin ohjaamia chatteja. Lisäksi oli teemachatteja, kuten Parisuhdekeskus Katajan kanssa yhteistyössä järjestetty parisuhdeteemainen chat. Seksuaalineuvoja ohjasi yksilöllisesti ajanvarauksella varattavia seksuaalineuvonta-chatteja. Yhteensä chatteja järjestettiin vuoden 2021 aikana 27 kappaletta.

Moona-blogirinki

Moona-blogiringin vastaavana toimi Janika Kurkinen. Blogitekstejä julkaistiin edelleen noin kerran viikossa, ja niitä markkinoitiin sekä Facebookissa että Instagramissa. Vuoden aikana Moona-blogissa julkaistiin **32** kirjoitusta. Vuoden aikana kirjoittajatiimissä oli **11** kirjoittajaa. Uusien kirjoittajien haku pidettiin loppukeväästä, ja elokuussa blogirinki tapasi etäyhteyksin uusien bloggaajien perehdytyksen, ideoinnin ja tutustumisen merkeissä.

Vapaaehtoistoiminta

Vapaaehtoistoiminta herätti vuonna 2021 kiinnostusta edelleen mukavasti. 48 (2020 55) uutta jäsentä ilmoitti liittymislomakkeella olevansa halukkaita toimimaan järjestön vapaaehtoisena. Vapaaehtoisuudesta kiinnostuneita jäseniä on noin 300. Aktiivisesti Korennon eri vapaaehtoistehtävissä toimi noin 100 vapaaehtoista. Heistä suurin osa oli maksaneita jäseniä.

Vapaaehtoisia tuettiin työssä henkilökohtaisesti ja tehtäväkohtaisissa tapaamisissa. Lisäksi tukea oli saatavilla mm. työnohjaajan pitämässä työpajoissa.

Vapaaehtoisia toimi seuraavasti eri tehtävissä:

- Vertaistukiryhmän vetäjä tai vetäjäpari
- Tukihenkilö
- Edunvalvonnan tukihenkilö
- Tukipuhelimen päivystäjä
- Verkkovertaisryhmän vetäjä
- Chat-ohjaaja
- Facebook-ryhmän moderaattori
- Jäsenlehti Endorfiinin toimituskunta
- Kokemustoimija
- Endometriosiviikon suunnittelija ja toteuttaja
- PCOS-viikon suunnittelija ja toteuttaja
- Vulvodyniaviikon suunnittelija ja toteuttaja
- Teemoitetut työryhmät
- Materiaalin toimittaminen terveydenhuoltoon
- Moona-blogirinki
- Nuorisotiimi
- Instagram-kaappaus
- YouTube-videot

Osallisuuden kehittäminen työryhmätyöskentelyllä

Myös vuonna 2021 Jäsenten osallisuutta järjestön kehittämiseen parannettiin kehittämällä työryhmätyöskentelyä. Viestintätyöryhmä käynnisteli toimintaansa vuoden 2021 alussa. Tämän lisäksi EKK-työryhmä, edunvalvonnan työryhmä sekä hallintoryhmä jatkoivat toimintaansa. Työryhmiä vetivät pääasiassa hallituksen jäsenet ja ryhmissä oli mukana vapaaehtoisia jäseniä sekä työntekijöitä. Osa työryhmistä työskenteli ainoastaan verkossa ilman tapaamisia.

Työryhmätyöskentely on osoittautunut hyväksi tavaksi kuulla jäsenistöä ja osallistaa heitä järjestön yleiseen kehittämiseen. Työskentelyä jatketaan ja kehitetään vuonna 2022.

Koulutukset

Vapaaehtoisten koulutukset järjestettiin huhti- ja lokakuussa. Koronapandemian vuoksi molemmat koulutukset järjestettiin verkossa. Yhteensä koulutuksissa oli **16** osallistujaa. Maaliskuun vapaaehtoiskoulutus pidettiin 10.-11.4. Zoomissa. Koulutusviikonloppussa osallistujia oli yhteensä 9. Lokakuun koulutusviikonloppu muuttui yhdeksi koulutuspäiväksi ja se järjestettiin 9.10. Zoomin välityksellä. Koulutuspäivään osallistui 7 vapaaehtoista.

13.3. toteutui yhdessä Parisuhdekekus Katajan ja IBD ja muut suolistosairaudet ry:n kanssa järjestetty yhteiskoulutus vapaaehtoisille. Aiheena oli parisuhdeteemojen tukeminen vertaistuessa. Korennoilta koulutukseen osallistui 5 vapaaehtoista.

Korennon vapaaehtoisia osallistui ensimmäistä kertaa Kokemustoimintaverkoston peruskoulutukseen. Koulutus järjestettiin loka-joulukuussa, ja siihen kuului kaksi lähiviikonloppua Tampereella. Peruskoulutukseen osallistui 3 Korennon jäsentä.

Vapaaehtoisten iltapäivä 21.5. tarjosi mahdollisuuden keskusteluun ja joogahetkeen. Joogaan osallistui joko suorana tai tallenteen katsomalla yhteensä 15 vapaaehtoista.

Syksyn 2021 aikana 8 vapaaehtoista osallistui omatoimisesti Mielen ensiapu 1 tai 2 -koulutuksiin.

Suuri vapaaehtoisten ilta 2.12. järjestettiin Korennon, Tunne Rintasi ry:n, Imetyksen tuki ry:n ja Rintasyöpäyhdistys – Europa Donna Finland ry:n kesken. Tapahtuma tarjosi vertaistukea ja virkistäytymistä vapaaehtoisille, joita osallistui 5. Illan puhujana oli Jani Toivola.

Nuoret

Nuorille suunnattu vapaaehtois- ja vertaistukitoiminta kuului järjestökoordinaattoreiden vastuulle.

Nuorisotiimi

Nuorisotiimissä toimi vuoden 2021 aikana jäsenenä Havu Härmä (puheenjohtaja, yhdenvertaisuusvastaava), Janika Kurkinen (puheenjohtaja, hallitusvastaava, Moona-blogivastaava), Kanerva Murtovaara (somevastaava, Endorfiini-vastaava), Polina Avramenko (sihteeri), Aada-Maria Kinnunen (yhteistyövastaava, kouluagenttitoiminta) ja Pirja-Liisa Saimala (vertaistukivastaava, edunvalvontavastaava). Uusi tiimi järjestäytyi tammikuussa Zoomin välityksellä.

Nuorisotiimi jatkoi viestintää Instagram-tilillään @nuoretkorennot. Vuoden lopussa tilillä oli 1080 seuraajaa (1000). Tiimi tarjosi tilin välityksellä runsaasti tietoa ja vertaistukea nuorille gynekologisten sairauksien ja oireyhtymien kanssa eläville. Tilillä vieraili fysioterapeutti Maria Nemlander. Korennon teemaviikot näkyivät jonkin verran Nuorisotiimin IG-tilillä. Tilillä toteutettiin 1000 seuraajan arvonta.

Koronapandemia vaikutti edelleen merkittävästi Nuorisotiimin toimintaan. Ig-tilin lisäksi tiimi piti Endorfiini-jäsenlehdessä omaa palstaansa sekä järjesti kesällä nuorille suunnatun Pimppichatin.

Vertaistuki

Koronapandemian takia nuorten vertaistukileiriä ei järjestetty.

Loppuvuodesta järjestettiin yksi nuorten teemailta Yeesi ry:n kanssa 13.11. Teemana oli Nuoren mielen voima. Alussa tutustuttiin lyhyesti Korennon toimintaan, jonka jälkeen Yeesi alusti tulevaa keskustelua mielenterveyden teemoilla. Loppupuoliskon keskustelu oli aktiivista. Iltaan osallistui lopulta 3 ilmoittautunutta.

TAPAHTUMAT

Endometriosisiviikko

Maanantai 22.3 Pukeudu keltaiseen – päivä

- Puheenjohtajan avaus klo 10.
- Rakennusten valaisu
- LKT, naistentautien ja synnytysten erikoislääkäri, osastonylilääkäri Päivi Härkki luennoi aiheesta "Endometriosisin hoito sekä hoidolliset haasteet". Videoluento esitetään klo 17:30-18:00 Korento ry:n Facebook-seinällä, jonne se myös jää myöhemmin katsottavaksi.
- Pukeudu keltaiseen – päivän kuvahaaste: Jotakin keltaista

Tiistai 23.3.

- Nuorten Väestöliiton Insta-live kello 15. Korennon vapaaehtoinen Janika ja Väestöliiton asiantuntija Maria Nikunlaakso keskustilevat endometriosisista. @nuortenvaestoliitto
- Asiantuntijachat Hyvä kysymys -alustalla kello 18. Endometriosisihoitaja Satu Tervala vastasi kysymyksiin endometriosisista.
- Blogiteksti: Miten endometriosisi vaikuttaa työhön? Korennon toteuttaman työkyselyn tuloksia.
- Kuvahaaste: endometriosisi ja työ sekä opiskelu

Keskiviikko 24.3.

- Seksuaalivoukto-chat Hyvä kysymys -sivustolla klo 19-20:30. Keskustelua seksuaalivoujoja Mirva Juurikivi-Marttilan ja vertaisten kanssa endometriosisiin ja seksuaalisuuteen liittyvistä teemoista.

- Endometrioosia sairastavien Tukipuhelin päivysti klo 19-2.
- Kuvahaaste: endometrioosi ja mielen hyvinvointi

Torstai 25.3.

- Blogiteksti: Korento ry:n ja Väestöliiton toteuttaman kouluterveydenhoitajille suunnatun kyselyn tuloksia.
- Verkkovertaistukiryhmä kokoontui Google Meetissä klo 18:30–20:00. Tapaamisen ohjasi kaksi Korennon vapaaehtoista vertaista.
- Kuvahaaste: endometrioosi ja arki

Perjantai 26.3. Hemmottelupäivä

- Meditatiivinen hemmotteluhetki klo 15 Zoomissa.
- Miten sinä hemmottelet itseäsi tänään?
- Kuvahaaste: hemmottelua

Lauantai 27.3.

- EndoMarchOnline2021 Korennon Instagramissa @korentory klo 16
- Kuvahaaste: keltaiset kukat

Sunnuntai 28.3.

- Vapaaehtoinen kaappasi Korennon tilin @korentory

PCOS-viikko

Maanantai 8.9.

- Pukeudu turkoosiin -päivä
- PCOS-kyselyn julkaiseminen
- Kuvahaaste: Pukeudu turkoosiin. Jaa somessa kuva itsestäsi tai läheisestäsi ja liitä mukaan #pukeuduturkoosiin sekä teemaviikon muut hashtagit. Tägää myös Korento ry (@korentory), niin jaamme kuvasi!

Tiistai 7.9.

- Professori, synnytys- ja naistentautien ja lisääntymislääketieteen erikoislääkäri Terhi T. Piltonen luennoi klo 16:15–17:15 aiheesta “Lisääkö PCOS sairauskuormaa”. Videoluento näkyi Facebookissa Korento ry:n seinällä, jonne se myös jää myöhemmin katsottavaksi.
- Kuvahaaste: PCOS ja läheiset. Kuka tukee sinua? Kenen haluaisit tietävän enemmän PCOS:stä? Oliko matka perheen pienimmän saapumiseksi PCOS:n vuoksi tavanomaista pidempi?

Keskiviikko 8.9.

- Korento vierailulla TAYS:n uudella OLKA-pisteellä

- PCOS:n vertaistukichat Hyvä kysymys -alustalla klo 18–19:30.
- Kosmetologin blogiteksti karvanpoistosta
- Kuvahaaste: PCOS arjessa. Miten PCOS näkyy päivittäisessä arjessa?

Torstai 9.9.

- Asiantuntijachat Hyvä kysymys -alustalla klo 18–19. Kysymyksiin oli vastaamassa ravitsemusterapeutti Leena Putkonen.
- Hyvä kysymys -keskustelupalstan avaaminen
- Kuvahaaste: PCOS ja mielen hyvinvointi. Mikä auttaa sinua jaksamaan? Huomaatko, että PCOS vaikuttaa myös mieleesi?

Perjantai 10.9.

- Metsämieli-tuokio klo 15–16. Metsämieli-tuokiossa keskitytään hyvän huomioimiseen ja kiitollisuuteen. Tuokion ohjasi Elina Lilja (lyhytterapeutti, Metsämieli-kouluttaja).
- Julkistimme PCOS-kyselyn tuloksia
- Moona-blogin PCOS-viikon julkaisu
- Kuvahaaste: Hemmotteluvinkit. Miten sinä hemmottelet itseäsi?

Lauantai 11.9.

- Vapaaehtoisemme kaappasi Korennon IG-tilin ja jakoi ajatuksia elämästä PCOS:n kanssa.

Vulvodyniaviikko

Maanantai 8.11.

- Pukeudu violettiin -päivä
- Rakennuksia valaistiin violetiksi eri puolella Suomea! Mukana vulvodynian näkyvyyden lisäämisessä ovat Helsingin kaupunginteatteri (klo 16-24), Oulun teatterin torni ja Turun kirjastosilta (klo 16 alkaen seuraavaan aamuun asti).
- Vulvodynian edunvalvontakysely aukesi
- LT, naistentautien ja synnytysten erikoislääkäri Anu Aalto luennoi aiheesta "Vulvodyniapotilaan ehkäisyn vaihtoehdot". Videoluento esitettiin klo 18:00-19:00 Korento ry:n Facebook-seinällä, jonne se myös jäi myöhemmin katsottavaksi.
- LKT, naistentautien ja synnytysten emeritusprofessori Jorma Paavosen teksti "Vulvodynia -diagnostinen ja hoidollinen haaste" Korennon blogissa.
- Kuvahaaste: pukeudu violettiin! Jaa somessa kuva itsestäsi tai läheisestäsi ja liitä mukaan #pukeuduviolettiin sekä teemaviikon muut hashtagit.
-

Tiistai 9.11.

- LT, naistentautien ja synnytysten erikoislääkäri, seksuaalineuvoja ja kognitiivis-integratiivinen psykoterapeutti Katja Kero piti luennon otsikolla "Vulvodynia - kivunkin keskellä lempeitä lauluja kehollesi".
- Instagram-live @nuoretkorennot ja lantionpohjafyysari Maria Nemlander: "Mut mitä siellä pillufyysarilla sitten tehdään?" klo 20:00
- Vulvodyniaviikon kokemustarina julkaistaan Moona-blogissa.
- Kuvahaaste: Vulvodynia ja työ/opiskelu: Miten vulvodynia on vaikuttanut työhösi tai opiskeluun? Miten vulvodynia näkyy arjessasi?

Keskiviikko 10.11.

- Mielihyvä- ja seksuaaliterveyskauppa Maukasteen teksti julkaistiin Korennon blogissa.
- Kuvahaaste: Vulvodynia ja läheiset: Kuka tukee sinua? Kenen haluaisit tietävän enemmän vulvodyniasta?

Torstai 11.11.

- Vulvodynian vertaistukichat Hyvä kysymys -alustalla klo 18:00-19:00.
- Fysioterapia-ketju Fysios järjesti klo 19:00 vulvodyniaa ja fysioterapiaa käsittelevän webinaarin.
- Korennon blogissa fysioterapeutin teksti vulvodyniasta ja eri liikuntamuodoista.
- Kuvahaaste: Mikä auttaa sinua jaksamaan? Huomaatko, että vulvodynia vaikuttaa myös mieleesi?

Perjantai 12.11.

- Vapaaehtoisen kirjoittama teksti julkaistiin Korennon blogissa.
- Kuvahaaste: Hemmotteluvinkit - miten sinä hemmottelet itseäsi?

Lauantai 13.11.

- Korennon blogissa kuukautissuojia vulvodynian näkökulmasta käsittelevä teksti.
- Instakaappaus Korennon IG-tilillä @korentory! Kokemuksia vulvodynian sairastamisesta transihmisenä sekä mietteitä taiteiden tuomista mahdollisuuksista omien tunteiden käsittelylle.

Muut tapahtumat ja toiminta

Koronapandemia vaikutti merkittävästi siihen, miten pääsimme osallistumaan erilaisiin tapahtumiin, joissa pääsisimme kertomaan endometrioosista, adenomyoosista, PCOS:stä ja vulvodyniasta sekä järjestön toiminnasta. Joitakin tilaisuuksia vuoden aikana kuitenkin tarjoutui:

- 29.10.2021 IFV hoitajien koulutuspäivät
- 2.11.2021 THL Neuvolapäivät etänä

- 10.-12.11.2021 Gynekologien koulutuspäivät Helsingissä

EDUNVALVONTA JA YHTEISTYÖ

Edunvalvonta- ja vaikuttamistyö rakentuu erilaisten yhteistyöverkostojen pohjalle. Edunvalvontatyötä koordinoi toiminnanjohtaja, joka edusti järjestöä erilaisissa vaikuttamisverkostoissa. Käytännössä vaikuttamistyö kietoutuu tiiviisti arjen toimintaan ja sitä toteuttivat yhdessä työntekijät, luottamushenkilöt ja muut vapaaehtoiset.

Edunvalvonta

Vuosi 2021 oli yhdistyksen kuudes koordinoitun edunvalvonnan vuosi. Edunvalvontatyön päätavoitteena on kartoittaa erilaisia keinoja, joilla on mahdollista edistää jäsenistön ja kohderyhmän etuja.

Edunvalvonnassa tehtiin mm. seuraavia toimia:

- Osallistuimme keskeisten edunvalvonnallisten verkostojen toimintaan:
 - Potilas- ja kansanterveysjärjestöjen verkosto (POTKA). Verkosto lisää potilasjärjestöjen vaikuttavuutta ajamalla yhteisesti tärkeiksi koettuja asioita sekä pohtii, ennakoii ja jakaa tietoa terveyteen liittyvistä kysymyksistä. Verkosto myös tuo kansalaisten ja järjestöjen ääntä sosiaali- ja terveystieteelliseen valmisteluun ja päätöksentekoon. Toiminnanjohtaja osallistui myös verkoston suunnittelutiimiin.
 - Terveyden edistämisen verkosto
 - Fimean potilasneuvottelukunta
 - Kanta-järjesöpaneeli
 - Pienjärjestöverkosto
 - Toiminnanjohtajaverkosto
 - Puheenjohtajaverkosto
 - Naisjärjestöjen keskusliiton verkostot
 - Sote-muutostuen alueverkostot
- Edunvalvontatyöryhmää pidettiin ajan tasalla aiheeseen liittyvästä toiminnasta ja käynnistettiin Edunvalvontasuunnitelman laadinta.
- Nuorisotiimin toimintaa jatkettiin. Nuorisotiimin puheenjohtajina Havu Härmä ja Janika Kurkinen.
- Parisuhdetyöhön liittyvää vaikuttamista jatkettiin yhdessä Parisuhdekeskus Katajan ”Kun perheessä on sairautta”- hankkeen kanssa.
- Vessapassiyhteistyö jatkui.
- Kiitos hyvästä hoidosta ja kiitos tuestasi -kampanjat.
- Kannanotot blogissa.

Yhteistyö

Toimintaa on kehitetty myös erilaisten yhteistyöverkostojen avulla. Työntekijät ovat osallistuneet mm. seuraavien verkostojen toimintaan:

- Valikkoverkosto
- Verkkovertaistuen kehittäjät
- Pirkanmaan kansanterveys- ja vammaisjärjestöjen aluetyöntekijät (Paasit)
- Kokemustoimintaverkosto

Koronavirustilanteen vuoksi vuoden 2021 yhteistyö toteutui pääasiassa verkossa. Yhteistyötahoille kirjoitettu tekstejä: Munasarjojen monirakkulaoireyhtymä ja sydänterveys Sydänliitolle (LT Meri-Maija Ollila) sekä PCOS-viikko tekee gynekologista oireyhtymää tunnetuksi Terveyskylän Vertaistalolle.

Kirjoitimme pienen tekstin järjestöstä ja edustamistamme sairauksista ja oireyhtymistä sekä Moona-sovelluksesta Katja Välikankaan kirjaan, joka julkaistaan syksyllä 2022.

Järjestökoordinaattori vieraili Äideillä on asiaa -tilillä Instagramissa 13.9.

Vuoden lopussa 2.12.2021 järjestettiin yhteiskoulutus vapaaehtoisille. Tapahtuma järjestettiin yhteistyössä Tunne Rintasi ry:n, Imetyksen tuki ry:n ja Rintasyöpäyhdistys – Europa Donna Finland ry:n kanssa.

Yeesi ry:n ja Mielenterveyden keskusliiton kanssa tehtiin yhteistyötä verkossa toteutettujen teemailtojen muodossa.

Parisuhdekeskus Katajan ja IBD ja muut suolistosairaudet ry:n kanssa suunniteltu vapaaehtoisten parisuhdeteemainen koulutus pidettiin 13.3.2021.

IBD:n kanssa tehtiin Vessapassitoiminnan lisäksi koulutusyhteistyötä kokemustoimintaverkostoon liittyen. Simpukan kanssa aloitettu sairaalavaikuttamisyhteistyö oli tauolla poikkeusvuoden ajan, mutta yhteistyösuhteita ylläpidettiin arjen vuorovaikutuksessa ja yhteisten lapsettomuusteemojen puitteissa.

Korennon omassa blogissa julkaistiin 32 blogitekstiä (2020 23) , joista 6 (2020 5) oli yhteistyökumppaneiden kirjoittamia. Lisäksi asiantuntija-artikkeleita julkaistiin myös jäsenlehdessä.

Yhteistyötä keskeisten asiantuntijoiden kanssa jatkettiin myös vuonna 2021. Lääkärit ja muut asiantuntijat mm. osallistuivat teemaviikkojen ohjelman rakentamiseen ja konsultoivat tarvittaessa sairauksiin ja oireyhtymiin liittyvissä erityiskysymyksissä, joita nousi uutena esim. koronavirustilanteeseen liittyen. Vuoden aikana luotiin myös uusia yhteistyösuhteita niin

asiantuntijoiden kuin myös järjestöjen kanssa. Vuoden 2021 loppupuoliskolla aloitettiin myös lääkeyritysten kartoitus yhteistyötä varten.

Kansainvälinen yhteistyö

Kansainvälinen yhteistyö oli jatkuvan poikkeustilanteen vuoksi myös vuonna 2021 vähäistä. Yhteistyö painottui pääasiassa kv-toiminnan seuraamiseen. Hallituksen kv-vastaava osallistui ESHRE:n konferenssiin ja oli mukana ESHRE:n työryhmässä, jossa käsiteltiin päivitettäviä endometrioosin hoitolinjauksia.

Kansainvälistä yhteistyötä on tehty myös Moona Oirepäiväkirjan kansainvälistymiseen liittyen.

KORONAVIRUSPANDEMIAN VAIKUTUKSET TOIMINTAAN

Koronavirustilanteella oli merkittäviä vaikutuksia järjestön toimintaan. Toiminnan kannalta merkittävin vaikutus oli edelleen jäsenmäärän kasvun hidastuminen ja jäsenyyksien irtisanomisten maltillinen lisääntyminen. Jäsenten yhteydenottojen perusteella koronavirustilanteen muodostaman yleisen epävarmuuden vuoksi yhä useamman oli karsittava kaikki vapaaehtoiset menot, joihin kuuluivat myös järjestöjen jäsenyydet.

Vertaistukitoiminnan osalta poikkeustilanne vaikutti eniten perinteisimpään vertaistukimuotoomme vertaistukiryhmätoimintaan. Paikkakunnasta riippuen vertaistukiryhmätapaamisia peruttiin tai ryhmäkokoja rajoitettiin. Tarjosimme ryhmäläisille mahdollisuutta siirtää toimintaa verkkoon ja koulutimme vetäjiä verkkovälitteiseen toimintaan. Tästä huolimatta vain muutama ryhmä jatkoi tapaamisia verkossa.

Lisäksi nuorten leiri peruttiin. Myös aluetapahtumat ja muut kasvokkain toteutettavat tilaisuudet peruttiin ja teemaviikoilla lisättiin webinaarien määrää. Endometrioosiviikon EndoMarch toteutettiin verkossa Insta-livenä. Aluetapahtumien tilalle tarjottiin mahdollisuutta osallistua luovan kirjoittamisen kurssille. Vapaaehtoisten koulutukset toteutettiin verkossa. Kouluagenttitoimintaa ei ollut vuonna 2021.

MOONA OIREPÄIVÄKIRJA JA MOONA 3.0 NAISTEN HYVINVOINNIN EDISTÄJÄNÄ -HANKE

Hankkeen oli alun perin tarkoitus päättyä jo vuonna 2020, mutta pandemiatilanteen vuoksi kaikkea rahoitusta ei saatu käytettyä, vaan sitä jäi käytettäväksi vuoden 2021 puolella.

Moona Oirepäiväkirja -mobiilisovellukseen tehtiin päivitys käytettävyyden ja saavutettavuuden näkökulmasta ja päivitetty versio julkaistiin heinäkuussa 2021. Sovellusta on ladattu koko sen elinaikana 17700 kertaa. Päivitetty versio on ladattavissa Suomessa ilmaiseksi sekä Googlen että Applen sovelluskaupoissa. Sovelluksen päivityksen myötä sovellusta laajennettiin palvelemaan entistä paremmin kaikkia, joilla on kuukautiset tai kuukautisiin liittyviä oireita sekä PCOS:n ja vulvodynian kanssa eläviä tai niitä itsellään epäileviä, joten sovelluksen potentiaalinen käyttäjäkunta kasvoi entisestään.

Sovellus julkaistiin myös Ruotsissa yhteistyössä Ruotsin Endometrioosiyhdistyksen kanssa. Sovelluksen sisältöjä piti mukauttaa hieman, että ne vastaisivat toisen ympäristön tarpeisiin, mutta lopulta palaute käyttäjiltä on ollut pääasiassa positiivista. Sovellus on ollut lisäksi käytössä tiedonkeruun menetelmänä Oulun Naisten Terveystutkimus 1986 -tutkimuksessa myös vuonna 2021.

Sovellusta markkinoitiin Korennon omissa kanavissa eli sosiaalisessa mediassa (FB, IG), jäsenlehti Endorfiinissa, jäsenille sähköpostitse lähetettävissä uutiskirjeissä ja Korennon nettisivuilla ja moona.info-sivustolla. Sivustolla on vierailtu 57200 kertaa. Järjestimme FB-livenä kaksi webinaaria. Tuotimme vapaaehtoisten kanssa yhteistyössä kolme videota, jotka on suunnattu sekä nuorille että nuorten kanssa toimiville aikuisille. Videoita on katseltu yhteensä 970 kertaa.

Moona.info-sivuston sisällöt käännettiin sekä ruotsiksi että englanniksi. Moonahaitariesitteestä tuotettiin uusi versio ja esitteen sisältöjä päivitettiin. Materiaaleja tuotettaessa ja uudistettaessa kuulumme nuoria vapaaehtoisiamme, koska he ovat materiaalien ensisijaista kohderyhmää. Lisäksi esite käännettiin ruotsiksi ja englanniksi. Käännösversioiden julkaisu tapahtuu vuonna 2022. Sovelluksen yhteydessä ja sen rinnalla on myös lisätty suuremman yleisön tietoisuutta kuukautisista ja niihin liittyvistä tyyppillisistä ja epätyypillisistä oireista. Materiaalien kääntäminen myös englanniksi ja ruotsiksi palvelee entistä laajempaa joukkoa ihmisiä myös Suomessa. Myös muita Moona-materiaaleja (julisteet, käyntikortit) toimitettiin runsaasti terveydenhuollon toimipisteisiin. Vierailimme ammattilaisille ja nuorille suunnatuissa tapahtumissa.

Pandemiatilanne vaikutti kansainväliseen yhteistyöhön, koska suunnitellut matkat peruuntuivat ja kansainväliset toimijat olivat aiemmin ennakoitua varovaisempia aloittamaan uusia, isoja hankkeita sovelluksen markkinoinnin osalta. Näin ollen sovelluksen markkinointi Suomen ulkopuolella hankaloitui merkittävästi. Yhteistyö terveydenhuollon toimijoiden sekä koulujen kanssa vaikeutui myös pandemiatilanteen vuoksi. Kouluissa on jouduttu siirtymään ajoittain etäopetukseen tai opetuksen järjestäminen on ollut epävarmaa. Terveystutkimuksessa taas on jouduttu reagoimaan koronavirustilanteen luomiin uusiin haasteisiin minkä vuoksi yhteistyön suunnittelu ja toteutus on vaikeutunut.

Erityisesti vuonna 2021 on panostettu ammattilaisten tiedottamiseen jakamalla esitemateriaaleja ja osallistamalla ammattilaisille suunnattuihin tapahtumiin. Hankkeen aikana sovelluksen rinnalle kehitetyt materiaalit, kuten esitemateriaalit ja videot ovat levinneet melko laajasti terveydenhuollon toimipisteisiin sekä kouluihin.

Vaikka hankkeen kokonaistoteutusta on hankaloittanut merkittävästi keväällä 2020 alkanut kansainvälinen pandemia, olemme pystyneet mukauttamaan toimintojamme muuttuneen tilanteen mukaisesti. Olemme esimerkiksi keskittyneet tiedon välityksessä kouluille esitteiden jakamiseen, koska vierailut kouluilla eivät olisi onnistuneet helposti. Koska koko hanke on painottunut muutenkin erilaisten digitaalisten ratkaisujen ympärille, muutokset toiminnassa ovat olleet mahdollisia toteuttaa ja olemme pystyneet saavuttamaan tavoitteet haasteista huolimatta.

TULEVA KEHITYS

Järjestömme toimii jatkuvasti muuttuvassa ympäristössä ja tulevaisuutta leimaa erityisesti rahoitusympäristöön liittyvä epävarmuus. Toiminnan ja resurssien ylläpidon kannalta tulevaisuudessa yhä keskeisemmäksi nousee erilaisten rahoitusvaihtoehtojen kartoitus ja järjestön omavaraisuuden kehittäminen. Erilaiset maailmanlaajuiset haasteet vaikuttavat myös halukkuuteen sitoutua järjestöön ja sen toimintaan. Jatkossa järjestön osaamisen ja sen tuoman lisäarvon sanoittamiseen sekä muotoiluun on kiinnitettävä entistä enemmän huomiota.

Korenon ydintoiminnassa on tapahtunut muutaman viime vuoden aikana paljon muutoksia. Järjestö on laajentunut ja toiminnan piirissä on täysin uusia kohderyhmiä. Voimakkaan laajentumisen jälkeen lähivuosina on tärkeää keskittyä edelleen toiminnan vakiinnuttamiseen ja kestävien rakenteiden luomiseen.

Vakaalta pohjalta on hyvä luoda myös uutta. Muutostilanteet ja haasteet on osattava kääntää voimavaroiksi, joiden avulla toiminnalla kyetään vastaamaan entistä paremmin kohderyhmien tarpeisiin. Muutokset ravistelevat, mutta ovat otollinen pohja täysin uusille oivalluksille ja erilaisille näkökulmille.

Moona Oirepäiväkirjan kehittämiseen liittyvän hankkeen päätyttyä v. 2021, keskeisenä tavoitteena on turvata hankkeen jatkokehittämiseen tarvittavat resurssit. Lisäksi lisäresursseille on tarvetta erityisesti viestinnän ja vaikuttamistyön saralla. Tavoitteena on myös kyetä vastaamaan jäsenistön toiveeseen erityisesti työikäisen kohderyhmän huomioimiseksi nykyistä paremmin.