

Hyvä koulun oppilaskunta, rehtori ja opettajat

Syöpään sairastunut nuori haluaa elää! **One goal, many paths to survival** -teemamme nostaa esiin nuorten pitkää matkaa vakavan sairauden kanssa. On yksi tavoite, mutta monta yksilöllistä polkua selviytyä läpi vakavan syöpämatkan. Syöpä jättää jäljen – kehoon ja mieleen.

Vuosittain 1000 lapsen ja nuoren elämä pysähtyy. Moni sairastuneista nuorista joutuu jättämään tutun arjen, luokkakaverit, koulun ja oman perheen. Tuen tarve on suuri, eikä se pääty, vaikka nuoren syöpähoidot päättyvät. Syövän myöhäisvaikutukset seuraavat jopa loppuelämän. Tukea tarvitaan.

Kutsumme teidät tukijoukkoihimme, silloin kun lasten ja nuorten omat voimat eivät riitä. **Järjestäkää Päivätyökeräys** eli tutummin taksvärkki syöpäsairaiden lasten ja nuorten tukemiseksi Sylvan työlle.

Vuonna 2025 keräsimme **n. 80.000 euroa** teidän avullanne. Kiitos!

Kerätyt varat käytämme Sylvan ammatilliseen ja vertaistuelliseen työhön. Tarjoamme ammatillista keskustelutukea, vertaistukea sekä kasvokkaisia- että verkkokursseja. Me autamme, että lapsi ja nuori voi elää hyvää elämää syövän kanssa ja syövästä huolimatta.

Päivätyökeräykseen osallistuminen on helppoa!
Koulunne voi osallistua Sylvan Päivätyökeräykseen ilmoittautumalla Sylvan verkkosivuilla **www.sylva.fi/päivätyökeräys.** Sylvan viestintä- ja varainhankintapäällikkö Sami Ruokangas auttaa teitä esiin nousevissa kysymyksissä **sami.ruokangas@sylva.fi** p. 050 361 79 77.

Oheinen materiaali:
- **Päivätyökeräyskirje:** tuki syöpää sairastaville lapsille ja nuorille
- **Vinkkejä opettajalle:** Sylvan laatima ohje opettajan käyttöön, miten toimia, jos luokassa oppilas sairastuu syöpään
- **Diplomi:** kannustus ja kiitos luokallenne, että olette tukemassa Sylvan työtä

Lisämateriaalia käyttöönne löydätte Sylvan verkkosivuilta ja YouTube kanavalta:
- **Videot:** Syöpään sairastuneiden nuorten tarinoita löytää Sylvan YouTube -kanavalta
- **Diplomit:** verkkosivuilta ladattavissa jokaiselle oppilaalle, kun keräys on ohi
- **Kouluopas:** Sylvalta tilattava opas lapsen ja nuoren koulunkäynnin tueksi

Kiitos, että välitätte.

Marika Aro, toiminnanjohtaja
Sylva ry.

SYLVA

Tammasaarenlaituri 3, 00180 Helsinki | www.sylva.fi
Sylva ry, keräyslupa: RA/2024/2029 koko maassa lo. Ahvenanmaata.



Syöpä jättää jäljen.

Yksi tavoite – monta polkua selviytyä
One goal – many paths to survival

SYLVA

Tammasaarenlaituri 3, 00180 Helsinki | www.sylva.fi

Syöpä muuttaa 1000 nuoren elämän vuosittain

Syöpä jättää jäljen – kehoon ja mieleen. Nuoret kuvaavat, että oli elämä ennen syöpää ja elämä syövän jälkeen.



Syöpään sairastuminen on nuorelle elämän ja kuoleman kysymys. Iso shokki, jossa sopeutuminen sairauteen, muuttuneeseen ulkonäköön ja uudenlaiseen elämään ei ole helppoa. Oma identiteetti muuttuu.

Sairauteen liittyvät rankat hoitojaksot sairaalassa sekä eristäytyminen. Koulu siirtyy etäopetukseen, harrastukset jäävät tauolle eikä ystäviä ja muita läheisiä voi tavata normaalisti.

Mielessä on paljon huolta itsestä ja omasta tulevaisuudesta. Tämän muutoksen käsittelyä helpottaa vertaisten tuki ja ammattilaisen apu. Omien ystävien ja luokkayhteisöjen yhteydenpito sairauden aikana on korvaamattoman tärkeä tuki.

Syöpätarinasta tulee osa identiteettiä – tukea tarvitaan
One goal, many paths! On yksi tavoite – selviytyä! Siksi jokaisen on kuljettava pitkä yksilöllinen polku, ennen kuin nuoren ja perheen elämä on toipunut raskaasta ajasta syövän kanssa. Hoitojen jälkeen paluu erilaiseen arkeen vaatii sopeutumista sekä ihmissuhteet ja oma muuttunut identiteetti vahvistamista.

Nuoruudessa sairastettu syöpä tai hoidot voivat aiheuttaa myöhäisvaikutuksia. Ne voivat vaikuttaa ulkonäköön, toiminnallisuuteen tai sosiaalisiin suhteisiin ja olla läsnä jokapäiväisessä arjessa. Myöhäisvaikutukset voivat olla fyysisiä kuten sydämeen, niveliin tai aivotoimintaan liittyviä ja/tai psyykkisiä kuten masennusta tai ahdistuneisuutta. On siis yhtä monta syöpäpolkua, kuin sairastunutta nuorta. Tukea tarvitaan.

Sylvan tutkimuksen mukaan alle 25-vuotiaana syövän sairastaneista 60 % kärsii syövän myöhäisvaikutuksista ja lähes puolet raportoi kärsineensä mielialahäiriöstä. Myöhäisvaikutuksiin kaivataan kipeästi tukea: vertaistukea, keskustelutukea ja terapiaa. Tätä tukea tarjoaa Sylva.

Keräyksellä autatte, että tuki jatkuu
Kukaan ei saa jäädä syövän kanssa yksin. Sylva on syöpään sairastuneiden lasten ja nuorten yhteisö. Syöpään sairastuneet nuoret saavat tukea ja toivoa toisiltaan sekä Sylvasomettajien vertaistarinoista. Me Sylvassa tarjoamme tukea, että nuoren elämä jatkuu vakavasta sairaudesta huolimatta.

Kerätyillä varoilla tarjoamme vertaistukea, terapeuttien keskustelutukea sekä kursseja. Sylvan tarjoama tuki on maksutonta.

Kutsumme sinut ja luokkayhteisönne tukemaan työtämme. Järjestämällä päivätyökeräyksen eli taksvärkin, autatte meitä varmistamaan tuen syöpään sairastuneille kaikissa tilanteissa.

Kiitos, että olette mukana!

> ”Ennen sairastumista olin pitänyt koulua ja kavereita liiankin itsestään selvänä, sairauden tullessa tajusin vasta, kuinka etuoikeutettu olin.”

SYLVA

Tammasaarenlaituri 3, 00180 Helsinki | www.sylva.fi



Antaessaan saa

”Kun ihminen on vaikeassa elämäntilanteessa, on erittäin tärkeää, että häntä autetaan. Apua saadessaan oppii luottamaan, eikä katkeroidu. Auttaminen on tärkeää myös auttajille. Toisille antamansa avun saa aivan varmasti joskus jossain muodossa takaisin”, pohdiskelee Eetu Karjalainen Hollolan Heinsuon koulusta.

Hollolan Heinsuon koulu valitsi Sylvan päivätyökeräyskohteekseen keväällä 2026

SYLVA

Tammasaarenlaituri 3, 00180 Helsinki | www.sylva.fi



Vertainen ymmärtää puolesta sanasta

”Sylvan kurssi tarjosi kaipaamaani vertaistukea. Lempeydellä, herkillä sydämillä, silmillä ja korvilla ohjaatte meitä syöpään sairastuneita nuoria tunnetaitojen äärelle. Teette Sylvassa niin tärkeää työtä”,
toteaa syöpään sairastunut nuori antamassaan palautteessaan.

Sylva tarjoaa syöpään sairastuneille sekä kasvokkaisia- että verkkokursseja, joissa vertaistuki on toivotuin tuen muoto.

SYLVA

Tammasaarenlaituri 3, 00180 Helsinki | www.sylva.fi



Kun syöpä koskettaa

Suomessa sairastuu vuosittain 150–200 lasta tai nuorta syöpään.
Noin kolme neljästä sairastuneesta paranee. Hoidot kestävät vuosia ja ne ovat henkisesti ja fyysisesti hyvin raskaita – myös lapsen läheisille. Lapsi käy säännöllisesti hoidoissa sairaalassa ja koko perhe elää hoitojaksojen välillä infektioriskin vuoksi pitkiäkin aikoja eristyksessä muusta maailmasta. Kaikki lapsen ja nuoren elämään normaalisti kuuluva, kuten koulussa ja harrastuksissa käyminen, on silloin kiellettyä ja kavereidenkin tapaaminen tarkasti säädeltyä.

Lapsen sairastuminen koskettaa välillisesti kymmeniä ihmisiä. Sisarukset, isovanhemmat ja muut sukulaiset, koulu- ja harrastus-kaverit, opettajat ja ohjaajat, perheen ystävät ja tuttavat joutuvat sopeutumaan perheen muuttuneeseen arkeen.
Tässä kirjeessä kerromme lyhyesti käytännön vinkkejä ja neuvoja, jos oman koulun oppilas sairastuu.

SYLVA

Tammasaarenlaituri 3, 00180 Helsinki | www.sylva.fi

Yhteydenpito perheen, opettajien ja oppilashuoltoryhmän välillä

Sairastuminen aiheuttaa perheessä kriisin ja perheen arki muuttuu kokonaisvaltaisesti. Toinen vanhemmista jää yleensä pois töistä ja on tiiviisti mukana lapsensa hoidoissa. Vanhemmat ilmoittavat sairastumisesta yleensä lapsen omalle opettajalle tai luokanvalvojalle.

Sopikaa perheen kanssa tiedonvälityksestä: Tieto oppilaan sairastumisesta on luottamuksellista, mutta perheen kanssa kannattaa sopia, että tiedon saa välittää koulun sisällä myös oppilashuoltoryhmälle ja oppilaan sisarusten opettajille. Avoin ja riittävä tiedonkulku on kaikkien osapuolten etu. Se auttaa mahdollisten vaikeiden tilanteiden ratkaisemisessa ja vähentää kuulopuheiden määrää oppilaiden keskuudessa.

Koulu ja oma luokka ovat sairastuneelle tärkeitä

Sairastuneen oppivelvollisuus jatkuu, vaikka koulussa käyminen eri hoitovaiheissa ei olekaan mahdollista. Silloin koulunkäynti järjestetään sairaalakoulussa tai kotiopetuksena yhteistyössä oman koulun kanssa. Ennen sairastumista koulu täyttää lapsen ja nuoren arkipäivistä ison osan. Sairastumisen jälkeen koulu edustaa hänelle tuttua ja turvallista arkea. Se merkitsee ja symboloi myös elämän jatkumista. Siksi on tärkeää, että yhteydenpito oman luokan kanssa säilyy.

Panostakaa kotivierailuihin: Kotiopetusvaiheessa opettajan säännölliset kotikäynnit ylläpitävät suhdetta kouluun. Ne auttavat myös kouluun palaamisessa, kun opettaja on ajan tasalla oppilaan tilanteesta.

Hyödyntäkää teknologian tarjoamia mahdollisuuksia: Sovellusten ja tietotekniikan hyödyntäminen auttaa yhteyden säilymisessä. Esimerkiksi luokan yhteinen ryhmä whatsappissa, jossa myös opettaja on mukana, ja osallistuminen opetukseen videoyhteyden välityksellä toimivat siltana sairastuneen ja luokan välillä.

Tukea oppilaille

Sairaus ja hoidot vaikuttavat lapsen ja nuoren fyysiseen, sosiaaliseen ja psyykkiseen toimintakykyyn. Opitut taidot ovat voineet unohtua tai uuden oppiminen voi olla aiempaa hitaampaa. Myös ulkonäkö muuttuu sairauden ja hoitojen aikana. Sytostaatit aiheuttavat hiusten lähdön, kortisoni turvottaa ja kasvaimen vuoksi raaja voidaan joutua amputoimaan. Pohjimmiltaan hän on samanlainen kuin ennenkin ja muiden oppilaiden kannustus ja hyväksyntä on tärkeää hänelle. Mahdolliseen kiusaamiseen, jota myös sairastuneen sisarukset voivat kohdata, tulee koulussa puuttua nopeasti ja päättäväisesti. Lasten syöpäosastoilla yliopistollisissa keskussairaaloissa toimivat kuntoutusohjaajat vierailevat koulussa ja kertovat oppilaille sairastuneen tilanteesta.

Kannustakaa sairastunutta ja perhettä kuntoutusohjaajan vierailun järjestämiseen: Vierailun järjestäminen tapahtuu sairastuneen luvalla. Kuntoutusohjaaja kertoo luokkatovereille ryhmän iän ja kehitystason mukaisesti sairastumisesta. Luokkakavereilla on mahdollisuus esittää kysymyksiä ja keskustella tapahtuneesta. Vierailu tukee lapsen ja nuoren sosiaalisten suhteiden säilymistä pitkän poissaolon ja sairastamisen aikana.

Sopikaa vierailusta myös sisarusten luokissa: Perheen kanssa voi sopia kuntoutusohjaajan vierailusta myös sairastuneen sisaruksen luokassa. Oppilaiden on hyvä kuulla sairastumisen vaikutuksista läheisille ja saada mahdollisuus esittää kuntoutusohjaajalle kysymyksiä.

Mukaan ryhmään hoitojen päätyttyä

Lapset aloittavat koulun usein kevennetysti hoitojen vielä jatkuessa tai niiden päätyttyä. Koulu saa hoitotaholta tietoa lapsen voimavaroista ja fyysisestä jaksamisesta sekä mahdollisista erityistarpeista esimerkiksi oppimiseen, liikkumiseen ja ruokailuun liittyen. Erityistä huomiota koulussa kannattaa kiinnittää kaverisuhteisiin.

Järjestäkää kuntoutusohjaajan vierailu myös lapsen tai nuoren palatessa kouluun: Kuntoutusohjaaja osaa valmistaa oppilaita vastaanottamaan oppilas, kertoa kouluun palaamiseen liittyvistä asioista ja vastata kysymyksiin.

Tukea ja tietoa Sylvasta

- Tilaa Sylvan **kouluopas**. Se käsittelee syöpään sairastuneen lapsen ja nuoren koulun käyntiin liittyviä erityispiirteitä. ***https://verkkokauppa.sylva.fi/kouluopas***
- Lue Sylvan **nettisivuilta** ja **somesta** ajankohtaiset tiedot Sylvan toiminnasta ***www.sylva.fi***
- Ota yhteyttä, jos tarvitset **tietoa Sylvan tarjoamasta tuesta**:
  Sylvan psykososiaalisen tuen asiantuntija
  Elisabet Hallikainen
  elisabet.hallikainen@sylva.fi
  050 300 7367
- Ota yhteyttä, jos tarvitset
  tietoa Päivätyökeräyksen järjestämisestä:
  Viestintä- ja varainhankintapäällikkö
  Sami Ruokangas
  sami.ruokangas@sylva.fi
  050 361 7977

SYLVA

Tammasaarenlaituri 3, 00180 Helsinki | www.sylva.fi



Sylva ry on syöpään sairastuneiden lasten, nuorten ja nuorten aikuisten oma yhteisö – arjen rinnallakulkija, edunvalvoja ja tukija. Tarjoamme vertaisten yhteisön, tapahtumia ja ammatillista tukea. Toimimme valtakunnallisesti.

Vahvistamme syöpään sairastuneiden lasten, nuorten ja nuorten aikuisten ääntä yhteiskunnassa.

Kultanauha on lasten syöpien tunnus, jolla osoitamme tukemme sairastuneille sekä keräämme varoja Sylvan valtakunnalliseen työhön.

Kuvat: Jukka Honkanen, Kim Takala ja Teemu Ullgren

SYLVA

Tammasaarenlaituri 3, 00180 Helsinki
www.sylva.fi • www.fuckcancer.fi

Facebook: Sylva ry Fuck Cancer Suomi • Instagram: @sylva_ry @fuckcancerfi • X: @fuckcancerfi @sylva_ry

Sylva ry, keräyslupa: RA/2024/2029 koko maassa lo. Ahvenanmaata.