



TOIMINTAKERTOMUS 2013

Vantaan Mielensterveysyhdistys Hyvät Tuulet ry



Lauhatuuli
Hiekkaharjuntie 13 A
01300 Vantaa
09 - 8734386
lauhatuuli@hyvattuulet.fi

Myöhätuuli
Lammaslammentie 17 A
01710 Vantaa
09 - 8532328
myohatuuli@hyvattuulet.fi

Sisällys

1. Hyvät Tuulet ry	3
2. Toimitilat.....	4
3. Hallitus ja sääntömääräiset kokoukset.....	5
4. Talous	6
5. Henkilöstö	6
5.1. Henkilöstöresursseja yhteistyöllä	7
5.2. Henkilökunnan työhyvinvointi	8
6. Kävijämäärät.....	8
6.1. Lauhatuulen kävijämäärien kehitys.....	10
6.2. Myöhätuulen kävijämäärien kehitys.....	10
7. Jäsentoiminta.....	10
7.1. Retket.....	12
7.2. Yhdistyksen tapahtumia	13
7.3. Nuorten alle 30 -vuotiaiden kuntoutujien toiminta.....	15
8. Yhteistyö	15
8.1. Avomielin -yhteistyö.....	16
8.2. Vantaan kaupunki.....	17
8.3. HUS.....	18
8.4. Mielenterveyden keskusliitto.....	18
8.5. Vantaan seurakunnat.....	19
8.6. Muuta yhteistyötä.....	20
8.7. Yhteistyö oppilaitosten ja TE-toimen kanssa.....	20
9. Tiedotus	20
9.1. Ulkoinen tiedotus.....	21
9.2. Sisäinen tiedotus	22
10. Toiminnan kehittäminen	22
10.1. Jäsenpalaute	22
10.2. Hallituksen kehittämispäivät.....	22
11. Lopuksi.....	23

1. Hyvät Tuulet ry

Vantaan Mielensterveysyhdistys Hyvät Tuulet ry on perustettu vuonna 1984 ja rekisteröity vuonna 1986. Yhdistys on kolmannen sektorin yhteisö, joka kuuluu Mielensterveyden Keskusliittoon. Yhdistyksen tarkoituksena on edistää mielensterveystyötä, yhdistää ja aktivoida vantaalaisia mielensterveyskuntoutujia sekä pyrkiä saattamaan yhteistoimintaan omaisia, ystäviä, viranomaisia ja muita osallisia. Yhtenä tärkeänä tavoitteena on saada kuntoutujien ”ääni” kuuluviin erilaisia kunnallisia päätöksiä tehdessä, eli toimia omalta osaltaan mielensterveyskuntoutujien edunvalvojana. Yhdistys tarjoaa jäsenilleen toimintaa, virikkeitä, mielekäästä tekemistä ja vertaistukea, yksilöllisyyttä kunnioittaen. Yhdistyksen toiminnassa kaikki toiminnot joko suoraan tai epäsuoraan tähtäävät jäsenten parhaaksi.

Toiminta perustuu vapaaehtoisuuteen ja vertaistukeen. Yhdistys tarjoaa kodinomaisen yhteisön, jossa jäsenet voivat kartuttaa ja ylläpitää sosiaalisia kontakteja sekä kokea kuuluvansa ryhmään. Toimintaan osallistuminen on täysin vapaaehtoista ja tapahtuu jäsenten omilla ehdoilla ja omien voimavarojen mukaan. Vertaisryhmät, samankaltaiset kokemukset ja esimerkit rohkaisevat selviytymään elämässä. Vertaisryhmille toiminta on samankaltaisuuteen, kokemuksellisuuteen perustuvaa arkipäivän asiantuntijuutta, joka antaa ymmärretyksi tulemisen kautta voimaantumisen tunteen.

Yhdistyksen toiminnan tueksi ja läpinäkyvyyden parantamiseksi laadittiin sosionomin opin- näytetyönä laatukäsikirja vuonna 2010. Sitä päivitetään tarpeen tullen, vähintään kerran vuodessa. Laadunhallintaan ja laadun kehittämiseen haluttiin yhdistyksessä kiinnittää huomiota. Laatukäsikirja on yhdistyksen laatujärjestelmän kuvaus, johon on koottu erilaiset toimintakäytännöt ja ohjeet. Laatujärjestelmän kehittäminen korostaa toiminnan tulosten arviointia, joten myös asiakaslähtöisyyteen on kiinnitettävä huomiota. Laatukäsikirjan tärkeä osa on jäsenpalauttejärjestelmä, palautetta kerätään kaksi kertaa vuodessa. Laatukäsikirja on myös hyvä apuväline perehdytyksessä. Laatukäsikirjan perusajatuksena on kuvata sekä ulkopuolisille että omalle yhdistykselle miten meillä toimitaan.

2 Toimitilat

Yhdistyksellä on kaksi olohuonetyyppistä kohtaamispaikkaa: Lauhatuuli Hiekkaharjussa ja Myöhätuuli Pähkinärinteessä. Vantaan yhdyskuntarakenne ja pitkät välimatkat edellyttävät kahden toimipisteen ylläpitämistä. Arkisin paikat olivat auki klo 9 – 15. Lauantaisin Myöhätuuli ja Lauhatuuli olivat vuoroviikoin auki klo 12 – 15 vapaaehtoisvoimin. Myöhätuuleen on asennettu oven eteen ramppi kaupungin toimesta, liikuntaesteisten pääsyn helpottamiseksi.

Tiloissa toimivat yhdistyksen kerhot ja arkipäivinä on mahdollisuus edulliseen lounasruokailuun. Koko päivän on tarjolla edullisesti myös kahvia, teetä, mehua, hedelmiä, sämpylöitä ja pullaa.



Lauhatuuli, olohuone



Myöhätuuli, ruokailutila

Kasvavien kävijämäärien vuoksi Hiekkaharjun toimipisteen tilat ovat viime vuosina käyneet liian ahtaiksi: istumapaikat eivät riitä ja tavallisessa kotikeittiössä on haasteellista tehdä ruokaa 20–30 hengelle päivässä. Uusien tilojen etsintä käynnistettiin jo kesällä 2012 Vantaan kaupungin Tilakeskuksen kautta. Yhteistyökumppanimme ovat tukemassa hankettamme. Merkittävä tuki hankkeelle on tuli Vantaan kaupungilta, joka vuonna 2013 tuplasi avustuksemme 16 000 euroon ja lupasi meille uudet tilat. Sopivien tilojen löytäminen ei onnistunut, mutta tavoitteen eteen työskennellään edelleen aktiivisesti.

3. Hallitus ja sääntömääräiset kokoukset

Syyskokouksessa 21.9.2012 valittiin vuoden 2013 hallitukseen uusia jäseniä.

Puheenjohtaja ei ollut erovuorossa.

Vuoden 2013 hallitus kokonaisuudessaan:

varsinaiset jäsenet:

Merja Saksanen puheenjohtaja
Janne Alahelinen
Veikko Hintzell
Ulla Pietilä
Pertti Sailo
Marja-Leena Satonen
Juha Suomela

varajäsenet:

Seppo Vesala
Sirpa Holappa
Mauri Herttuainen

asiantuntijajäsenet:

Leena Lemola, HUS
Sanna Huittinen, HUS

Hallituksen järjestäytymiskokouksessa päätettiin, että sihteerinä toimii koko vuoden ajan toiminnanohjaaja. Veikko Hintzell oli eronnut hallituksesta jo ennen järjestäytymiskokousta, joten Sirpa Holapasta tuli varsinainen jäsen. Varapuheenjohtajaksi valittiin Sirpa Holappa. Taloudenhoitajana jatkoi nyt hallituksen jäseneksi tullut Marja-Leena Satonen.

Toimintavuoden aikana hallituksen kokoonpanoon tuli muutoksia. Juha Suomela ja Seppo Vesala erosivat kevään aikana hallituksesta. Muutosten johdosta hallituksessa oli siis viisi jäsentä ja yksi varajäsen.

Vuonna 2013 hallitus kokoontui kahdeksantoista (18) kertaa. Hallituksen jäsenille ei maksettu toiminnasta palkkaa eikä palkkioita.

Sääntömääräinen kevätkokous pidettiin 10.4., puheenjohtajana Anne Niemi Tukiyhdistys Majakasta. Kokouksessa esiteltiin vuoden 2012 toimintakertomus, esiteltiin tilinpäätös ja toiminnantarkastajan lausunto vuodelta 2012 ja päätettiin tilinpäätöksen vahvistamisesta ja vastuuvapauden myöntämisestä vastuuvollisille eli hallitukselle.

Sääntömääräinen syyskokous pidettiin 18.9., puheenjohtajana Henri Rinkinen MTKL:stä. Kokouksessa vahvistettiin toimintasuunnitelma ja talousarvio vuodelle 2014.

Jäsenmaksuksi vuodelle 2014 määrättiin viisitoista (15) euroa ja kannatusjäsenmaksuksi 80 euroa. Vuoden 2014 hallitus valittiin, samoin puheenjohtaja seuraavalle kaksivuotiskaudelle. Hallitukseen valittiin jäseniä ja varajäseniä ehdotusten mukaan, mutta

puheenjohtajan valinnasta käytiin lippuäänestys. Vuoden 2014 hallitus kokonaisuudessaan: Merja Saksanen (pj), Sirpa Holappa, Marja-Leena Satonen, Janne Alahelisten, Ulla Pietilä, Kristiina Jobateh, Jori Vauhkonen ja varajäsenet Mauri Herttuainen, Ritva Ristilähde ja Tuija Westman.

4. Talous

Vantaan mielenterveysyhdistys Hyvät Tuulet ry:n toimintaa vuonna 2013 rahoittivat Raha-automaattiyhdistys (RAY) ja Vantaan kaupunki. RAY:n tuki oli 120 000 € ja kaupungin tuki 16 000 €. Vantaan seurakuntayhtymä lahjoitti yhdistykselle 300 €.

Omavarainhankintaa lisättiin esimerkiksi kahvilatoiminnalla, retkien omavastuuosuuksilla ja opiskelijoiden ohjauspalkkioilla. Yhdistys sai tavaralahjoituksia monilta yrityksiltä bingo- ja arpajaispalkinnoiksi.

Yhdistyksen kirjanpidon ja palkanmaksun hoiti vuonna 2013 tilitoimisto TJM-systems Oy. Tilintarkastajana vuonna 2013 toimi HTM Kirsti Kieksi.

5. Henkilöstö

Hyvät Tuulet ry:ssä oli vuonna 2013 työntekijöitä enemmän kuin koskaan. Raha-automaattiyhdistys (RAY) myönsi monen vuoden anomisen jälkeen meille varat toisen toiminnanohjaajan palkkaamiseen, Myöhätuuleen saatiin vihdoin oma työntekijä maaliskuun alusta alkaen.

Tukityöllistetyt järjestötyöntekijät olivat aloittaneet jo kesällä 2012, ja Myöhätuuleessa aloitti uusi henkilö kesällä 2013. Lauhatuuleessa aloitti entinen järjestötyöntekijä ohjaajana oppisopimuskoulutuksessa lähihoitajaksi työllistämistuella, mutta työsuhde jouduttiin purkamaan koeaikana lähinnä taloudellisista syistä. Keittiöissä oli hyvä tilanne, sillä molemmilla keittiötyöntekijöillä oli apunaan keittiöapulainen, työkokeilija. Lisäksi yhdistyksellä oli pitkästä ajasta siistijä työkokeilussa.

Lauhatuuli

Riikka Valgijainen	toiminnanohjaaja	30.11.2011-2.8.2013
Kristina Rumbin	toiminnanohjaaja	19.8.-31.12.2013
Harri Pigg	ohjaaja, oppisopimusopiskelija	2.9.- 9.12.2013 (tukityöllistetty)
Aili Putkonen	keittiötyöntekijä	15.7.-1.9.2013 (työkokeilussa)
	keittiötyöntekijä	2.9.-31.12.2013 (tukityöllistetty)
Minttu Holappa	keittiöapulainen	8.2.-31.12.2013 (kuntouttava työtoiminta)
Virpi Ruotsalainen	siistijä	2.9.-30.11.2013 (työkokeilussa)

- 3pv/vko Lauhatuulella ja 2pv/vko Myöhätuulella

Myöhätuuli

Helena Inkeri	toiminnanohjaaja	4.3.-10.10.2013
Leila Helminen	toiminnanohjaaja	1.-26.11.2013
Petri Nevala	järjestötyöntekijä	2.9.-31.12.2013 (tukityöllistetty)
Teemu Eliasson	keittiöapulainen	5.3.-1.9.2013 (työkokeilussa)
	keittiötyöntekijä	2.9. – 26.11.2013 (tukityöllistetty)

5.1. Henkilöstöresursseja yhteistyöllä

Vantaan Mielenterveysyhdistys aloitti vuonna 2012 yhteistyön Espoon Järjestöjen yhteisön (EJY) kanssa. Käytännön tasolla yhteistyö merkitsee sitä, että yhdistys saa rekrytoitua palkkatuetuista henkilöstöresursseista EJY:n kautta. Tämä järjestely keventää yhdistyksen työmäärää palkkatuella työllistettäessä, koska EJY hoitaa paperityöt ja palkanmaksun.

EJY:n kautta vuonna 2013 työllistetyt:

Lauhatuuli:

Harri Pigg	järjestötyöntekijä	18.7.2012 -17.7.2013
Jessica J. Kolowa	keittiötyöntekijä	15.10.2012 –15.8.2013

Myöhätuuli:

Jaana Ahtiainen	järjestötyöntekijä	18.7.2012 –17.7.2013
Riitta Allisto	järjestötyöntekijä	15.7 -14.8.2013
Mitra Heidari	keittiötyöntekijä	1.2 – 23.08.2013

5.2. Henkilökunnan työhyvinvointi

Vuonna 2013 Hyvät Tuulet ry jatkoi työntekijöiden työhyvinvointia tukevaa toimintaa. Työntekijöiden työaikaan kuului kuukausittainen työntekijäpalaveri, johon osallistuvat molempien toimipaikkojen koko henkilöstö. Palaverin vetäjänä oli toiminnanohjaaja ja palaverit pidettiin aina yhdistyksen ulkopuolella, esimerkiksi Tikkurilan seurakunnan Olotilassa, Violassa tai Myyringissä.

Palavereiden tarkoituksena on vahvistaa toimipisteiden yhteistyötä. Työntekijäpalaverit tukevat työntekijöiden hyvinvointia, ja vahvistavat toimipisteiden yhdenvertaisuutta sekä verkostotyöskentelyä.

Yhdistykseen palkatuille työntekijöille eli toiminnanohjaajille on varattu ryhmätyönohjaus kerran kuukaudessa. Työnohjauksella tuetaan työntekijöiden työssä jaksamista sekä työn kehittämistä. Työnohjaajaa vaihdettiin elokuussa 2013.

Muille työntekijöille eli tukityöllistetyille järjestyi ilmainen ryhmätyönohjaus vapaaehtoisen työnohjaajan järjestämänä kerran kuussa. Vuoden 2013 keväästä alkaen tukityöllistettyjen työnohjausta on järjestänyt työnohjaajaopiskelija, joka on Vantaan alueen mielenterveysseuran tukihenkilö ja vertaisohjaaja. Työnohjaus tarjoaa työntekijälle mahdollisuuden oman työn tutkimiseen, arviointiin ja kehittämiseen tukien työssä jaksamista.

Koska tukityöllistetyillämme ei ollut mitään kokemusta mielenterveyskuntoutujista, työnohjaajaopiskelija ja yhdistyksen puheenjohtaja järjestivät syyskuussa perehdytyskoulutuksen mielenterveysyhdistyksessä työskentelemisestä. Koulutuspäivä sai hyvää palautetta ja se päätettiin uusiksi joka vuosi, koska työllistetyt vaihtuvat vuosittain.

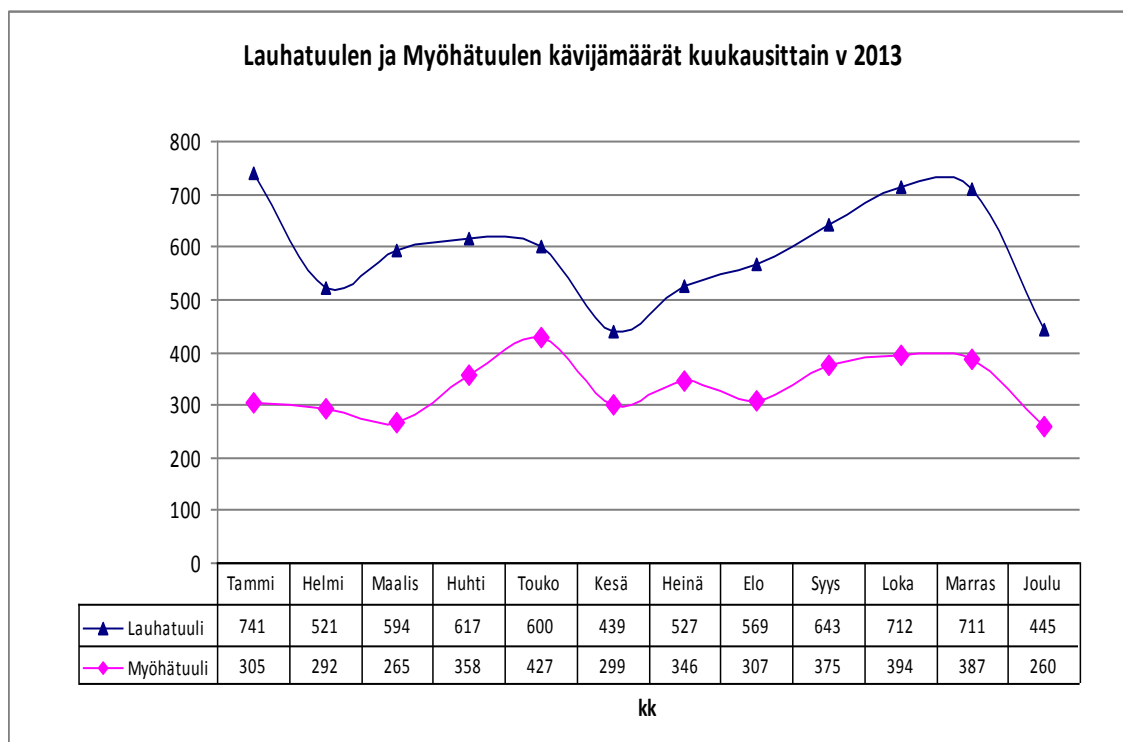
6. Kävijämäärät

Kävijämäärät ovat olleet jatkuvassa nousussa molemmissa toimipisteissä. Vuonna 2013 uusia jäseniä liittyi 56, vuoden lopussa jäsenmäärä oli 327. Hyvät Tuulet ry:ssä oli vuoden 2013 aikana yhteensä 11 134 käyntikertaa, kasvua edelliseen vuoteen verrattuna oli 1 231 käyntiä. Se tarkoittaa vuositasolla 11,1 % nousua.

vuosi	2009	2010	2011	2012	2013
Lauhatuuli	4 611	4 784	5 202	5 845	7 119
Myöhätkuuli	2 790	3 341	3 738	4 058	4 015
yhteensä	7 401	8 125	8 940	9 903	11 134

Huomioitavaa on se, että kävijämäärien seuraaminen tapahtuu vieraskirjojen avulla, ja kaikki kävijät eivät siihen nimeään kirjoita. Käyntimääriä yhdistyksessä arviolta noin 10 % kirjattuja enemmän.

Vuodesta 2009 kävijämäärät ovat kasvaneet tasaisesti, mikä kertoo yhdistyksen olemassaolon ja toiminnan tarpeellisuudesta Vantaalla. Vuoden 2009 -2013 käyntimäärien kasvu on ollut 3 733 kpl, mikä merkitsee lähes 34 % kasvua.



Vuoden 2013 aikana Hyvissä Tuulissa oli arkisin 9 659 ja lauantaisin 244 käyntikertaa. Hyvät Tuulet ry:ssä keskiarvo arkisin oli 38,6 kävijää/päivä.

6.1. Lauhatuulen kävijämäärien kehitys

Vuonna 2013 Lauhatuuli oli auki 252 arkipäivää sekä 14 lauantaita. Lauhatuulesa kävi arkipäivisin keskimäärin 28 ja lauantaisin 5,4 kävijää.

6.2. Myöhätuulen kävijämäärien kehitys

Myöhätuuli oli vuonna 2013 auki arkisin 252 arkipäivää sekä 26 lauantaita. Myöhätuulen arkipäivien kävijämäärän keskiarvo oli 15,3 ja lauantaisin 9 kävijää.

7. Jäsentoiminta

Yhdistyksen toiminnan tavoitteena on luoda mielenterveyskuntoutujille vertaistukeen perustuva, voimauttava ympäristö, joka aktivoi ja tukee jäsenten arkea ja elämänhallintaa. Yhdistyksen tavoitteena on edistää jäsenten mielenterveyttä ja tehdä ennaltaehkäisevää mielenterveystyötä. Yhdistyksen arkitoiminta tukee monipuolisesti jäsenten elämänhallinnan taitoja kannustaen terveellisiin elämäntapoihin ja säännölliseen arkirytmiin sekä tarjoten tietoa, tukea ja elämyksiä. Käytännössä tämä toteutuu mahdollisuutena terveelliseen kotiruokalounaaseen, ulkoiluun ja/tai liikuntahetkiin ja monipuolisiin kerhotoimintoihin yhdessä muiden jäsenten kanssa.

Vuonna 2013 jäsentoiminta oli aktiivista ja monipuolista, yhdistyksessä toimivat monet erilaiset ryhmät ja harrastekerhot. Viikko-ohjelmat on suunniteltu tukemaan kuntoutujien normaalin päivärytmin muodostumista. Toiminta koostuu aamuryhmistä klo 10-11, jonka jälkeen on tarjolla edullinen lounas klo 11-12. Päivittäin, ruokailun jälkeen, lähtee toimipaikoista kävelyryhmä päivälenkille klo 12. Iltapäivällä toiminta jatkuu ryhmillä klo 12-15.

Ryhmät ja harrastekerhot ovat syntyneet jäsenten toiveiden pohjalta. Tarkoituksena on, että jäsenet itse pitävät kerhot, josta yhdistys maksaa vetäjille 5 € korvauksen verottomana kuntoutusrahana. Vuonna 2013 aktiivisuudesta kertoi se, että kerhoja ja ryhmiä oli enemmän kuin vuosiin (ks. liite1).

Kerhotoiminnan parantamiseksi ja lisäämiseksi syksyn aikana yhdistykseen hankittiin nykyaikaisempia ja ihan uusiakin elektronisia laitteita. Molempiin toimipisteisiin hankittiin

uudet televisiot, Blu-ray/DVD-laitteet, CD -soittimet ja karaokelaitteet sekä verenpainemittarit ja vaa'at. Näin luotiin paremmat mahdollisuudet järjestää elokuvakerho, levyraati ja karaoke sekä katsella esimerkiksi olympialaisia sekä luonto- ja ajankohtaisohjelmia. Molempiin toimipisteisiin perustetaan vuoden 2014 alussa painonhallinnan omatoimipisteet, tosin verenpaineen mittaukset aloitettiin heti laitteiden tullessa.

Myöhätuulen toiminnanohjaaja Helena piti syksyllä valokuvauskurssin Lauhatuulella, siihen osallistuttiin innokkaasti ja jatkoakin suunniteltiin keväälle 2014, jos joku jäsenistä jatkaisi kerhoa.

Vuonna 2013 panostettiin liikuntaharrastusten aloittamiseen tarjoamalla jäsenille matalan kynnyksen mahdollisuuksia aloittaa liikunta. Vesijuoksu- ja uintiryhmä Tikkurilassa aloitettiin jo keväällä 2012 ja syksyn 2013 aikana myös Myöhätuulen kävijät aloittivat saman Myyrmäessä. Omahoitoryhmää keväällä pitänyt fysioterapeutti tarjosi jäsenille myös mahdollisuutta ohjattuun kuntosaliharjoitteluun. Syyskuussa alkoi iltaryhmä Tikkurilan terveysaseman fysioterapian kuntosalilla, jäsenille tuttu fysioterapeutti ohjasi kaikkia yksilöllisesti. Kuntosalilla harjoittelu kiinnosti, joten anoimme vuoroa myös keväälle 2014. Lokakuussa aloitettiin myös keilaaminen Tikkurilassa, ryhmä kokoontui joka toinen viikko ja oli hyvin suosittu.

Ilmaiset jäsenkahvit pidettiin aina kuukauden ensimmäisenä maanantaina klo 13. Jäsenkahveilla keskusteltiin ajankohtaisista aiheista ja yhdistyksen tapahtumista, kerrottiin hallituksen päätöksistä, katsottiin aloitelaatikkoon tulleet ehdotukset ja palautteet sekä suunniteltiin yhdistyksen toimintaa. Jäsenkahvit piti aina hallituksen edustaja kummassakin toimipisteessä, puheenjohtaja pyrki olemaan mukana vuorotellen eri toimipisteissä.

Vuonna 2012 aloitetut vertaisryhmät jatkuivat viikoittaisina molemmissa toimipisteissä koko vuoden. Myöhätuulella toimi maanantaisin klo13-14 Mieli Maasta ry:n organisoima vertaistukiryhmä. Lauhatuulella kokoontui yhdistyksen oma vertaisryhmä torstaisin klo15 – 16.30. Vertaistukiryhmään osallistui sekä omia jäseniä että ulkopuolisia vertaistuen tarvitsijoita. Vertaisohjaajat ovat kaikki koulutettuja.

7.1. Retket

Jäsentöiminnan tarkoituksena on aktivoida mielenterveyskuntoutujia. Yhdistyksen viikko-ohjelman lisäksi yhdistyksen toimintaan kuuluvat erilaiset tapahtumat ja retket. Retkiä yhdistys toteutti päiväretkinä lähiympäristöön että pidempinä retkinä. Kesällä, kun kerho-toiminta on tauolla, retkiä oli viikoittain vaihteleviin kohteisiin.

Retket oli suunniteltu yhdistyksen jäsenten toiveiden mukaisesti, ja niillä oli paljon osallistujia. Lähiympäristöön tehdyillä retkillä oli jäsenten omavastuuosuus noin puolet kustannuksista, mutta koko päivän kestävillä pidemmillä retkillä kustannuksiin nähden hyvin kohtuullinen, yleensä 15-25 €. Yhdistys teki sekä omia että yhteistyötahojen kanssa toteutettuja retkiä.

Yhdistyksen järjestämät retket 2013:

Retki Ateneumiin (17.1.)
Retki Keravan Paussiin (22.2.)
Tikkurilan teatteri "Huovisen erikoiset" (5.3.)
Kasvitieteelliseen puutarhaan retki (26.3.)
Kiasman retki (9.4.)
Shoppailuretki Megamyntiareenalle Orimattilaan (16.4.)
Talvipuutarhan retki (17.4.)
Kansallismuseo -retki (15.5.)
Vierailu alpukka-tilalla, Klaukkala (21.5.)
Holman kesäretki, Tikkurilan seurakunnan järjestämä (28.5.)
Heureka -retki (29.5.)
Satumetsä -retki, Linnainen (31.5.)
Luontoretki Luukkiin (11.6.)
Lättähatulla Porvooseen -retki, (15.6.)
Tallinnan päivärasteily (18.6.)
Laituripiknik Lammaslammen rannalla (28.6.)
Suomenlinna -retki (3.7.)
Kuusijärvi -retki (17.7.)
Minigolf Pähkinärinteessä (24.7.)
Heinolan kesäteatteri -retki (25.7.)
Retki Träskendan puistoon ja Emyn kahvilaan (7.8.)
Kissojen yö Korkeasaarella (6.9.)
Ruskaretki Pähkinärinteessä (12.9.)
Retki Fazerille (3.10.)
Kuntokallion retki, Hämeenkyllän seurakunnan järjestämä (10.10.)
Luonnontieteellinen museo (15.10)
Tallinnanretki (2.-3.12.)

Retkiin voisi lukea myös elokuvissakäynnit. Vuonna 2013 käytimme Vantaalla mahdoli-

suutta edullisiin Matinea-elokuviin, joita esitettiin päivänäytöksinä Bio Grandissa Tikkurilassa ja Kino Myyrissä Myyrmäessä. Elokuviissa käytiin noin kerran kuussa

Otteita yhdistyksen retkistä

Yhdistys toteutti laaja-alaisesti retkiä jäsenten toiveiden mukaisesti. Isot yhteiset retket, kuten kesäteatterit ja Tallinnanmatkat, saivat suuren joukon jäseniä liikkeelle. Kesäretki on perinteeksi muodostunut koko päivän kestävä yhteisretki Avomielin yhdistysten kanssa. Vuonna 2013 se tehtiin yhdessä EMY:n kanssa. Kesäretkellä suunnattiin Tampereelle Pyynikin kesäteatteriin 28.6. Kesäretkiohjelmaan sisältyi teatterin esittelykierros ja ruokailu Pyynikillä sekä kesäteatteri –musikaali Vuosi -85, ja paluumatkalla poikettiin vielä Linna-tuuleen kahville.

Toinen kesäteatteriretki tehtiin heinäkuussa yhdistyksen omana retkenä Heinolaan. Iloinen bussilastillinen jäseniä viihtyi taas kerran Heinolassa, väliajalla nautittiin pullakahvit.

Tallinnassa yhdistyksen jäsenet kävivät kaksi kertaa. Kesällä (18.6.) yhdistys järjesti jäsenilleen päiväretken Tallinnaan, osallistujia oli 20 henkilöä. Tallinnassa ruokailtiin ja kierreltiin sataman lähietäällä yhdessä. Päiväretkellä jäsenillä oli mahdollisuus osallistua päivä-tans-seihin ja bingoon laivalla.

Toisella Tallinnan matkalla 2.-3.12. majoituttiin Nordic Forum -hotelliin. Osallistujia retkellä oli 24 jäsentä ja toiminnanohjaaja. Hotellissa jäsenet pääsivät nauttimaan kylpylän ja kaudenhuollon palveluista. Tallinnassa oli mahdollisuus kierrellä katselemassa nähtävyyksiä itsekseen tai osallistua yhdistyksen järjestämään kävelyretkeen vanhassa kaupungissa. Retkellä nautittiin sekä Tallinnan tarjoamista nähtävyyksistä ja joulutorin tunnelmasta että Finlandia- laivalla buffet-pöydästä.

7.2. Yhdistyksen tapahtumia

Vantaan mielenterveysyhdistyksen toimintaan sisältyvät kerhotoiminnan ja retkien lisäksi erilaiset tapahtumat. Yhdistys järjestää omia tapahtumia jäsenilleen ja osallistuu yhteistyöverkostoissa suunniteltuihin tapahtumiin. Tärkeitä tapahtumia yhdistyksessä ovat mm. perinnekulttuuriin liittyvät juhlat ja tapahtumat kuten kesäjuhla juhannusviikolla ja joulujuhla.

Vuoden 2013 tapahtumia :

Ystävänäpäiväjuhla (14.2.)
Luento ja keskustelutilaisuus, sairaalapastori Markku Elo (21.2.)
Iloliikkuja -tapahtuma (6.3. ja 5.9.) Pirkkolassa ja Eläintarhan kentällä
Pääsiäiskirkko (20.3.), Tikkurilan ja Hämeenkyllän seurakuntien järjestämä
Vertaistukiloma kylpylähotelli Päiväkummussa Karjalohjalla (28.4.-3.5.)
Vappujuhla (30.4.)
Kiitoslounas aktiivitoimijoille (8.5.)
Vantaan kaupunkijuhla – Synttärimarkkinat Tikkurilan torilla (18.-19.5.)
Yhdistyksen kesäjuhla, Myöhätuuli (20.6.)
Minigolf, Myöhätuuli (24.7.)
Musiikkituokio, Varian opiskelijat (27.9.)
Hyvinvointimessut , Energia-areena Vantaa (26.10)
Improteatteri esitys –Lauhatsuudessa (12.11.)
Kynttilätapahtuma Tikkurilan Olotilassa (17.11.)
Lipaskeräys mielenterveystyön hyväksi Vantaalla (18.-24.11.)
Kiitoslounas aktiivitoimijoille (28.11.)
Joulujuhla jäsenille ja henkilökunnalle, Puistokulma (5.12.)
Joulukirkko Hämeenkyllässä (5.12) ja Tikkurilassa (11.12.)
Piparitalkoot Lauhatsuudessa (13.12. ja 17.12.)
Puurojuhla Lauhatsuudessa ja Myöhätuudessa (20.12)
Uudenvuoden -juhla Lauhatsuudessa ja Myöhätuudessa (31.12.)

Tapahtumissa yhdistyksen jäsenet pääsevät itse suunnittelemaan ja toteuttamaan erilaisia kokonaisuuksia. Suosittuja tapahtumia ovat perinnekuulttuurijuhlat kuten vappu, kesäjuhla juhannusviikolla ja joulujuhla. Vuonna 2013 yhdistyksen kesäjuhlaan osallistui 30 jäsentä ja kaikki työntekijät. Tarjolla oli perinteisen grilliruuan lisäksi keittiötyöntekijöidemme herkkuja omasta kotimaastaan, lihavartaita iranilaisittain ja jälkiruokana tansanialaista kakkua. Joulujuhlassa oli ennätyselliset 62 jäsentä, kaikki työntekijät sekä yhdistyksemme kummi Meiju Suvas. Kummi käväisi myös Lauhatsuulen puurojuhlassa.

Vuonna 2013 yhdistyksessä vietettiin suurella menestyksellä myös ystävänäpäivä- ja vappujuhlia. Vappujuhlan ohjelmaan sisältyi yhteisen lounaan lisäksi erilaisia kilpailuja ja mukavaa yhdessäoloa.

Kynttilätapahtumaa itsemurhan tehneiden muistoksi vietettiin Vantaalla jo kolmatta kertaa sunnuntaina 17.11. Useita Vantaan mielenterveysyhdistyksen jäseniä oli mukana suunnittelemassa sekä toteuttamassa tapahtumaa.

Yhdistys mahdollisti myös hygieniapassi -koulutuksen kahdelle työntekijälle ja kahdelle jäsenelle 22.4. ja 26.9. Hygieniapassi -koulutuksella varmistetaan kahviloiden toiminta eri-

tyistilanteissa, jolloin esim. keittiötyöntekijät ovat pois.

7.3. Nuorten alle 30-vuotiaiden mielenterveyskuntoutujien toiminta

RAY:n asettamien painopistealueiden mukaan Lauhatuulen toimipisteessä suunniteltiin syksyksi toimintaa nuorille alle 30-vuotiaille kuntoutujille. Oltiin yhteydessä Riihen Aikaan ja psykiatriisiin poliklinikoihin, ja yritettiin saada selville mitä kautta nuoria saisi mukaan toimintaan. Yhdistyksessä päätettiin tarjota nuorille kahta ilta-aikaa eli maanantaisin ja keskiviikkoisin klo 15-18. Vapaaehtoiset ja oppisopimusopiskelija hoitivat iltavuoroja, mutta nuoria kävi hyvin vähän mainostamisesta huolimatta. Käyneiden nuorten kanssa keskusteltiin heidän toiveistaan, jotta toiminta saataisiin nuorten mieleiseksi. Tämä juontaa siitä, että keski-ikä yhdistyksessä on melko korkea ja toiminta ei suoraan ehkä olisi nuoria kiinnostavaa.

Yksi ryhmän nuorista lähti Mtkl:n järjestämille Nuorten Verkostoitumispäiville Virroille 9.-11.10. Hyvin pian kävi kuitenkin ilmi, että toimintaa ei saada vapaaehtoisvoimin käyntiin. Vähitellen iltatoiminnasta luovuttiin ja päätettiin palata asiaan vuoden 2014 alusta, jos RAY myöntäisi meille hakemamme nuorten projektin. Ja jos emme saisi projektia, yritämme silti aloittaa toiminnan hankkimalla ensin yhteistyökumppaneita ja hankkimalla tietoa nuorten kiinnostuksen kohteista.

8. Yhteistyö

Verkostoissa työskentely oli aktiivista vuoden 2013 aikana. Yhteistoiminnan avulla kehitetään mielenterveyspalvelujen saatavuutta ja laatua yhdessä muiden toimijoiden kanssa, ja saadaan mielenterveyskuntoutujien ”ääni” kuuluviin erilaisissa tilanteissa.

Yhteistyötä tehtiin muun muassa seuraavien tahojen kanssa:

- Vantaan kaupungin sos- ja terveystoimi, liikuntatoimi sekä vapaaehtoistoiminnan yksikkö
- HUS Peijaksen sairaalan psykiatriset osastot, päiväosastot ja poliklinikat
- Vantaan seurakuntayhtymä ja seurakunnat
- Pääkaupunkiseudun mielenterveysyhdistykset (Avomielin -yhteistyö)

- Mielenterveyden Keskusliitto
- Suomen Mielenterveysseura, Vantaan alueen Mielenterveysseura
- Omaiset Mielenterveystyön tukena ry, Vantaan Omaistoiminnan neuvottelukunta
- Vantaan vammaisneuvosto
- Espoon Järjestöjen Yhteisö (EJY)
- TE-toimistot ja Vantaan Työraide -projekti
- Pääkaupunkiseudun sosiaali- ja terveystalouden oppilaitokset:
 - Laurea Ammattikorkeakoulu, Vantaan ammattiopisto Varia, Keski-Uudenmaan ammattiopisto Keuda, Kiipulan ammattiopisto, Amiedu, DIAK, Diakoniaopisto ja Omnia Espoo

Yhteistoiminta on mahdollistanut jäsenille enemmän toimintaa sekä antanut yhdistykselle enemmän näkyvyyttä. Yhteistoiminta pienentää eri tapahtumien kustannuksia, koska kustannukset jakautuvat eri toimijoiden kesken, näin pystymme yhdistyksenä olemaan laajemmin mukana eri tapahtumissa. Yhteistyö on tuonut tutustujia ja uusia jäseniä yhdistykselle. Yhteistyö on myös tärkeää ennaltaehkäisevää työtä; kuntoutuja pääsee yhdistyksessä mahdollisimman nopeasti takaisin sosiaaliseen arkielämään, jossa on mielekästä tekemistä ja aktiviteetteja.

8.1 Avomielin -yhteistyö

Avomielin -yhteistyöhankkeen muodostavat Espoon mielenterveysyhdistys EMY ry, Tukiyhdistys Karvinen ry ja Tukiyhdistys Majakka ry Helsingistä, Vantaan Hyvät Tuulet ry sekä Kirkkonummen seudun mielenterveysyhdistys Kisu ry. Pääkaupunkiseudun yhdistysten yhteistyönä toteutetaan yhteisiä retkiä ja yhdistykset osallistuvat yhdessä erilaisiin tapahtumiin, esimerkiksi Mielenterveysmessuille. Messuilla jaetaan Avomielin-lehteä, jonka yhdistysten edustajat tekevät yhteistyössä.

Lisäksi yhdistykset viettävät yhteisiä juhlia, esimerkkinä Hyvän Mielen Iltapäivä huhtikuussa. Juhlissa tanssittajana oli yhdistyksemme kummi Meiju Suvas yhteineen, lisäksi ohjelmaa oli kaikista yhdistyksistä. Marrasiltamien järjestämisvastuu oli vuonna 2013 yhdistyksellämme, vapaaehtoisia osallistui kiitettävästi suunnitteluun ja järjestämiseen. Iltamat järjestettiin Vernissassa Tikkurilassa ja tapahtuma onnistui hienosti, vieraita oli lähes 120.

Avomielin tapahtumat 2013:

Keila -turnaus (27.3.)
Hyvän Mielen iltapäivä (24.4.)
Minigolf -turnaus (27.5)
Sinkkuilta (30.5.)
Luottamushenkilöiden tapaaminen Espoossa (3.6.)
Tukijat -tapaaminen, Stora Blindsund –retki (17.6.)
Retki Tampereelle Pyynikin kesäteatteriin (28.6.)
Onkiturnaus (6.8.)
Marrasillamat (1.11.)
OLKA-esittely, Meilahden sairaala (5.11.)
Mielenterveysmessut (19.-20.11.)
Biljarditurnaus (27.11.)

8.2. Vantaan kaupunki

Hyvät Tuulet ry aloitti vuonna 2011 merkittävän yhteistyön Vantaan kaupungin ja ”Vantaalaisen Hyvä Mieli” -hankkeen kanssa. Yhdistys oli mukana suunnittelemassa Omahoitoryhmää, jonka tarkoituksena on aktivoida itsehoitoa kerran kuussa kokoontuvalla omahoitoryhmällä. Ryhmä kokoontui alusta lähtien Lauhatuulen ja Myöhätuulen tiloissa ja on aina ollut avoin kaikille. Ryhmässä vahvistetaan potilaan ajattelun muutosta passiivisesta hoidon kohteesta aktiiviseksi hoidosta vastaavaksi osallistujaksi. Toimintaan osallistuu toimijoita muun muassa HUS:sta ja Vantaan sosiaali- ja terveydenhuollosta. Omahoitoryhmä jatkoi toimintaansa vuonna 2013 hankkeen päätyttyä yhdistyksen omana toimintona.

Omahoitoryhmien aiheita 2013:

- Fysioterapeutin ohjeita liikuntaan
- Suuhygieniä
- Msennuksen itsehoito (depressiohoitaja)
- Liikunta
- Mielialan itsehoito
- Pennivenyttäjän iltapäivä (2 iltapäivää)
- HUS: Mielenterveystalon ja nettiterapian esittely
- Erityisliikunnanohjaajan luento

Vantaan kaupunki aloitti keväällä 2013 päihde- ja mielenterveyssuunnitelman tekemisen. Suunnitelman tekemiseen liittyvään nettikyselyyn osallistui paljon jäseniämme, näin saimme kerrottua mielipiteen nykyisistä palveluista. Osallistuimme myös koulutuspäivään, ja Milla Bergman kävi yhdistyksessä kertomassa kyselyn tuloksista ja kuuntelemassa jäsenten kommentteja suunnitelman sisällöstä.

8.3. HUS

Yhteistyö HUS:n psykiatrian toimipisteiden kanssa on viime vuosien aikana kehittynyt molemmin puolin toimivaksi. Poliklinikoilta ja osastoilta käy kuntoutujia tutustumassa yhdistykseen säännöllisesti ja yhdistyksen työntekijät sekä vapaaehtoiset käyvät pyydetäessä esittelemässä yhdistystä HUS:n omissa tilaisuuksissa ja koulutuksissa.

Hyvät Tuulet ry:n hallituksessa on jo vuosia ollut asiantuntijajäsenenä HUS:n edustaja, nyt jo kaksi edustajaa. Tämä mahdollistaa tiiviin kontaktin ja hyvän tiedonkulun.

8.4. Mielen terveyden keskusliitto

Yhdistyksen jäsenet osallistuivat **Mielen terveyden keskusliiton** järjestämiin tapahtumiin. Iloliikkuja-tapahtumissa talvella ja loppukesästä oli yhdistyksen jäseniä mukana suunnittelemassa ja toteuttamassa tapahtumia yhdessä Mielen terveyden keskusliiton, Avomielin yhdistysten, Mielen terveysyhdistys HELMI ry:n, Niemikotisäätiön, Auroran fysioterapia- ja liikuntapalveluiden, Läntisen mielen terveys-yksikön, Helsingin kaupungin liikuntaviraston ja Suomen moniääniset ry:n kanssa.

Jäsenet käyttivät myös Mtkl:n tarjoamia koulutus-, loma- ja kuntoutuskurssipalveluja ahkerasti. Kaksi jäsentämme kävi vertaisohjaajakoulutuksen. Kolme uutta hallituksen jäsentä osallistui yhdistystoiminnan peruskurssille. Puheenjohtaja ja varapuheenjohtaja osallistuivat ensimmäisille puheenjohtajapäiville 20.-22.11. Turun aluekeskuksessa. Muutamia jäseniä osallistui myös Unelmakeidas -koulutuksiin. Toukokuussa 22 jäsentä ja toiminnanohjaaja olivat Solaris-lomien kautta RAY:n tukemalla viiden päivän virkistyslomalla kylpylä-hotelli Päiväkummussa Karjalohjalla.

Mielen terveyden keskusliitto jäsenyhdistyksineen on päässyt vuosien hakemisen jälkeen mukaan vaalien äänestyspaikoilla tapahtuvaan Pieni Ele -keräykseen. Ensimmäiseksi pääsemme mukaan kevään 2014 eurovaaleihin. Harjoituksena keräystyön onnistumiseksi keskusliitto jäsenyhdistyksineen järjesti lipaskeräytempauksen vapaaehtoisen mielen terveyden hyväksi Mielen terveysviikolla 18.-24.11.2013. Tavoitteena on, että lipaskeräys toteutetaan tästä eteenpäin säännöllisesti, ja näin saadaan varoja sekä liiton että yhdistyksen toimintaan vapaaehtoisen mielen terveyden hyväksi. Keräyksen tuotosta 60 % jää kulujen jälkeen paikallisyhdistyksen toimintaan. Samalla kerääjällä on hyvä tilaisuus kertoa

yhdistyksen toiminnasta omalla paikkakunnallaan. Tällä tavalla voidaan myös vaikuttaa ihmisten asenteisiin mielenterveyspotilaita ja –kuntoutujia kohtaan, sillä yhä vieläkin lähes joka neljäs suomalainen ei halua olla tekemisissä mielenterveyskuntoutujan kanssa. Marraskuussa tähän ensimmäiseen lipaskeräykseen osallistui 30 yhdistystä eri puolelta maata, Hyvät tuulet ry toteutti sen Vantaalla. Keräykseen osallistui useita vapaaehtoisia jäseniä, harjoittelijoita ja työntekijöitämme.

8.5. Vantaan seurakunnat

Yhdistyksen jäsenet osallistuivat seurakuntien järjestämiin tapahtumiin, esim. kävimme joukolla seurakunnan mielenterveyskuntoutujille järjestetyissä pääsiäis- ja joulukirkossa. Yhteistyönä Tikkurilan seurakunnan mielenterveystyön ja omaisryhmän kanssa tehtiin päivän retki Holmaan toukokuussa. Hämeenkylässä seurakunta järjesti lokakuussa jäsenillemme retken Kuntokallioon.

Hyvät Tuulet ry:n jäsen teki aloitteen vuonna 2011 oman kynttilätapahtuman järjestämiseksi Vantaalla. Yhteistyötä on tehty Vantaan seurakuntayhtymän, Vantaan alueen mielenterveysseuran ja HUS:n kanssa. Vuonna 2103 järjestettiin kolmas kynttilätapahtuma, sunnuntaina 16.11. Tikkurilan seurakunnan Olotilassa. Ohjelmassa oli musiikki-esityksiä ja puheenvuoroja. Tapahtumassa puhuivat yhdistyksen puheenjohtaja sekä Peijaksen sairaalan psykiatristen osastojen sairaalapastori Markku Elo. Kirjallisen tervehdyksensä tapahtumaan lähetti myös Surunauha ry:n puheenjohtaja Satu Ojala. Kynttiläkulkueessa itsemurhan tehneiden muistoksi käveltiin Veinin Myllyn rantaan, jossa hiljaisen hetken jälkeen juotiin glögit ja kuunneltiin lauluja kitaran säestyksellä. Tapahtumaan osallistui noin 25 vantaalaista ja yhdistyksen jäseniä.

Tukihenkilökoulutus

Vantaan kaupungin vapaaehtoistoiminnan yksikön, Vantaan seurakuntayhtymän, Suomen mielenterveysseuran ja Vantaan alueen mielenterveysseuran kanssa on jo vuosia koulutettu yhteistyössä tukihenkilöitä mielenterveyskuntoutujille. Tammikuussa 2014 aloitetaan seuraava koulutusryhmä Myyrmäessä. Vuoden 2013 aikana pidettiin 3 suunnittelukokousta uudesta alkavasta ryhmästä.

8.6. Muuta yhteistyötä

Yhdistyksen puheenjohtaja valittiin Vantaan omaistoiminnan neuvottelukunnan puheenjohtajaksi keväällä 2013, samoin puheenjohtaja on ollut Vantaan vammaisneuvostossa yhdistyksen edustajana. Nämä yhteistyöverkostot ovat tärkeitä väyliä saada mielenterveyskuntoutujien ”ääni” kuuluviin ja saada vastavuoroisesti ajankohtaista tietoa Vantaan kaupungin suunnitelmista, resursseista ja päätöksistä.

Vantaan vammaisneuvoston kokoukset (.3.,8.4.,7.5.,5.6.,21.8.,9.10.,11.11.,4.12.)

Vantaan omaistoiminnan neuvottelukunnan kokoukset (25.1.,16.5.,17.9.)

Omaistoiminnan neuvottelukuntien puheenjohtajien palaveri (25.9.)

Omaistoiminnan neuvottelukunnan kehittämispäivät, Tikkurila (24.-25.10)

Valtakunnalliset vammaisneuvostopäivät, Nokia (6.-7.11.)

8.7. Yhteistyö oppilaitosten ja TE-toimen kanssa

Yhteistyö oppilaitosten kanssa on tuonut opiskelijoita harjoittelemaan yhdistykseen. Opiskelijat ovat tuoneet positiivista ilmapiiriä yhdistyksen arkeen. Opiskelijoiden vuorovaikutus jäseniin on lisännyt jäsenien sosiaalisia taitoja. Opiskelijat ovat tuoneet vaihtelua yhdistyksen arkeen, näin eliminoimme toimintamme rutinoitumisen ja saamme uusia näkökulmia yhdistystoimintaamme. Jokainen opiskelija on suunnitellut ja toteuttanut harjoittelun aikana ryhmän, juhlan tai retkipäivän.

Opiskelijoiden lisäksi yhdistyksessä oli myös työelämään tutustujia Kiipulasta, työkokeilijoita TE-toimesta ja kuntouttavassa työtoiminnassa olevia Vantaan kaupungin kautta. Yhdistyksemme tarjoaa niin työkokeilijoilleen kuin tukityöllistetyilleenkin matalan kynnyksen työtilaisuuden ja näin tarttumapintaa työelämään. Hyvät Tuulet ry:n tukityöllistetyt, työkokeilijat ja opiskelijat ovat keskeinen ja tärkeä apu yhdistyksen arjen pyörittämisessä.

9. Tiedotus

Vuonna 2013 yhdistyksen tavoite oli lisätä vantaalaisten tietoutta yhdistyksen toiminnasta. Yhdistys panosti näkyvyyteen osallistumalla erilaisiin tapahtumiin, parantamalla verkkonäkyvyyttä sekä toimittamalla esitteitä erilaisiin tiloihin.

9.1. Ulkoinen tiedotus

Yhdistys panosti markkinoinnin lisäämiseen messuilla sekä esittelemällä yhdistyksen toimintaa erilaisissa tapahtumissa, esimerkiksi toukokuussa Vantaan Synttärimarkkinoilla Tikkurilan torilla. Toritapahtumassa kojullamme kävi paljon ihmisiä kahvilla, tutustumassa yhdistyksen esittelykansioon sekä keskustelemassa ajankohtaisista ongelmista. Tapahtuma oli positiivinen kokemus, saimme uusia jäseniäkin kävijöistä.

Hyvät Tuulet ry osallistui lokakuussa Vantaan Hyvinvointimessuille Myyrmäen Energia-Areenalla omalla osastollaan. Yhdistys osallistui myös Mielen terveystaloksi marraskuussa yhteistyössä Avomielin -yhdistysten kanssa. Hyvät Tuulet ry osallistui mielen terveystaloksi monien vapaaehtoistyöntekijöiden voimin, mm. messujen narikkatoiminta on Avomielin-yhdistysten vastuulla. Molemmilla messuilla jaettiin paljon yhdistyksemme esitteitä sekä Avomielin-lehtiä, ja keskusteltiin aktiivisesti ihmisten kanssa.

Internet-sivujen (www.hyvattuulet.fi) päivityksestä ja sivujen kehittämisestä ovat vastanneet toiminnanohjaajat ja järjestötyöntekijät. Päivitettyjen kotisivujen myötä ollaan tavoitettu enemmän vantaalaisia kuntoutujia, omaisia ja yhteistyökumppaneita. Kotisivuilla on tietoa yhdistyksestä ja tulevista tapahtumista. Yhdistyksellä on myös Facebook -profiili, jonka käyttöä lisättiin vuonna 2013.

Yhdistyksen esitteitä ja Avomielin -lehteä on jaettu muun muassa yhteistyökumppaneille, kirjastoihin ja terveysasemille. Yhdistyksessä on otettu mielellään vastaan tutustujia ja vierailijoita, heille on kerrottu suullisesti yhdistyksen toiminnasta, esitelty tilat ja jaettu esitteitä sekä Avomielin -lehteä.

Tapahtumia joihin yhdistys vuonna 2013 osallistui:

Yhdistyksen esittely, Peijaksen mielialahäiriöpoliklinikka Tikkurila (18.1.)
Järjestöpooli, Espoo (16.3., 27.11.)
Avaimia tulevaisuuteen -koulutus, Tikkurila (20.3.)
-Vantaan tulevan päihde- ja mielen terveystaloksi suunnitelman perusteita
Yhteistyöpalaveri Vantaan päihde- ja mielen terveystaloksi suunnitelmasta (2.4., 4.6., 21.8.)
Yhdistyksen esittely, Osmankäämintien asumisyksikkö (17.4.)
Yhdistyksen esittely, mielialahäiriöpoliklinikka (4.7.)
Yhdistyksen esittely, Vantaan Työraide -projekti (1.8.)
Yhdistyksen esittely, Peijaksen vanhuspsykiatrian poliklinikka Tikkurila (3.10)
Yhdistyksen esittely, Peijaksen psykiatrian poliklinikat Myyrmäki (15.10.)

Yhdistyksen esittely järjestökoordinaattorille (5.11.) ja Tilakeskuksen työntekijöille (11.11.)
- tavoitteena saada Lauhatuulelle suuremmat toimitilat

9.2. Sisäinen tiedotus

Vuonna 2013 lähetettiin neljä jäsentiedotetta. Tiedotteissa kerrottiin ajankohtaista tietoa yhdistyksen tapahtumista, toiminnanohjaajan ja puheenjohtajan terveiset sekä jäsenten terveisiä eri tapahtumista. Yhdistyksen sisäistä tiedotusta parannettiin muun muassa laittamalla selkeät mainokset hyvissä ajoin ilmoitustauluille. Yhdistyksen tapahtumista ilmoitettiin myös yhdistyksen omilla verkkosivuilla sekä facebookissa.

Tärkeä tiedotuksen väylä oli myös jäsenkahvit kerran kuussa, ne mahdollistivat suoran keskustelun ja yhteisen suunnittelun jäsenistön kanssa.

10. Toiminnan kehittäminen

10.1. Jäsenpalaute

Vuonna 2013 jäsenkyselyitä muokattiin, ja jäsenkysely tehtiin keväällä ja syksyllä. Vuonna 2012 opinnäytetyönä tehty laaja jäsenkysely valmistui vuoden 2013 keväällä. Tulosten perusteella nousivat Lauhatuulen tilojen ahtaudesta johtuvat ongelmat palautteessa esiin. Toisaalta yhdistyksen merkitys jäsenille on suuri, monissa vastauksissa kerrottiin että ilman yhdistystä olisi todennäköistä, ettei jäsen poistuisi kodistaan lainkaan. Yhdistyksen yhteisöllisyys ja mahdollisuus toimia aktiivisesti vaikuttaa konkreettisesti hyvinvointiin.

10.2. Hallituksen kehittämispäivät

Yhdistyksen hallitus piti keväällä kehittämispäivän Tikkurilan Vernissassa. Jäsenet täyttivät etukäteen Mtkl:n ”arvioinnin ja kehittämisen työkalusta” puheenjohtajan valitsemat kohdat, ja puheenjohtaja teki niistä yhteenvedon poimien eniten kehittämistä vaativat asiat. Kehittämispäivän aikana käytiin yhteenvetoa läpi ja tehtiin ehdotuksia ja päätöksiä uusista toimintatavoista sekä parannusehdotuksia entisistä toimintatavoista. Hallituksen jäsenet kokivat päivän mielekkäänä ja syksyllä päätettiin pitää toinen kehittämispäivä.

Toista kehittämispäivää ei toteutettu syksyllä johtuen siitä, että yhdistyksellä oli syksyllä 8 uutta työntekijää, perehdyttäminen sekä arjen pyörittäminen vei paljon aikaa. Sovittiin kuitenkin että kehittämispäivä pidetään heti alkuvuodesta niin että vanhat hallituksen jäsenet täyttävät valitut osiot ”arviointi- ja kehittämistyökalusta”, puheenjohtaja tekee yhteenvedon ja uusi hallitus keskustelee kehittämishaasteista ja tekee parannusehdotuksia.

11. Lopuksi

Vantaan mielenterveysyhdistyksen toimintavuosi 2013 oli vilkas ja tapahtumarikas. Yhdistyksen toiminnan tarpeellisuudesta kertovat sekä jatkuvasti kasvavat kävijämäärät että aktiivinen toiminta. Positiivista yhdistyksen toiminnassa oli myös se että toiminnan pyörittämiseen sitoutuu aina vain uusia aktiivitoimijoita.

Yhdistyksen vuotta kuvaa myös se, että kehittymiseen ja kehittämiseen kiinnitettiin huomiota. Erityisesti panostettiin työntekijöiden jaksamisen tukemiseen (työnohjaus ja palaverit), verkostotyöskentelyn kehittämiseen sekä oikeiden resurssien lisäämiseen. Kehitysuunta näkyi myös yhdistyksen tahtotilana kiittää aktiivitoimijoita säännöllisesti, myös vapaaehtoisten jaksamisen tukeminen on tärkeää. Tällä toiminnalla lisätään vapaaehtoistoimijoiden kiinnittymistä toimintaan ja osoitetaan arvostusta heidän tekemäänsä työtä kohtaan.

Vuoden 2013 todelliseksi haasteeksi nousi yhdistyksen Hiekkaharjun toimitilan ahtaus. Yhdistys on hakenut uusia toimitiloja aktiivisesti Itä-Vantaalta. Ahtaat tilat, istumapaikkojen puute ja kova meteli eivät kuitenkaan vähentäneet käyntimääriä vaan Lauhatuudessa käytiin ahkerasti ja sopu sijaa antoi. Tilanne pistää kyllä miettimään, miten paljon käyntejä olisikaan ollut jos tilaa olisi tarpeeksi, sillä monet sanoivat käyvänsä harvemmin tilanpuutteen vuoksi. Toivomme että tilanne ratkeaa vuoden 2014 aikana ja saamme tarkoituksenmukaiset tilat !

