



---

# TOIMINTAKERTOMUS 2015

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

## Sisälllys

1. Vantaan mielenterveysyhdistys Hyvät Tuulet ry.....	3
2. Toimintaympäristö ja kävijämäärät.....	4
2.1. Toimintaympäristö.....	4
2.2. Kävijämäärät.....	5
3. Hallinto.....	6
4. Talous.....	7
5. Henkilöstö.....	7
6. Työyhteisön hyvinvointi ja kehittäminen.....	8
7. Jäsenistö.....	9
8. Jäsentoiminta.....	10
8.1. Mielenterveyskuntoutujien ääni kuuluviin.....	10
8.2. Arkitoimintaa Hyvät Tuulet ry:ssä.....	11
8.3. Muu jäsentoiminta.....	12
8.4. Terveellisten elämätapojen tukeminen.....	16
8.5. Uusien kohderyhmien tavoittaminen.....	16
9. Tiedotus.....	16
9.1. Ulkoinen tiedotus.....	16
9.2. Sisäinen viestintä.....	18
10. Yhteistyö.....	18
10.1. Avomielin -yhteistyö.....	18
10.2. Mielenterveyden keskusliitto.....	20
10.3. Vantaan kaupunki.....	20
10.4. HUS.....	20
10.5. Vantaan seurakunnat.....	20
10.6. Yhteistyö oppilaitosten kanssa.....	21
10.7. Toiminta välityömarkkinoilla.....	21
11. Toiminnan arviointi ja kehittäminen.....	21
11.1. Jäsenpalaute.....	22
11.2. Hallituksen kehittämispäivät.....	22
12. Lopuksi.....	23

## Liitteet

1. Kävijämäärät	(Liite 1)
2. Organisaatiokaavio	(Liite 2)
3. Viikko-ohjelmat	(Liite 3)
4. Strategia	(Liite 4, pvm. 26.11.2015)

## 1 Vantaan Mielensterveysyhdistys Hyvät Tuulet ry

Vantaan Mielensterveysyhdistys Hyvät Tuulet ry on vuonna 1984 perustettu ja 1986 rekisteröity mielensterveyskuntoutujien etujärjestö. Yhdistys on voittoa tavoittelematon yhteisö. Hyvät Tuulet ry kuuluu Mielensterveyden keskusliittoon.

**Yhdistyksen tarkoituksena** on edistää mielensterveystyötä, yhdistää ja aktivoida vantaalaisia mielensterveyskuntoutujia sekä pyrkiä saattamaan yhteistoimintaan ystäviä, viranomaisia ja muita osallisia. Yhdistys pyrkii toiminnallaan edistämään jäsentensä mielensterveystyä, kehittämään mielensterveystalvelujen saatavuutta, laatua ja tasoa sekä tekemään ennaltaehkäisevää mielensterveystyötä. Yhdistyksen yhtenä tärkeänä tavoitteena on saada kuntoutujien ääni kuuluviin erilaisia kunnallisia päätöksiä tehtäessä, eli toimia omalta osaltaan mielensterveyskuntoutujien edunvalvojana.

**Yhdistys tarjoaa** jäsenilleen toimintaa, virikkeitä, mielekästä tekemistä ja vertaistukea. Yhdistyksellä on kaksi kodinomaista toimitilaa, joissa jäsenet voivat kartuttaa sosiaalisia kontaktejaan sekä kokea kuuluvansa ryhmään. Yhdistys tarjoaa jäsenilleen keskustelu- ja valistustilaisuuksia, eri harrastusalojen kerhoja, opinto-toimintaa sekä retkiä ja matkoja. Yhdistys on kuntoutujalle mahdollisuus olla aktiivitoimija vertaistensa parissa.

**Toiminta perustuu** vapaaehtoisuuteen ja vertaistukeen sekä vahvaan verkostotyöskentelyyn. Toimintaan osallistuminen tapahtuu jäsenten omilla ehdoilla ja omien voimavarojen mukaan. Vertaisryhmät, samankaltaiset kokemukset ja esimerkit rohkaisevat selviytymään elämässä. Vertaisryhmät perustuvat kokemusten jakamiseen ja arkipäivän asiantuntijuuteen. Kokemus ymmärretyksi tulemisesta kasvattaa toivon ja voimaantumisen tunnetta.

**Vuodelle 2015 asetetut tavoitteet:**

1. mielekkääksi koetun toiminnan ylläpitäminen ja kehittäminen.
2. tiedotuksen kehittämiprojekti.
3. nuorten (alle 35-v) mielensterveyskuntoutujien saaminen mukaan toimintaan.
4. maahanmuuttajataustaisten kuntoutujien saaminen mukaan toimintaan.
5. toiminnan lisääminen miehille.
6. terveellisten elämäntapojen tukeminen.
7. verkostotyöskentelyn syventäminen ja laajentaminen.

## 2 Toimintaympäristö ja kävijämäärät

### 2.1. Toimintaympäristö

Yhdistyksellä on kaksi olohuonetyyppistä matalan kynnyksen kohtaamispaikkaa: Lauhatuuli Hiekkaharjussa ja Myöhätuuli Pähkinärinteessä. Vantaan yhdyskuntarakenne ja pitkät välimatkat edellyttävät kahden toimipisteen ylläpitämistä. Molemmissa toimipisteissä on olohuone- ja ruokailutilat, keittiö, askartelu- ja atk-tilat sekä Lauhatuulessa lisäksi käsityötila.

Yhdistys on ollut auki ympäri vuoden, olemme kokeneet tärkeäksi järjestää toimintaa myös koko kesän, kun muualla on lomien ja säästöjen takia palvelut tauolla tai heikommin saatavissa. Yhdistys on ollut auki vapaaehtoisvoimin jopa joulun pyhinä.

Toimipaikat olivat vuonna 2015 auki seuraavasti:

#### **Lauhatuuli**

Ma, to, pe klo 9-15

Ti, ke klo 9-18

La klo 12-16

Nuorten aikuisten ilta (18-35v) ma klo 16-20

#### **Myöhätuuli**

Ma-pe klo 9-15, sekä parittomien viikkojen ma klo 9-18.

La (parillisilla viikoilla) klo 11.30-15.

Nuorten aikuisten ilta (18-35v) ti klo 16-18.30

Lauhatuulessa ja Myöhätuulessa toimivat yhdistyksen kerhot ja ryhmät. Arkipäivinä on mahdollisuus edulliseen lounasruokailuun. Keittiö toimii myös kahvilana. Tarjolla on koko päivän edullisesti virvokkeita, leivonnaisia, sämpylöitä ja hedelmiä.

Yhdistys järjestää erilaista toimintaa myös toimitilojen lähiympäristössä, esimerkiksi liikuntaryhmiä ja retkiä. Lähialueilla tapahtuvalla toiminnalla ehkäistään syrjäytymistä ja tuetaan kuntoutujia löytämään palveluita ja sosiaalisia kontakteja lähiympäristöstään.

#### **Lauhatuulen tilaongelmat**

Kasvavien kävijämäärien vuoksi Hiekkaharjun toimipisteen Lauhatuulen tilat ovat viime vuosina käyneet aivan liian ahtaiksi: istumapaikkoja ei ole riittävästi ja tavallisessa koti-keittiössä on ollut haasteellista tehdä ruokaa 20–35 hengelle päivässä. Ilmastointia ei ole, olohuoneen yhteydessä olevan keittiön käryt levittäytyvät joka paikkaan (keittiössä on vain kodeista tuttu liesituuletin), ja kävijöiden vaatteet ja hiukset haisevat vielä kotonakin. Ikkunoita on pidettävä auki talvipakkasellakin, happi tuntuu loppuvan kun pienissä kerhohuoneissa on liikaa ihmisiä. Uusien tilojen etsintä on käynnistetty jo kesällä 2012 Vantaan kaupungin Tilakeskuksen avulla.

Keväällä 2015 tilaongelma vihdoinkin ratkesi. Kuulimme, että Simonkylässä on vapaana entisen hoivakodin tilat, mutta Vantaan kaupungilla oli periaatepäätös ettei kaupungin ulkopuolisia tiloja saa vuokrata. Samanlainen tilaongelma kuin meillä oli myös Vantaan Järjestöringillä, heidän Vapaaehtoistalo Violansa oli purku-uhan alla. Teimme yhdessä kaupungille ehdotuksen, että perustaisimme kansalaistoiminnan keskuksen, jossa 600 neliötä olisi Järjestöringille ja 300 neliötä yhdistyksellemme. Ehdotus meni läpi ja Tilakeskus sai vuokrata meille sen tilan. Vuokrasopimus tehtiin 1.9. 2015 alkaen, mutta silloin alkoi vasta remontti ja meidän piti päästä muuttamaan loppuvuodesta. Remontti viivästyi monista syistä, joten pääsemme muuttamaan vasta vuoden 2016 alku-puolella.

## 2.2. Kävijämäärät

Toimipisteissä oli vuoden 2015 aikana yhteensä 12 253 käyntikertaa, ensimmäistä kertaa vähemmän kuin edellisenä vuonna. Syynä tähän näemme Lauhatuulen tilaongelmat: tilanahtaus, kova meteli ja huono sisäilma saivat monet aktiivikävijöistä harventamaan käyntejään.

Huomioitavaa on se, että kävijämäärien seuranta tapahtuu toimipaikkakohtaisten vieraskirjojen avulla, todellisuudessa kaikki kävijät eivät kirjoita siihen nimeään. Yhdistyksen todelliset kävijämäärät ovat arviolta noin 10 % vieraskirjoihin kirjattuja käyntejä suuremmat. Hyvät Tuulet ry:n kävijämäärät ovat kasvaneet lähes 70 % vuodesta 2009, mikä kertoo yhdistyksen olemassaolon ja toiminnan tarpeellisuudesta Vantaalla.

<b>Hyvät Tuulet ry:n kävijämäärät vv. 2009-2015</b>							
<b>Vuosi</b>	<b>2009</b>	<b>2010</b>	<b>2011</b>	<b>2012</b>	<b>2013</b>	<b>2014</b>	<b>2015</b>
Lauhatuuli	4 611	4 784	5 202	5 845	7 119	7 950	7 293
Myöhätuuli	2 790	3 341	3 738	4 058	4 015	4 636	4 960
<b>Yhteensä</b>	<b>7 401</b>	<b>8 125</b>	<b>8 940</b>	<b>9 903</b>	<b>11 134</b>	<b>12 586</b>	<b>12 253</b>

Vuoden 2015 aikana yhdistyksessä oli arkisin kävijöitä 11 552 (v. 2014 12 231) ja lauantaisin 701 (555) käyntikertaa. Yhdistyksen kävijämäärien keskiarvo arkisin oli 43/päivä ja lauantaisin 9,3/päivä.

### Lauhatuulen kävijämäärien kehitys

Lauhatuuli oli vuonna 2015 auki 256 arkipäivää sekä 50 lauantaita. Lauhatuulessa kävi arkipäivisin keskimäärin 26,5 henkilöä ja lauantaisin 10 henkilöä.

Lauhatuulessa oli ensi kertaa vuosiin käyntikertoja vähemmän kuin edellisenä vuonna (-657); tavallaan tuli ”katto vastaan” pienten tilojen vuoksi.

## Myöhätkuulen kävijämäärien kehitys

Myöhätkuuli oli vuonna 2015 auki arkisin 256 arkipäivää sekä 25 lauantaina. Arkipäivien kävijämäärän keskiarvo oli 18,6 ja lauantaisin 8.

Myöhätkuulesa kävijämäärät lisääntyivät edelliseen vuoteen verrattuna, siellä oli 324 käyntikertaa enemmän kuin 2014 ja sinäkin vuonna lisäystä entiseen oli 621. Myöhätkuulen käyntikertojen lisäys vuodesta 2013 on peräti 19 %. Tämä johtunee paljolti siitä, että Myöhätkuuleen saatiin 2013 oma toiminnanohjaaja ja järjestötyöntekijä, ja toiminnan kehittämiseen panostettiin huomattavasti.

Kävijämääristä on esitetty grafiikkaa liitteessä (LIITE 1).

### **3 Hallinto**

Hyvät Tuulet ry:n hallitus koostuu yhdistyksen jäsenistä, ja kahdesta HUS:n asiantuntijajäsenestä. Hallituksessa on puheenjohtajan lisäksi kuusi jäsentä ja kolme varajäsentä. Toimikausi on kaksi vuotta ja puolet hallituksesta on kerrallaan erovuorossa. Hallituksen jäsenille määriteltiin vastuualueet ja tehtävät. Hallitus kokoontuu noin kolmen viikon välein. Yhdistyksen toiminnanohjaajat tekivät yhteistyötä hallituksen kanssa. Hallituksen puheenjohtaja toimii toiminnanohjaajien esimiehenä. Toiminnanohjaajat toimivat puolestaan omien yksiköidensä esimiehinä.

Yhdistys järjestää vuosittain kaksi sääntömääräistä kokousta: kevät- ja syyskokouksen. Kevätkokouksessa 21.4. vahvistettiin tilinpäätös, myönnettiin vastuuvapaus hallitukselle sekä esitettiin vuoden 2014 toimintakertomus ja tilintarkastajan lausunto. Syyskokouksessa 23.9. jäsenet valitsivat yhdistyksen hallitukseen jäsenet ja varajäsenet sekä puheenjohtajan erovuorossa olevien tilalle vuodelle 2016. Lisäksi syyskokouksessa vahvistettiin seuraavan vuoden toimintasuunnitelma ja talousarvio, jäsenmaksut sekä valittiin tilintarkastajat.

#### Vuoden 2015 hallitus:

Merja Saksanen	puheenjohtaja
Janne Alahelisten	jäsen, varapuheenjohtaja
Marja-Leena Satonen	jäsen, taloudenhoitaja
Timo Krohn	jäsen, erosi 23.1.
Laura Simonen	jäsen, erosi 23.1.
Pia Harju	jäsen
Jori Vauhkonen	jäsen
Petri Nevala	23.1. varajäsenestä jäseneksi, erosi 10.9.
Mauri Herttuainen	varajäsen
Ritva Ristilähde	varajäsen

Sanna Huittinen, HUS asiantuntijajäsen  
Leena Lemola, HUS asiantuntijajäsen

Hallitus kokoontui vuonna 2015 viisitoista (15) kertaa sääntömääräisten kokousten lisäksi. Hallituksen jäsenille ei maksettu toiminnasta palkkaa eikä palkkioita.

## 4 Talous

Vantaan Mielenterveysyhdistys Hyvät Tuulet ry:n toimintaa rahoittivat vuonna 2015 Raha-automaattiyhdistys (RAY) ja Vantaan kaupunki. RAY:n tuki oli 124 000 € ja kaupungin 22 000 €. Lisäksi Vantaan kaupunki maksaa toimitilatukena Myöhätuulen vuokran. Vuonna 2015 Hyvät Tuulet ry nimettiin merkittävää yhteiskunnallista työtä tekeväksi järjestöksi (MYT) ja ensimmäistä kertaa kirjoitettiin vuoden yhteistyösopimus kaupungin kanssa.

Viola Ranin säätiöltä yhdistys sai 10 000 €:n vuosiavustuksen.

Omavarainhankintaan kuuluivat kahvilatoiminta, retkien omavastuuosuudet, opiskelijoiden ohjauspalkkiot sekä osallistuminen eduskuntavaalien yhteydessä Pieni Ele -vaalikeräykseen. Yhdistys sai useilta yrityksiltä tavaralahjoituksia bingo- ja arpajaispalkinnoiksi.

Yhdistyksen kirjanpidon ja palkanmaksun hoiti vuonna 2015 tilitoimisto TJM-Systems Oy. Tilintarkastajana vuonna 2015 toimi HTM Kirsti Kieksi.

RAY teki helmikuussa 2015 tarkastuksen yhdistyksen toiminnasta vuosina 2013 ja 2014, ja tarkastajien kehotuksesta yhdistykselle laadittiin taloussääntö.

Taloudellinen tilanne kartoitetaan kuukausittain hallituksen jäsenten kuittikokouksessa ja talousarvion toteutumista seurataan tiiviisti jokaisessa hallituksen kokouksessa.

Jäsenmaksu on 15 € kalenterivuodessa. Tästä summasta maksetaan Mielenterveyden keskusliitolle 4 €/jäsen. Kannatusjäsenmaksu on 80 €.

## 5 Henkilöstö

Molemmissa toimipisteissä on toiminnanohjaajan lisäksi tukityöllistettyjä järjestötyöntekijänä ja keittiötyöntekijöinä. Tukityöllistetyt voidaan palkata vuodeksi kerrallaan.

Yhdistyksemme toimii välityömarkkinoilla tarjoten niin tukityöllistetyilleen kuin työkokei-lijoi-illeenkin matalan kynnyksen työtilaisuuden ja näin tarttumapintaa työelämäään. Hyvät Tuulet ry:n tukityöllistetyt, työkokeilijat ja harjoittelijat ovat keskeinen apu yhdis-tyksen arjen pyörittämisessä. Toimipisteissä oli näiden työntekijöiden lisäksi vuoden 2015 aikana myös muutama yhdyskuntapalvelusta suorittava henkilö siistijän tehtävissä.

Yhdistyksen työntekijärakenne, jossa tukityöllistetyt ja työkokeilijat (tällä hetkellä kaikki muut kuin toiminnanohjaajat) ovat sosiaaalialalle kouluttamattomia ja vain

korkeintaan vuoden työsopimuksilla, haittaa sekä työssä jaksamista että työyhteisön yhteisöllisyyden rakentamista. Työntekijätilanteeseen toivotaankin lisää pysyvyyttä helpot-tamaan yhdistyksen työntekijärakennetta. Hyvinvoivat työntekijät hoitavat työnsä tehokkaasti ja heijastavat ympäröivään yhteisöön innostusta ja positiivisuutta. Myös jäsenistölle pitkäaikaiset työntekijät toisivat turvallisuuden ja luottamuksen kokemuksia.

Lähihoitaja- ja sosionomiopiskelijoita pyritään pitämään jatkuvasti mukana toiminnassa.

Yhdistyksen organisaatiokaavio on liitteenä (LIITE 2).

Vuonna 2015 henkilökunta:

**Lauhatuuli**

Katja Liukkonen	Toiminnanohjaaja	3.11.2014-	
Jenni Kokko	järjestötyöntekijä	7.7.2014-6.7.2015	(palkkatuki)
Kirsti Salminen	järjestötyöntekijä	28.4.-28.5.2015	(työkokeilu)
		1.8.2015-31.7.2016	(palkkatuki)
Sirpa Holappa	järjestöapulainen (kuntouttava)	25.1.-31.12.201	
			työtoiminta)
Kristiina Seppi	keittiöapulainen	17.6.2014-16.6.2015	(palkkatuki)
Aili Putkonen	keittiötyöntekijä	1.10.2014-31.8.2015	(palkkatuki)
Hebbi Najib	keittiötyöntekijä (kuntouttava)	4.5.-31.5.2015	
			työtoiminta)
Sari Palani	keittiötyöntekijä	15.6.-15.7.2015	(työkokeilu)
		16.7.-31.12.2015	(palkkatuki)
Pirjo Kekkonen	keittiötyöntekijä	1.-31.12.2015	(työkokeilu)
Tero Ruottinen	atk-tuki	20.1.-31.12.2015	
(kuntouttava)			työtoiminta)

**Myöhätuuli**

Hanna Vänskä	toiminnanohjaaja	13.1.2014 -	
Jukka Lempiäinen	järjestötyöntekijä	1.12.2014-30.11.2015	(palkkatuki)
Maher Gerges	järjestötyöntekijä	2.2.2015-31.7.2015	(työkokeilu)
		17.8.2015-7.1.2016	(työkokeilu)
Jasmin Nyman	järjestötyöntekijä	16.11.2015-15.5.2016	(työkokeilu)
Sirpa Puurunen	järjestöapulainen	1.10.2014-31.12.2015	(kuntouttava työtoiminta)
		)	
Irina Loukasmäki	nuortentoiminnan ohjaaja	1.12.2015-31.5.2016	(työkokeilu)
Mari Ikkonen	keittiötyöntekijä	27.7.2014-26.7.2015	(työkokeilu)
Sari Mäkinen	keittiötyöntekijä	4.5.2015-2.5.2016	(palkkatuki)

Kuten työntekijäluettelosta näkee, työntekijöitä oli vuoden aikana paljon, Lauhatuulella 12 ja Myöhätuulella 10. Ainoa pysyvä työntekijä oli toiminnanohjaaja, ja toiveissa on, että myös järjestötyöntekijä jatkossa olisi sosiaali- ja terveysalalle koulutettu, pätevä ja pitkäaikainen työntekijä. Toimintaa on nykyään paljon ja se on



monipuolistunut huomattavasti, joten vielä kehittyäkseen yhdistyksellä olisi hyvä olla pätevät työntekijät.

## 6 Työyhteisön hyvinvointi ja kehittäminen

Vuonna 2015 Hyvät Tuulet ry jatkoi työntekijöiden työhyvinvointia tukevaa toimintaa.

Yhdistykseen palkatuille työntekijöille eli toiminnanohjaajille oli yhteinen työnohjaus kerran kuukaudessa. Työssä jaksamisen ja virkistäytymisen tueksi toiminnanohjaajat saivat kulttuuriseteleitä. Toiminnanohjaajat aloittivat keväällä 2015 järjestötoimintaan suunnatun johtajuuden erityisammattitutkinnon (JET), kehittääkseen omaa ammattitaitoaan niin esimies- kuin järjestötehtävissäkin.

Muille työntekijöille eli tukityöllistetyille ja työkokeilussa oleville järjestyi ilmainen ryhmätyönohjaus vapaaehtoisen työnohjaajan järjestämänä kerran kuukaudessa. Työnohjaus tarjoaa työntekijälle mahdollisuuden oman työn tutkimiseen, arviointiin ja kehittämiseen tukien työssä jaksamista. Koska tukityöllistetyillä ei yleensä ole mitään kokemusta mielenterveyskuntoutujista, uusille työhön tuleville järjestettiin edellisen vuoden tapaan vuoden aikana kaksi perehdytys- /koulutuspäivää mielenterveysyhdistyksessä työskentelemisestä.

Laatukäsikirja on työntekijöiden perehdytyksessä hyvä apuväline, joka jää uuden työntekijän tai opiskelijan tueksi perehdytystapahtuman jälkeen. Se antaa käsityksen yhdistyksen rakenteesta, johtamisesta ja toimintakäytännöistä.

Toiminnanohjaajat pitivät omilla toimipisteissään henkilökunnalle työntekijä-palaverit viikoittain. Molempien toimipaikkojen henkilökunnat kokoontuivat yhdistyksen toimitilojen ulkopuolella yhdessä vuonna 2015 neljä kertaa työntekijäpalaveriin, joiden vetäjinä toimivat toiminnanohjaajat. Palavereiden tarkoituksena oli vahvistaa toimipisteiden yhteistyötä, tukea työntekijöiden hyvinvointia ja vahvistaa verkostotyöskentelyä.

Toimipisteiden välinen yhteistyö on tiivistynyt vuoden 2015 aikana, toiminnanohjaajat ovat panostaneet yhteiseen suunnitteluun ja kehittämiseen yhtenä päivänä viikossa.

Toiminnanohjaajat ja järjestötyöntekijät osallistuvat myös Avomielin-yhteis-työn ”Tukijat”-tapaamisiin, joissa mielenterveysyhdistysten työntekijät tapaavat toisensa kaksi kertaa vuodessa saaden vertaistukea työhönsä.

## 7 Jäsenistö

Vuoden lopussa 2015 Hyvät Tuulet ry:n jäsenmäärä oli 392, vuoden aikana uusia jäseniä liittyi 88. Varsinaisiksi jäseniksi voivat liittyä yksityishenkilöt, ja kannatusjäseniksi yksityishenkilöt, yritykset ja yhteisöt.

Yhdistyksen toiminta perustuu vapaaehtoisuuteen ja vertaistukeen, jäsenet ovat aktiivisia toimijoita. Hyvät Tuulet ry on yhteisö, jossa jokainen jäsen voi toimia omien voimavarojensa ja kiinnostustensa mukaisesti yhteisten pelisääntöjen puitteissa. Yhdistys tarjoaa jäsenilleen monipuolista toimintaa sekä tukea toimintaan

osallistumisessa. Yhdistyksen toiminnassa kaikki tähtää jäsenten hyvinvoinnin ja elämänhallinnan vahvistumiseen. Jäsenyys ja toiminta yhdistyksessä perustuvat vapaaehtoisuuteen; lähetteitä ei tarvita eikä diagnooseja kysellä.

Kuntoutujat saavat toisiltaan tukea ja palautetta arjen tiimellyksessä. Mikäli jonkun jäsenen voinnissa tapahtuu selvää muutosta suuntaan tai toiseen, toiset kuntoutujat antavat hänelle palautetta. Mikäli vointi huononee, yhdistyksestä tuetaan tarvittaessa etsimään oikeita palveluita tilanteeseen. Yhteisö tuo näin suojaa ja turvaa vaihtuviin elämäntilanteisiin.

Jäsenistö on avainroolissa yhdistyksen toiminnan suunnittelemisessa, toteuttamisessa ja kehittämisessä. Jäsenet tulevat kuulluiksi yhdistyksen arjessa, jäsenkyselyissä ja -palautteissa sekä kerran kuukaudessa järjestettävillä jäsenkahveilla. Jäsenkahveilla hallituksen edustajat tiedottavat yhdistyksen ajankohtaisista kuulumisista ja päätöksistä. Samalla tilaisuus toimii areenana avoimelle keskustelulle ja ideoinnille. Tilaisuudessa käsitellään myös palautelaatikkoon kertyneet palautteet. Jäsenkahveille osallistutaan kummassakin toimipisteessä erittäin aktiivisesti. Lisäksi jäsenillä on päivittäin mahdollisuus keskustella toiminnanohjaajien ja järjestöyöntekijöiden kanssa.

Harrastekerhoja perustetaan jäsenten toiveiden mukaan ja niitä ohjaavat pääsääntöisesti yhdistyksen jäsenet henkilökunnan tukemina ja ohjaamina. Yhdistyksen jäsenille annetaan palautetta työskentelystä yhdistyksessä ja heitä kannustetaan osallistumaan toimintaan sekä ottamaan vastaan vapaaehtoistehtäviä omien voimavarojen ja kykyjen mukaan.

Aktiivijäsenet huomioidaan kaksi kertaa vuodessa järjestämällä heille yhteinen kiitoslounas. Lisäksi hallituksen jäsenet osallistuvat kaksi kertaa vuodessa Avomielin-yhteistyössä järjestettyihin virkistyshenkisiin luottamushenkilötapaamisiin.

## **8 Jäsentoiminta**

### **8.1. Mielenterveyskuntoutujien ääni kuuluviin**

Hyvät Tuulet ry pyrkii saamaan kuntoutujien äänen kuuluviin yhteiskunnallisessa päätöksenteossa – toimien omalta osaltaan mielenterveyskuntoutujien edunvalvojana. Käytännössä tämä toteutuu esimerkiksi osallistumalla erilaisiin verkostopalaverihin, kutsumalla kunnallisia päätöksentekijöitä tutustumaan toimintaan sekä suorilla kontakteilla päätöksentekijöihin.

Yhdistys on alusta asti ollut mukana Vantaan omaistoiminnan neuvottelukunnassa, jonka kautta mielenterveyskuntoutujien ja heidän omaistensa asioita viedään Vantaalla eteenpäin. Tällä hetkellä yhdistyksemme edustaja toimii neuvottelukunnan puheenjohtajana.

Yhdistyksen edustaja on myös jo vuosia ollut jäsenenä Vantaan vammaisneuvostossa. Tämä on hyvä väylä saada mielenterveyskuntoutujien asioita tiedoksi ja eteenpäin, pysyä mukana kaupungin suunnitelmissa sekä saada ajankohtaista tietoa kunnallisista päätöksistä sekä muiden mukana olevien yhdistysten suunnitelmista, resursseista ja päätöksistä.

Yhdistyksen edustaja on ollut vuodesta 2014 mukana Mielenterveyden keskusliiton hallituksessa suunnittelemassa ja päättämässä keskusliiton toiminnasta sekä jäsenyhdistyksille tarjoamasta toiminnasta ja palveluista.

Yhteistyö HUS:n psykiatristen poliklinikoiden ja osastojen sekä Vantaan kaupungin sosiaali - ja terveystoimen henkilökunnan kanssa on myös luonut kanavan saada kuntoutujien ääntä kuuluviin erilaisissa asioissa. Hyvät vuorovaikutussuhteet mahdollistavat keskustelun vaikeistakin asioista ja kokemuksiamme kuullaan.

## **Arkitoimintaa Hyvät Tuulet ry:ssä**

Yhdistyksen arkitoiminta tukee monipuolisesti elämänhallinnan taitoja kannustaen terveellisiin elämäntapoihin ja säännölliseen arkirytmiiin. Käytännössä tämä toteutuu mahdollisuutena terveelliseen kotiruokalounaaseen, ulkoiluun ja/tai liikuntahetkiin, monipuolisiin kerhotoimintoihin sekä vertaistukeen muiden jäsenten kanssa.

**Opinto- ja harrastekerhoja** järjestetään viikko-ohjelman mukaan (LIITE 3) molemmissa toimipisteissä. Pääsääntöisesti kerhoja ohjaavat yhdistyksen jäsenet. Vuonna 2015 yhdistys aktivoi jäseniään etenkin liikunta- ja kulttuuriharrastusten pariin. Syksyllä 2014 aloitettiin miesten toiminnalliset ryhmät, ja tätä toimintaa jatkettiin ja kehitettiin vuonna 2015.

**Käsityö- ja askarteluryhmien** toiminnot ylläpitävät toimintakykyä kokonaisvaltaisesti. Ryhmissä tehdään paljon hyötykäyttöön sopivia tuotoksia ryhmäläisten motivaation ja innostuksen mukaan. Myös omia vaatteita voi korjata. Ekologinen ajattelu toimii perustana askartelussa ja käsitöissä, materiaalina käytetään paljon kierrätys-materiaaleja.

**Liikunnalliset ryhmät** ovat monipuolistuneet. Jo vuosia on ollut tapana käydä päivittäisellä kävelylenkillä lounaan jälkeen. Liikuntaharrastusten tukemista jatkettiin tarjoamalla jäsenille matalan kynnyksen tilaisuuksia aloittaa liikunta, tarjolla oli mahdollisuus käydä viikoittain keilaamassa, pelaamassa biljardia, vesijuoksuissa/uimassa, kuntosalilla, sulkapallossa ja sählyssä.

**Painonhallintaryhmissä** tuettiin terveiden elämäntapojen noudattamiseen.

**Kielten opiskeluryhmiä** on useissa kielissä, esimerkiksi venäjä, englantia ja italia.

**Tietokoneet** ovat jäsenten käytössä. Jäseniä opastetaan tietokoneen käytössä tarpeiden mukaan, molemmissa toimipisteissä on ns. ATK-tukihenkilö. Tarvittaessa jäsen saa ATK-taitojen perusopetusta, ja apua verkkoasioinnissa. Monilla jäsenistä ei ole varaa hankkia tietokonetta itselleen, joten he voivat käyttää verkkopankkia ja asioida Kelassa, sosiaalivirastossa ym. yhdistyksen koneella.

**Vertaisryhmät** kokoontuivat viikoittain, maanantaisin Myöhätuulessa ja torstaisin Lauhatuulessa. Ne ovat avoimia kaikille mielenterveyskuntoutujille. Vertaisohjaajina toimivat yhdistyksen jäsenet, jotka ovat saaneet koulutuksen vertaisryhmien ohjaamiseen.

**Omahoitoryhmissä** eri alojen asiantuntijat opastavat muun muassa terveyteen, hyvinvointiin ja taloudelliseen toimeentuloon liittyvissä teemoissa noin kerran kuukaudessa. Ryhmät ovat vapaamuotoisia keskustelutilaisuuksia kaikille mielenterveyskuntoutujille. Niiden tarkoituksena on aktivoita itsehoitoa ja vahvistaa potilaan ajattelun muutosta passiivisesta hoidon kohteesta aktiiviseksi hoidosta vastaavaksi osallistujaksi. Yhteistyötahoina ovat muun muassa Mielenterveyden Keskusliitto, HUS ja Vantaan kaupungin sosiaali- ja terveystoimen asiantuntijat ja eri alojen järjestöt. Aiheina vuonna 2015 olivat mm skitsofrenia ja psykoosit, univaikkeudet, diabetes, kuntoutujan sosiaalietuudet, syömishäiriöt ja omaistoiminta.

**Terveys- ja hyvinvointipalvelut:** Toimipisteissä käy jalkahoitaja, kampaaja ja hieroja sovitusti. Jäsenet pitävät helpottavana, että näitä palveluita tarjotaan toimipisteissä edulliseen hintaan.

**Muuta toimintaa:** Kunnostus- ja siivoustöitä tehdään talkootyöllä molemmissa toimipisteissä. Lisäksi toimipisteissä on tavaravaihtopiste. Myöhätuulessa jäsenillä on pyykinpesumahdollisuus. Pähkinärinteiden viljelypalstatöiminnasta on saatu yhdistyksen kukkia ja maistiaisia ”omasta pellostä”.

## Muu jäsenoiminta

## Tapahtumat ja juhlat

Vuonna 2015 yhdistys järjesti perinteisesti yhdessä vietetyt juhlat: ystävänpäiväjuhlan, vappuriehan, juhannusjuhlan, itsenäisyyspäivänjuhlan ja joulujuhlan. Tilaisuuksissa oli leikkimielisiä kilpailuja/-pelejä, yhteislauluja, esityksiä ja muuta mukavaa ohjelmaa. Joissakin juhlissa jäsenille tarjottiin ruoka ilmaiseksi tai kohtuullista maksua vastaan. Varsinkin joulujuhlaan panostettiin, juhlaa vietettiin työntekijöiden ja jäsenten kesken Hämeenkyllän kartanossa (yhteensä noin 80 osallistujaa).

Juhlatilaisuudet ovat jäsenillemme merkittäviä ja ne tavoittavatkin suuren osan jäsenistöstä. Yhteiset juhlat tukevat yhdistyksen näkökulmasta yhteisöllisyyttä ja yksilön näkökulmasta yhteisöön kuulumisen tunnetta. Ohentuneista sosiaalisista verkostoista johtuen usein juuri juhlapyhät ovat jäsenille yksinäistä ja psyykkisesti haastavaa aikaa. Tällöin yhdistyksestä saatava sosiaalinen tuki on jäsenille korvaamatonta.

Arkipäiviin osuvat yleiset liputuspäivät ja juhlapäivät huomioitiin toimipisteissä. Pullakahvien äärellä kerrottiin juhlapäiviin liittyvää historiaa, miksi ko. päivää vietetään ja mitä perinteitä siihen liittyy. Muita juhlia kuten syntymäpäiviä järjestettiin jäsenten aloitteista.

Lisäksi yhdistys järjesti erilaisia yleisötilaisuuksia yhteistyössä sidosryhmien ja yhteistyökumppaneiden kanssa kuten "Iloliikkuja-tapahtumat" ja "Marrasiltamat".

## TAPAHTUMAT VUONNA 2015

Tammikuu	22.1.	Moniääniset ry info
Helmikuu	5.2.	Runebergin päivä, pullakahvit yhdistyksessä
	10.2.	112 -päivä
Maaliskuu	13.2.	Koko yhdistyksen ystävänpäiväjuhla Myöhätuudessa
	4.3.	Iloliikkuja-tapahtuma Pirkkolassa
	10.3.	Aurora-päivä Helsingissä
	19.3.	Minna Canthin päivä, pullakahvit yhdistyksessä
	23.3.	Valtuutettu Siru Kauppisen vierailu yhdistyksessä
	24.3.	"Kanta"-palvelu tutuksi -info Olotilassa Tikkurilassa
	25.3.	Yhdistyksen keilakilpailu Myyrmäessä
	25.3.	Pääsiäiskirkko Tikkurilassa
	25.3.	Lauran 30v. -juhlat
	31.3.	Eduskuntavaalipaneeli Laureassa, Vantaan omaistoiminnan neuvottelukunnan ja Laurean järjestämä
Huhtikuu	9.4.	Mikael Agricolan päivä, pullakahvit yhdistyksessä
	10.4.	Avomieliin -keilatornaus Tikkurilassa
	8-14.4.	Pieni Ele-keräys ennakoäänestyspaikoilla
	17.4.	Hemmottelupäivä Myöhätuudessa
	19.4.	Pieni Ele -keräys äänestyspaikoilla
	27.4.	Kansallinen veteraanipäivä, pullakahvit yhdistyksessä
	29.4.	Terraarioeläimiä livenä Lauhatuudessa, opiskelija toi omia lemmikkejä Lauhatuuleen
	30.4.	Vappujuhlat Lauhatuudessa ja Myöhätuudessa
Toukokuu	12.5.	J.V.Snelmanin päivä, pullakahvit yhdistyksessä
	15.5.	Yhdistyksessä avoimet ovet, Vantaan kaupunkijuhlaan liittyen
Kesäkuu	16.5.	Naisten hemmottelupäivä Lauhatuudessa
	4.6.	Puolustusvoimain lippujuhla, pullakahvit yhdistyksessä
	15.6.	MTKL:n hallituksen puheenjohtaja Kari Tolvasen käynti
	18.6.	Juhannusjuhlat Myöhätuudessa
Heinäkuu	26.6.	Avomieliin- Minigolf – turnaus Taivallahdessa
	6.7.	Eino Leinon päivä, pullakahvit yhdistyksessä
Elokuu	4.8.	HUS-psykiatrian elojuhlat
	4-6.8.	Asuntomessut Vantaalla, yhdistyksen esittelyä

	6.8.	Avomielin- Onkiturnaus Vanhankaupunginlahdella
	10–13.8.	Saa ottaa päivät- kierrätystä Lauhatuulessa
	27.8.	Taiteiden yö- Myyrmäki, yhdistyksen esittelyä
Syyskuu	1.9.	Iloliikkuja-tapahtuma Eläintarhan kentällä
	3.9.	Nuorten syyskauden avajaiset Karvisessa (Avomielin)
	4.9.	Henkireikäfestarit, Avomielin -esittelypöytä
	7.9.	Minigolf-kilpailu Koivukylässä
	24.9.	Liikuntatapahtuma Hiekkaharjun Urheilupuistossa
Lokakuu	2.10.	Juhan muistotilaisuus
	10.10	Vantaan hyvinvointimessut Energia-areenalla, esittelypöytä
	12.10.	Mielen hyvinvointia Keravalla (FinFami), yhdistyksen esittelyä
	24–25.10.	Lauhatuulessa korutyöpaja
	30.10.	Avomielin Marrasiltamat Malmilla
Marraskuu	4.11.	Liikuntatuokio urheilupuistossa Hiekkaharjussa
	6.11.	Ruotsalaisuuden päivä, pullakahvit yhdistyksessä
	15.11.	Kynttilätapahtuma itsemurhan tehneiden muistoksi
	17–18.11.	Mielenterveysmessut, Avomielin -esittelypöytä
	30.11.	Koalaryhmä: mielenterveysviidakko -peli nuorille
Joulukuu	2.12.	”Elämän paikat” – Helenan valokuvanäyttely
	3.12.	Joulukirkko Hämeenkylässä
	4.12.	EU-ruoka-apu jakoon molemmissa toimipisteissä
	8.12.	Jean Sibeliuksen päivä, pullakahvit yhdistyksessä
	9. ja 15.12.	Piparitalkoot
	9.12.	Joulukirkko Tikkurilassa
	10.12.	Joulujuhla Hämeenkyllän kartanossa
	15.12.	Glögijuhlat Lauhatuuli
	16–17.12.	Joulutori-koju Myyrmäessä, kahvia ja yhdistyksen esittelyä
	17- 18.12	Joulubasaari Tikkurilassa, myyjäistuotteita ja yhdistyksen esittelyä
	22.12.	Joulupuuro molemmissa toimipisteissä
	31.12.	Uudenvuoden juhlat molemmissa toimipisteissä

## Retket ja lomajaksot

Retket kuuluvat tiiviisti yhdistyksen toimintaan ja ne ovat monipuolinen tapa aktivoida kuntoutujia tutustumaan lähiympäristöönsä ja liittymään ryhmään sekä keino tarjota kulttuurillisia elämyksiä ja virkistystä. Retkiä järjestettiin vähintään kerran kuukaudessa, kesäisin jopa viikoittain kerhotoiminnan ollessa kesätauolla. Retket suunniteltiin jäsenten toiveiden pohjalta ja niitä tehtiin niin lähialueille kuin kauemmaksikin. Retkitoimikunta pyrki suunnittelemaan ja toteuttamaan monipuolista ja mieluista retki-tarjontaa.

Lähiympäristöön suuntautuvien retkien tarkoituksena oli tutustuttaa jäseniä lähipalveluihin ja virkistysmahdollisuuksiin sekä innostaa osallistumaan myös oman asuinalueen kehittämiseen. Jäsenet maksoivat kaikista retkistä omavastuuosuuden, joka on noin 50 % retkikustannuksista.

Yhdistykselle myönnettiin Solaris-virkistysloma vuoden 2015 kesäkuulle 20 hengen ryhmälle Imatran kylpylään. Loma oli Raha-automaatti-yhdistyksen tukema. Joulukuussa yksi jäsenistämme järjesti 5 päivän kylpyläretken Haapsalun FraMareen, siellä oli yhdistyksemme jäseniä 11 ja Tukiyhdistys Karvisen jäseniä 18.

## Retket vuonna 2015

Tammikuu	29.1	Miesten kerhon retki jääkiekko-ottelu Jokerit-Slovan Bratislava
	30.1.	Munch, Didrichsenin taidemuseo
Helmikuu	3.2.	Teatteri Vantaa "Minttu sekä Ville"
	25.2.	Retki Nuuksioon
Maaliskuu	6.3.	Miesten kerhon retki jääkiekko-otteluun HPK-ILVES
	11.3.	Retki Ateneumiin
	18.3.	Teatteri Vantaa "Hiipparikvartetti"
	20.3.	Tutustumisretki Emy ry:n tiloihin
	27.3.	Miesten kerhon retki Hyvinkään rautatiemuseolle
Huhtikuu	7.4.	Shoppailuretki Megamynti-Areenalle Orimattilaan
	9.4.	Korson Lumo "Suklaasydän" musiikkikonsertti
	9.4.	Ostosretki Lanttilan kirppikselle
	16.4.	Luonnontieteellinen museo-retki
	22.4.	Retki Nuuksioon
	27.4.	Päiväristeily Tallinaan
Toukokuu	5.5.	Retki Haltialan kotieläintilalle
	20.5.	Retki Santahaminan kirjastoon
	20.5.	Peacock-teatterissa "Kivaa ja korkealta"
	22.5.	Ulkoiluretki Halkolammelle
	26.5.	Seurakunnan retki Holmaan
	29.5.	Miesten kerhon retki Parolan panssarimuseoon
Kesäkuu	1.6.	Retki Ikeaan bussilla
	5.6.	Kävelyretki "Satumetsään", Myöhätuuli
	7.-12.6.	Solaris-virkistysloma Imatran kylpylässä
	12.6.	Ulkoiluretki Myöhätuulen ympäristössä
	24.6.	Retki Suomenlinnaan
	27.6.	"Lättähatulla" Porvooseen- retki
Heinäkuu	2.7.	Mustion kesäteatteriretki "Kokkisoppa"
	9.7.	Ulkoiluretki Kuusijärvelle
	14.7.	Retki Uimastadionille
	24.7.	Ulkoiluretki Halkolammelle ja Kaitalammelle
	30.7.	Retki Ainolaan ja Halosenniemeen Tuusulaan
Elokuu	18.8.	Risteily Helsingin edustalla
	20.8.	Ulkoiluretki Kuusijärvelle
	20.8.	Navethalia-teatteri "Viulunsoittaja katolla"
	27.8.	Ulkoiluretki Pihlajasaaren
Syyskuu	11.9.	"Kissojen Yö"-retki Korkeasaaren
	16.9.	Retki Fazerin tehtaalle
Lokakuu	6.10.	Teatteri Vantaa "Paperineilikka"
	7-8.10.	Risteily Tallinaan
	16.10.	Kaitsun luontoretki lähimaastoon Myöhätuulessa
	21-22.10.	Mökkireissu Vääksyn Tontunniemeen
	23.10.	Korson Lumo "Jättipotti"-teatteri
Marraskuu	1.11.	Korson Lumo "Yö – yhtyeen" konsertti
	10.11.	Retki Megamynti-Areenalle Orimattilaan
	12.11.	Teatteri Vantaa "Hämmennystä"
	12.11.	Nuorten aikuisten retki Heurekaan
	17.11.	Retki Mielenterveysmessuille
	20.11.	Miesten kerhon retki Ilmatorjunta- ja Lottamuseoon Tuusulaan
	24.11.	Teatteri Vantaa "Tumma blondi ja blondi-yötön yö"
Joulukuu	4.12.	Silkinportin joulutori-retki
	11.12.	Retki Koiramäen Pajutallille
	13-17.12.	Kylpyläretki Haapsaluun FraMareen
	17.12.	Nuorten aikuisten elokuvaretki Myyrmäkeen

Retkiin voidaan lukea myös matineaelokuvat, joita esitettiin päivänäytöksinä Bio Grandissa Tikkurilassa ja Kino Myyrissä Myyrmäessä keskiviikkoisin ja lauantaisin. Matinea-elokuvissa oli kävijöitä melkein kaikissa tarjolla olleissa näytöksissä.

## Koulutukset ja kuntoutuskurssit

Jäsenille tiedotettiin Mielen terveyden Keskusliiton (MTKL) ja muiden järjestöjen koulutuksista, tilaisuuksista, kuntoutuskursseista ja virkistyslomista toimipisteiden ilmoitustauluilla. Henkilökunta avusti tarvittaessa jäseniä niihin hakeutumisessa.

Mahdollisuuksien mukaan tuettiin taloudellisesti jäsenten osallistumista yhdistyksen toimintaa tukeviin koulutuksiin. Tuen saaneilta edellytettiin joko suullista tai kirjallista raportointia koulutuksen annista sekä uuden osaamisen hyödyntämistä yhdistyksen arjessa, esimerkiksi ohjaamalla ryhmiä tai auttamalla keittiötöissä (hygieniatodistus). Yhdistyksessä on tällä hetkellä koulutetut kulttuuri- ja liikuntavastaavat sekä useita koulutettuja vertaisohjaajia.

Yhdistyksessä järjestettiin vuoden aikana 4 koulutusta, johon osallistui sekä työntekijöitä että yhdistyksen jäseniä:

6.2.	Hygieniapassikoulutus
25.3.	”Nuoruus -mahdollisuuksia ja haasteita”, Espoo
18., 19., 24. ja 25.8.	Mielen terveyden Ensiapu I
20. ja 22.10.	Vertaisohjaajakoulutus

## . Terveellisten elämäntapojen tukeminen

Viimeisimpien tutkimusten mukaan ruokavaliolla on keskeinen merkitys mielen terveydelle: runsaasti kasviksia, hedelmiä ja marjoja sisältävä ruokavalio on hyväksi myös mielelle. Terveellisellä ruokavaliolla ennaltaehkäistään esimerkiksi sydän- ja verisuonisairauksia.

Yhdistyksemme on tarjonnut jäsenilleen kohtuuhintaista (3,50€) ja terveellistä ruokaa, joka rakentaa pohjaa kokonaisvaltaiselle hyvinvoinnille. Yhteiset lounashetket ovat yhdistyksen toiminnan sydän. Maittavan ruoan äärellä on luontevaa kohdata muita ihmisiä ja jakaa mietteitä. Yhdistys on panostaa edelleen lounasaterioiden ja kahvilatarjoilujen terveellisyyteen. Monelle yhdistyksessä nautittu lounas on päivän ainoa lämmin ateria.

Monet mielen terveyslääkkeet aiheuttavat painonnousua. Painonhallintaryhmät ovat kokoontuneet säännöllisesti. Lisäksi liikuntamahdollisuuksien lisääminen yhdistyksen toiminnassa tukee painonhallintaa.

Myös asiantuntijat ovat käyneet puhumassa terveellisistä elämäntavoista: riittävän levon ja unen, terveellisten ruokatottumusten sekä painonhallinnan ja liikunnan merkityksestä hyvinvointiin.

## Uusien kohderyhmien tavoittaminen



**Nuorten aikuisten (18-35-vuotiaille) illat** aloitettiin toukokuussa 2015 molemmissa toimipisteissä. Kävijöitä oli 2-6 kokoontumiskertaa kohti. Kesällä pidimme nuorten-illoissa taukoa ja syksyllä kävijäkunta piti etsiä/markkinoida uudelleen. Nuoria saatiin jonkin verran myös päivätoimintaan mukaan.

Toukokuussa haettiin RAY:lta projektirahaa ”Paikka-auki” hankkeesta, jolla pyritään saamaan nuoria henkilöitä (alle 30-v.) lähihoitajan oppisopimuskoulutukseen yhdistykseen ja sitä kautta uutta ”virtaa” myös nuorten toimintaan. Joulukuussa 2015 saatiin päätös, että rahoitus järjestyy yhdelle oppisopimusopiskelijalle vuosiksi 2016-2017.

Avomielin-yhteistyökumppaneiden kanssa tukiyhdistys Karvisessa järjestettiin yhdistyksille yhteinen nuorten aikuisten ilta syyskuun alussa.

**Maahanmuuttajataustaisten jäsenien** toimintaan mukaan saaminen ei onnistunut. Nuorten saaminen mukaan toimintaan vei niin paljon resursseja ja aikaa, että vuoden 2015 aikana ei vielä saatu satsattua maahanmuuttajataustaisten kuntoutujien mukaan saamiseen. Tavoitetta ei silti ole unohdettu, pidämme asian tavoitteena vuodelle 2016. Kun muutamme kansalaistoiminnan keskus Leinikin yhteyteen alkuvuodesta 2016, siellä on myös maahanmuuttajien neuvontapiste ja aloitamme yhteistyön heidän kanssaan. Muutamia maahanmuuttajataustaisia kuntoutujia on liittynyt yhdistykseen vuoden 2015 aikana, mutta eniten maahanmuuttajiin olemme tutustuneet työntekijöiden kautta. Eri kulttuuritaustaisia työntekijöitä on vuoden aikana ollut useita.

## Tiedotus

### 9.1. Ulkoinen tiedotus

Vuonna 2015 yhdistyksen tavoite oli edelleen lisätä vantaalaisten tietoutta yhdistyksen toiminnasta. Yhdistys panosti näkyvyyteen osallistumalla erilaisiin tapahtumiin, parantamalla verkkonäkyvyyttä, uudistaen nettisivut sekä toimittamalla uudistettuja esitteitä ja käyntikortteja erilaisiin tiloihin.

#### Yhdistyksen toiminnan esittely talon ulkopuolella

Yhdistys osallistui toimintakauden aikana Mielenterveysmessuille, Vantaan Hyvinvointi-messuille, huumeclinikan Vertaistukimessuille, Vapaaehtoismessuille Helsingissä sekä muutamiin paikallisiin markkina-/messutilaisuuksiin – päämääränä tavoittaa potentiaalisia jäseniä ja yhteistyökumppaneita sekä luoda ja lujittaa yhteistyöverkostoja. Yhdistys varasi tilaisuuksista esittelypöydän, jossa yhdistyksen jäsenet ja työntekijät kertoivat toiminnasta apunaan yhdistyksen esittelymateriaalit.

Yhteistyösuhteita vahvistettiin etenkin Vantaan mielenterveystoimijoihin. Yhteyttä pidettiin Vantaan kaupungin sosiaali- ja terveystoimeen, seurakuntiin, Peijaksen sairaalan psykiatrisiin osastoihin ja poliklinikoihin sekä lähialueiden asumisyksiköihin. Kaikille yhteistyökumppaneille on toimitettu käyttöön yhdistyksen esittelykansio, jonka avulla voi tutustua yhdistykseen kuvien kera.

Säännölliset yhdistyksen esittelytilaisuudet Peijaksen sairaalan psykiatrisille P2-osastolle tehtiin kuukausittain. Käynnit psykiatrian poliklinikoille sekä lähialueen asumisyksiköihin on myös aloitettu. Vierailujen tarkoituksena kertoa Hyvät Tuulet ry:n toiminnasta suoraan ihmisille, jotka voisivat hyötyä yhdistyksen toiminnasta. Tavoitteena on kannustaa ihmisiä ensin tutustumiskäynnille yhdistykseen, ja tämän jälkeen tukea liittymään mielekkäiksi kokemiinsa yhdistyksen toimintoihin omien voimavarojen mukaan.

### Yhdistyksen toiminnan esittely toimipisteissä

Yhdistys järjesti avoimien ovien -päivän toukokuussa 2015 Vantaan Kaupunkijuhlaan liittyen sekä Lauhatuulen että Myöhätuulen toimipisteessä. Tilaisuuksiin kutsuttiin mm yhteistyökumppanit HUS:sta ja Vantaan kaupungilta. Tavoitteena oli tehdä Hyvät Tuulet ry:tä sekä sen toimintaa ja toimipisteitä tutummiksi sekä luoda uusia yhteistointoja lähialueen toimijoiden kanssa.

Tutustujat ja vierailijat toivotettiin lämpimästi tervetulleiksi toimitiloihin. Henkilökunta tai aktiivijäsen esitteli yhdistyksen toimintaa.

### Muut ulkoisen viestinnän tiedostuskanavat

Yhteistyökontakteissa hyödynnettiin aktiivisesti jäsenistön yhteyksiä muihin yhdistyksiin, yrityksiin ja yhteistyötahoihin. Hyvät Tuulet ry:n toiminnasta voi lukea myös Avomielin-yhteisön yhteisiltä nettisivuilta ([www.avomielin.fi](http://www.avomielin.fi)).

Pääkaupunkiseudun mielenterveysyhdistysten yhteinen Avomielin-lehti ilmestyy kerran vuodessa, marraskuussa Mielenterveysmessuille. Lehdessä julkaistiin yhdistysten jäsenten kirjoittamia juttuja ja tietoa Avomielin -yhdistyksistä.

### Sisäinen viestintä

Vuonna 2015 lähetettiin perinteiset neljä jäsenlehteä jäsenille kotiin. Tiedotteissa kerrottiin ajankohtaista tietoa yhdistyksen tapahtumista, puheenjohtajan ja toiminnanohjaajien terveiset, jäsenten terveisiä eri tapahtumista ja jäsenten tekemiä piirroksia, runoja sekä tarinoita. Yhdistyksen sisäistä tiedotusta parannettiin muun muassa laittamalla selkeät mainokset retkistä ja tapahtumista hyvissä ajoin ilmoitustauluille. Tapahtumista ilmoitettiin myös yhdistyksen omilla verkkosivuilla ([www.hyvattuulet.fi](http://www.hyvattuulet.fi)) sekä Facebookissa.

Tärkeä tiedotuksen väylä oli myös jäsenkahvit kerran kuussa, ne mahdollistivat suoran keskustelun ja yhteisen suunnittelun jäsenistön kanssa. Jäsenet saivat myös MTKL:n Revanssi-lehden 4 kertaa vuodessa.

Sääntömääräisten kokousten kutsut ilmoitettiin jäsenkirjeessä keväällä ja syksyllä.

### Yhteistyö

Toimintasuunnitelman tavoitteiden mukaisesti verkostoissa työskentely oli aktiivista vuoden 2015 aikana. Yhteistoiminnan avulla kehitetään mielenterveyspalvelujen saatavuutta ja laatua yhdessä muiden toimijoiden kanssa, ja saadaan mielenterveyskuntoutujien ”ääni” kuuluviin erilaisissa tilanteissa. Lisäksi verkostoissa voi jakaa kokemuksia, oppia uusia asioita ja kuulla päivityksiä tärkeistä asioista.

Yhteistyötä jatkettiin vuonna 2015 muun muassa seuraavien tahojen kanssa:

- Vantaan kaupungin sosiaali-, terveys- ja liikuntatoimi sekä vapaaehtoistoiminnan yksikkö

Vantaan seurakuntayhtymä ja seurakunnat

Peijaksen sairaalan psykiatrian yksiköt (HUS)

Mielenterveyden Keskusliitto

Suomen Mielenterveysseura, Vantaan alueen Mielenterveysseura

pääkaupunkiseudun mielenterveysyhdistykset (Avomielin-yhteistyö)

FinFami ry, Vantaan Omaistoiminnan neuvottelukunta

Vantaan vammaisneuvosto

Vantaan klubitalo

Espoon Järjestöjen Yhteisö ry (EJY)

Vantaan eri asumispalveluyksiköt

Oppilaitokset: Laurea Ammattikorkeakoulu, Vantaan ammattiopisto Varia, Keski-Uudenmaan ammattiopisto Keuda, Kiipulan ammattiopisto, Amiedu, Stadin ammattiopisto, DIAK ja Diakoniaopisto, Omnia Espoo

Vantaan järjestörinta

### 10.1. Avomielin-yhteistyö

Vuonna 2015 osallistuttiin edelleen antoisan Avomielin-yhteistyöhankkeen kaikkiin kokouksiin ja tapahtumiin, yhteistyötä on tehty jo 10 vuotta. Yhteistyöhankkeen muodostavat Espoon mielenterveysyhdistys EMY ry, Tukiyhdistys Karvinen ry, Tukiyhdistys Majakka ry, Vantaan Mielenterveysyhdistys Hyvät Tuulet ry sekä Kirkkonummen seudun Mielenterveysyhdistys Kisu ry.

Yhdistysten kanssa toteutetaan yhteisiä retkiä ja osallistutaan erilaisiin tapahtumiin, esimerkiksi Mielenterveysmessuille. Yhdistykset viettävät yhteisiä juhlia, esim. Marrasillat ja julkaisevat yhteistä Avomielin-lehteä jaettavaksi Mielenterveysmessuilla. Lisäksi jo kolmena vuonna on järjestetty yhdistysten kesken leikkimielisiä turnauksia kuten keila-, minigolf- ja biljarditurnaus sekä onkikilpailut.

Yhdistysten luottamushenkilöt viettävät virkistystapaamisia kaksi kertaa vuodessa, samoin yhdistysten työntekijät tapaavat keskenään kaksi kertaa vuodessa.

### 10.2. Mielenterveyden keskusliitto

Yhdistyksen jäsenet osallistuivat **Mielenterveyden keskusliiton** järjestämiin tapahtumiin. Iloliikkuja-tapahtumissa talvella ja loppukesästä oli yhdistyksen jäseniä mukana suunnittelemassa ja toteuttamassa tapahtumia yhdessä Mielenterveyden keskusliiton, Avomielin -yhdistysten, Mielenterveysyhdistys HELMI ry:n, Niemi-kotisäätiön, Auroran fysioterapia- ja liikuntapalveluiden, Läntisen mielenterveysyksikön, Helsingin kaupungin liikuntaviraston ja Suomen moniääniset ry:n kanssa.

Keväällä 2015 yhdistys oli mukana 15 muun yhdistyksen kanssa toteuttamassa eduskuntavaalien yhteydessä järjestettyä Pieni Ele-keräystä Vantaalla. Yhdistyksellä oli 6 ennakko-äänestyspaikkaa päivän ajan, ja varsinaisena vaalipäivänä olimme viidellä äänestyspaikalla. Keräys sujui hyvin 32 vapaaehtoisen voimin, muutaman tunnin vuoroissa. Yhdistys sai keräyksestä lähes 1 600 € ja saman verran meni Mielen terveyden keskusliitolle, koska keräystulos jaetaan tasan keräävän yhdistyksen ja keskusjärjestön kesken.

MTKL järjesti myös 2 seuturyhmätapaamista (7.5., 3.11.), joissa Etelä-Suomen yhdistykset saivat yhdessä pohtia ajankohtaisia asioita ja suunnitella yhteistyötä. Molemmissa oli yhdistyksen edustajia mukana. Yhdistyksen edustaja oli myös järjestöpäivillä Jyväskylässä 23.-24.11.

### **10.3. Vantaan kaupunki**

Vantaan Mielen terveysyhdistys Hyvät Tuulet ry solmi keväällä 2015 Vantaan kaupungin kanssa kumppanuussopimuksen. Yhdistyksemme on nostettu merkittävää yhteiskunnallista työtä tekeväksi järjestöksi (MYT), joita Vantaalla on kahdeksan. Tiivistimme yhteistyötä toisen MYT-järjestön eli Vantaan Järjestöringin kanssa ja teimme kaupunginhallitukselle ehdotuksen Kansalaistoiminnan keskus ”Leinikin” perustamisesta 960 neliön tiloihin. Kaupunki hyväksyi suunnitelman, joten Tilakeskus vuokrasi käyttöömmme tilan, josta 300 neliötä tulee yhdistyksemme käyttöön ja loput Järjestöringille. Molemmilla järjestöillä on siis omat tilat, mutta aloitamme tiiviin yhteistyön kehittäksemme mahdollisimman toimivan matalan kynnyksen kohtaamispaikan alkuvuodesta 2016.

Terveyskeskusten depressiohoitajilla on yhdistyksen esittelykansiot, he voivat ohjata asiakkaitaan tutustumiskäynnille. Myös aikuissosiaalityöstä työntekijöitä käy tutustumiskäynneillä asiakkaan kanssa. Kaupungin liikuntapalveluja käytämme paljon, ja yhtä kuntosaliryhmää ohjaa Tikkurilan terveysaseman fysioterapeutti.

### **10.4. 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 pyydettäessä esittelemässä yhdistystä HUS:n omissa tilaisuuksissa ja koulutuksissa.

Vanhuspsykiatrian ja mielialahäiriöpoliklinikoilla järjestetään ns masennuksen kertaus-kurssia niille potilaille, joita ollaan siirtämässä erikoissairaanhoidon piiristä omalle terveysasemalle hoitoon. Kurssin yhtenä aiheena on kolmannen sektorin toiminta, jolloin käymme esittäytymässä ja tarjoamassa mahdollisuutta vertaistukeen ja vapaa-ehtoistyöhön.

Huhtikuusta 2014 yhdistyksen jäseniä ja työntekijöitä on myös käynyt Peijaksen sairaalan psykiatrisella osastolla kerran kuussa esittelemässä Hyvät Tuulet ry:n toimintaa. Esittelijät käyvät P2-osastolla, mutta kuulijoita tulee myös osastoilta P1 ja P3. Myös uudet henkilökunnan jäsenet ovat osallistuneet infoihin.

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

### **10.5. 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 Holman leirikeskukseen toukokuussa.

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 2105 järjestettiin viides kynttilä-tapahtuma, sunnuntaina 15.11. Tikkurilan seurakunnan Olotilassa. Ohjelmassa oli musiikkiesityksiä ja puheenvuoroja. Tapahtumassa puhuivat yhdistyksen puheenjohtaja, seurakuntayhtymästä Peijaksen sairaalapappi Markku Elo, Vantaan alueen mielenterveysseuran puheenjohtaja Hannele Tuominen, MTKL:n hallituksen puheenjohtaja kansanedustaja Kari Tolvanen sekä Surunauha ry:n entinen puheenjohtaja Pörri Ojala. Kynttiläkulkueessa itsemurhan tehneiden muistoksi käveltiin Veinin Myllyn rantaan, jossa hiljaisen hetken jälkeen juotiin glögit. Tapahtumaan osallistui yli 20 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. Vuosittain järjestetään yksi 20 hengen koulutus ja tukihenkilöiden välitys tapahtuu Vantaan alueen mielenterveysseuran kautta. Vuoden 2015 koulutus oli helmi-huhtikuussa.

### **10.6. Yhteistyö oppilaitosten kanssa**

Yhteistyö pääkaupunkiseudun oppilaitosten kanssa on tuonut yhdistykseen sosionomi- ja lähihoitajaopiskelijoita. Vuosittain opiskelijaharjoitteluja ohjataan yli kymmenen. Jokainen opiskelija suunnittelee ja toteuttaa harjoittelun aikana opinto- tai harrasteryhmän, juhlan tai retkipäivän. Harjoittelu mielenterveyskuntoutujien etujärjestössä tarjoaa opiskelijalle mahdollisuuden kehittää monipuolisesti taitojaan asiakkaan kokonaisvaltaisen kuntoutumisen tukemisessa sekä yhteisön ohjaamisessa.

Opiskelijat ovat tuoneet positiivista ilmapiiriä ja raikkaita näkemyksiä yhdistyksen arkeen. Opiskelijoiden läsnäolo rikkoo positiivisessa mielessä arjen liiallista rutinoitumista ja tuo yhdistykselle tuulahduksen uutta sosiaali- ja terveysalan osaamista. Vuorovaikutus opiskelijoiden ja jäsenten välillä vahvistaa jäsenten sosiaalisia taitoja.

Lähihoitajaopiskelijoita käy yhdistyksessä pitämässä luovan toiminnan teemapäiviä, muun muassa musiikkia, teatteria ja rentoutusta. Sosionomiopiskelijat ovat tehneet lopputyönään yhdistykselle muun muassa laatukäsikirjan ja koko jäsenistölle lähetetyn jäsenkyselyn.

## 10.7. Toiminta välityömarkkinoilla

Yhdistyksessä on myös harjoittelijoita työkokeilun ja kuntouttavan työtoiminnan kautta. Harjoittelijoita on saatu muun muassa Vantaan TE-toimiston ja kaupungin Työraide-hankkeen, Riihenaika Oy:n sekä Kiipulan ammattiopiston kautta. Yhdistys on toiminut vuodesta 2011 matalan kynnyksen työllistäjänä tarjoten harjoittelu-, työkokeilu- ja tukityöllistymismahdollisuuksia pitkäaikaistyöttömille ja kuntoutujille.

### Toiminnan arviointi ja kehittäminen

Yhdistyksellä oli vuonna 2015 runsaasti toimintaa, joka on tukenut tavoitteita. Seuraavassa hieman arviointia miten vuodelle asetetut tavoitteet ovat toteutuneet:

#### 1. Mielekkääksi koetun toiminnan ylläpitäminen ja kehittäminen

- Jäsenien toiveita on kuunneltu retkiä suunniteltaessa ja toimintaa toteuttaessa. Viikko-ohjelmien ryhmätarjonta on ollut molemmissa toimipisteissä runsasta. Tähän tavoitteeseen olemme päässeet, esimerkiksi kävijämääristä päätellen.

#### 2. Tiedotuksen kehittämisprojekti

- Yhdistys teetti käyntikortteja ja esitteitä, uudisti internet -sivunsa ja aktivoi facebookia. Markkinoilla ja tapahtumissa oltiin aktiivisesti mukana. Varsinaista projekti-suunnitelmaa ei kuitenkaan tehty, vaikka toimintaa kehitettiinkin. Vuonna 2015 tehtiin toimintastrategia, jota päivitetään vuosittain.

#### 3. Nuorten (alle 35-v) mielenterveyskuntoutujien saaminen mukaan toimintaan

- Nuorten toiminnasta tehtiin esitteitä, ja niitä lähetettiin ja vietiin laajasti pitkin Vantaata. Nuorten ryhmät aloittivat keväällä 2015 ja loppuvuodesta toimintaa aktivoimaan otettiin työkokeilija. Joulukuussa toimipisteillä oli yhteinen elokuva- ja iltapalaretki, johon osallistui kymmenisen nuorta. Yhteistyöverkoston kautta oli valmiiksi jo tieto, että kohderyhmää on haastava saada toimintaan mukaan. Osa nuorista on alkanut käymään myös päivisin yhdistyksen toiminnassa mukana, joten varovaisen tyytyväisiä voimme olla toiminnan käynnistymisestä.

#### 4. Maahanmuuttajataustaisten kuntoutujien saaminen mukaan toimintaan

- Nuorten toiminnan käynnistäminen vei resursseja niin, että maahanmuuttajille toimintaa ei varsinaisesti markkinoitu. Yhdistyksessä oli kuntoutujia sekä työkokeilijoita useasta eri kulttuurista, joten siltä osin maahanmuuttajataustaisia oli mukavasti toiminnassa mukana.

#### 5. Toiminnan lisääminen miehille

- Miestenkerho teki retkiä ja tapasi aktiivisesti keskusteluryhmässä viikoittain. Monipuolinen liikuntatarjonta innosti myös miehiä mukaan toimintaan. Retket olivat miehille mieluisia kohteita ja mukaan lähti miehiä molemmista toimipisteistä.

#### 6. Terveellisten elämäntapojen tukeminen

- Kummassakin toimipisteessä toteutui painonhallintaryhmät ja tarjolla oli monipuolinen lounas arkisin. Liikuntaa lisättiin huomattavasti yhdistyksen toiminnassa ja tarjonnassa.

## 7. Verkostotyöskentelyn syventäminen ja laajentaminen

- Yhdistys oli aktiivisesti mukana monien toimijoiden kanssa. Tämä on kuitenkin osaluokka, jota on ehdottomasti hyvä kehittää vielä jatkossa.

### 11.1. Jäsenpalaute

Jäsenpalautetta käytetään ensisijaisena toiminnan laadun mittarina ja suunnan näyttäjänä toiminnan kehittämiseksi. Syys- ja kevätkokouksien yhteydessä tehtiin jäsenkysely, jossa kerättiin jäseniltä palautetta jäsenpalautelomakkeella. Tulosten perusteella nousivat Lauhatuulen tilojen ahtaudesta johtuvat ongelmat 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 kävijöiden hyvinvointiin.

Kummankin toimipisteen palautelaatikkoihin tulleet palautteet käsiteltiin yhdessä jäsenistön kanssa kuukausittain jäsenkahvien yhteydessä ja tarvittaessa asiat vietiin eteenpäin hallituksen kokouksiin.

### 11.2. Hallituksen kehittämispäivät

Toiminnan arvioinnin apuna yhdistyksen hallitus käytti MTKL:n ”arvioinnin ja kehittämisen työkalua”, joka auttoi hahmottamaan toiminnan vahvuuksia ja kehittämistarpeita. Hallituksen kehittämispäiviä järjestettiin vuonna 2015 keväällä ja syksyllä. Syksyn kehittämispäivässä keskusteltiin työnohjaajan kanssa hallituksen tehtävistä, vastuualueiden jakamisesta ja yhdistyksen toiminnan kehittämisestä.

## 12 Lopuksi

Vuosi 2015 oli kokonaisuudessaan toiminnantäyteinen, yhdistyksessä tapahtui paljon ja monia uusia vapaaehtoisia tuli mukaan toimintaan. Nuorten toiminta on vihdoin saatu käyntiin, liikuntaharrastukset ovat muuttuneet pysyväksi osaksi toimintaa ja miehille on kehitetty omaa toimintaa, näiltä osin voimme olla tyytyväisiä.

Huolta ovat aiheuttaneet molempien toimitilojen ahtautek. Kerhotoimintaa oli aamusta iltaapäivään, useitakin kerhoja samaan aikaan. Koska tiloja ei ole enempää, on ollut pakko suuntautua ulospäin ja ulkoistaa kaikki liikuntatoiminta. Myös erilaisia tutustumisretkiä on tehty ja lähialueiden kulttuuritarjontaa käytetty ahkerasti.

Yhdistyksen monipuolinen ja aktiivinen toiminta tarvitsisi tulevaisuudessa lisää vakituisia työntekijöitä, sillä välityömarkkinoiden suhteellisen lyhyet työsuhteet aiheuttavat turhaa levottomuutta ja jatkuvaa perehdyttämisen tarvetta. Jäsenistö kokee myös turhauttavana työntekijöiden jatkuvan vaihtumisen ja aina uusiin ihmisiin tutustumisen,

tutuille ihmisille olisi helpompi jutella. Tavoitteena olisi saada lähitulevaisuudessa vakituiset järjestöyöntekijät, jotka olisivat alalle koulutettuja ja pitkäaikaisessa työsuhteessa.

Vuoden 2015 aikana yhdistykselle saatiin aikaiseksi visio ja strategia seuraaville 5 vuodelle. Yhdistyksen strategiapäivässä keskusteltiin liikunnan ja luonnon merkityksestä, ja vuosi oli hyvä ponnahdus tuleviin painotuksiin. Strategiaa päivitetään vuosittain kokemusten pohjalta, vastaten muuttuviin tarpeisiin.

Odotamme innolla tulevaa vuotta ja Leinikin uusia tiloja alkuvuodesta. Lauhatuuli siirtyy uuteen aikaan tuplasti suurempien tilojen myötä, vanhat tilat palvelivat meitä lähes 25 vuotta.