



TOIMINTASUUNNITELMA 2018

Vantaan Mielensterveysyhdistys Hyvät Tuulet ry



Lauhatuuli

Leinikkitie 22 C
01350 Vantaa
09 – 8734386
lauhatuuli@hyvattuulet.fi

Myöhätuuli

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

Sisällys

Sisällys

1 Perustietoa ja painopistealueet vuonna 2018	3
2 Toimintaympäristö ja kävijämäärät	4
3 Hallinto	5
4 Talous	6
5 Jäsenistö	7
6 Toiminta	7
6.1. Ryhmät, retket ja tapahtumat	8
6.2. Muuta toimintaa	10
6.3. Nuoret, alle 30-vuotiaat mielenterveyskuntoutajat	11
6.4. Uusien kohderyhmien tavoittaminen	11
7 Henkilöstö	11
8. Tiedotus ja viestintä	13
9. Yhteistyö	14
10. Toiminnan arviointi ja kehittäminen	17

1 Perustietoa ja painopistealueet vuonna 2018

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 sekä yhdistää ja aktivoida alueen mielensterveyskuntoutujia. Toiminnan tarkoitus on tukea asiakkaiden mielensterveyttä sekä tehdä ennaltaehkäisevää mielensterveystyötä. Tänä päivänä yhteisöillä on yhä keskeisempi merkitys hyvinvoinnin tuottajina. Monet yhdistyksen asiakkaista ovat yksinäisiä, yksin asuvia ja monista syistä syrjäytymisuhan alla. Mielensterveysyhdistysten toiminnan tarve kasvaa samassa suhteessa kuin mielensterveysongelmat lisääntyvät. Siksi yhdistyksen toiminnalle on selkeä tarve.

Yhdistyksen yhtenä tärkeänä tavoitteena on saada kuntoutujien ääni kuuluviin erilaisia kunnallisia päätöksiä tehtäessä, eli toimia omalta osaltaan mielensterveyskuntoutujien edunvalvojana.

Yhdistys tarjoaa asiakkailleen vertaistukea, toimintaa, virikkeitä ja mielekästä tekemistä. Yhdistyksellä on kaksi kodinomaista toimitilaa, joissa jäsenet voivat kartuttaa sosiaalisia kontaktejaan sekä kokea kuuluvansa ryhmään. Yhdistys tarjoaa keskustelu- ja valistustilaisuuksia, erilaisia ryhmiä, opintotoimintaa sekä retkiä ja matkoja. Yhdistys on kuntoutujalle mahdollisuus olla aktiivitoimija vertaistensa parissa.

Toiminta perustuu vapaaehtoisuuteen ja vertaistukeen sekä vahvaan verkostotyökentelyyn. Toimintaan osallistuminen tapahtuu kävijöiden 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.

Muutostarpeet ja toiminnan kehittäminen vuonna 2018

Tulevana toimikautena 2018 yhdistys jatkaa hyviksi havaittuihin käytäntöihin perustuvaa työtä mielensterveyskuntoutujien parissa sekä *laajentaa toimintaansa selkeämmin myös vielä työelämässä olevien kuntoutujien tukemiseen*. Yhdistys kokee tärkeäksi huomioida toiminnassaan myös ne ihmiset, jotka tarvitsevat tukea pysyäkseen mukana työelämässä ja yhteiskunnassa. Helsingin Sanomien (Vasantola, Satu 10.9.2017) mukaan arviolta 250 000 suomalaista kärsii masennuksesta. Vuodenvaihteessa 2017 heistä 31 500 oli työkyvyttömyyseläkkeellä. Näistä ihmisistä osa pystyttäisiin hoidon ja tuen avulla pitämään mukana työelämässä. Hyvät Tuulet ry:n tavoitteena vuonna 2018 on tukea konkreettisesti tätä asiakaskuntaa järjestämällä mielensterveyttä tukevia tilaisuuksia ja ryhmiä. Tilaisuudet järjestetään iltaisin, jolloin myös työssäkäyvien ihmisten on mahdollista osallistua niihin. Tilaisuuksissa kävijöillä on mahdollisuus tavata asiantuntijoita, yhdistyksen työntekijöitä ja vertaisia sekä saada tietoa ja konkreettisia keinoja mielensterveyden ylläpitoon. Yhdistyksen työntekijät auttavat tarvittaessa asiakkaita myös ammattilaisten avun hakemisessa. Tavoitteen toteuttamiseksi tarvitaan lisää palkattua työvoimaa, sillä kohderyhmän tavoittamiseksi on tehtävä paljon tiedotusta ja verkostotyötä. Työn onnistumisen kannalta on olennaista, että yhdistys pystyy palkkaamaan järjestötyöntekijöiksi alan koulutuksen

saaneet henkilöt. Palkattavien järjestöyöntekijöiden työnkuvat löytyvät liitteenä toimintasuunnitelman lopusta.

Verkostotyöskentelyä syvennetään ja laajennetaan koko Vantaan alueella sekä jatketaan pääkaupunkiseudulla toimivien mielenterveysyhdistysten Avomielin-yhteistyötä. Tärkeiksi yhteistyökumppaneiksi ovat kuluneina vuosina nousseet Helsingin ja Uudenmaan sairaanhoitopiiri, Vantaan kaupunki (sosiaali- ja terveystoimi) sekä alueen järjestötoimijat. Verkosto- ja yhteistyötä syvennetään myös yksityisesti tuetun asumisen palvelua tarjoavien yritysten kanssa. Monissa tuetun asumisen yksiköissä asiakkaat eivät jaksaa valmistaa itselleen lämpimiä aterioita. Hyvien Tuulten toimipisteiden tarjoama lounas antaa näille ihmisille mahdollisuuden ruokailla edullisesti ja terveellisesti sekä antaa heille syyn lähteä asunnoistaan ihmisten pariin. Ruokailu yhdessä vertaisten kanssa on myös sosiaalinen tapahtuma ja ehkäisee syrjäytymistä.

Lisäksi painopistealueina ovat ryhmätoiminnan edelleen kehittäminen kuntoutujien tarpeita vastaaviksi ryhmiksi, nuorten (alle 30-vuotiaiden) mielenterveyskuntoutujien saaminen mukaan toimintaan tekemällä aktiivista yhteistyötä alueen muiden toimijoiden kanssa sekä maahanmuuttajataustaisten henkilöiden mielenterveyden tukeminen tarjoamalla mahdollisuus osallistua toimintaan sekä tarjoamalla mahdollisuutta harjoitteluihin (suomen kielen käyttö ja työelämään sekä kulttuuriin tutustuminen).

Koska yhdistyksen toiminta pohjaa vahvasti vertaistukeen, toimintaan tarvittaisiin lisää vapaaehtoisia ohjaamaan ryhmiä ja toimimaan kokemusasiantuntijoina. Mikäli yhdistykselle saadaan palkattua kaksi uutta työntekijää, tavoitteena on myös kehittää vapaaehtois-toimintaa ryhdikkäämmäksi ja saada mukaan lisää vapaaehtoisia.

2 Toimintaympäristö ja kävijämäärät

Yhdistyksellä on kaksi olohuonetyyppistä matalan kynnyksen kohtaamispaikkaa: Myöhätuuli Pähkinärinteessä ja Lauhatuuli Simonkylässä. Molemmissa toimipisteissä on olohuone- ja ruokailutilat, keittiö, askartelu- ja käsityötilat sekä atk-tilat. Kohtaamispaikat ovat arkisin auki klo 9–15. Lauhatuuli on auki vapaaehtoisvoimin joka toinen lauantai (parittomat viikot) klo 12-16 ja Myöhätuuli joka toinen lauantai klo 11.30-15 (parilliset viikot).

Nuorten aikuisten toiminta on keskittynyt vuonna 2017 Myöhätuuleen. Järjestöyöntekijän vetämä ryhmä on kokoontunut viikoittain. Vuonna 2018 tavoitteena on saada nuortenryhmä käyntiin myös Lauhatuuleen.

Yhdistys on 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 myös useina pitkinä juhlapyhinä vuoden mittaan, jotta yksinolo ei käy liian pitkäksi ja ahdistavaksi.

Lauhatuuleen ja Myöhätuuleen toimivat yhdistyksen erilaiset ryhmät, ja arkipäivinä on mahdollisuus edulliseen lounasruokailuun. Keittiö toimii myös kahvilana. Tarjolla on koko päivän edullisesti kahvia, leivonnaisia, sämpylöitä ja hedelmiä.

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

Kävijämäärät

Yhdistyksen kävijämääriä seurataan vieraskirjojen avulla. Todellisuudessa kävijöiden määrä on noin 10 % suurempi kuin kirjattujen kävijöiden määrä, koska kaikki eivät laita nimeään kirjaan. Vuodesta 2009 kävijöiden määrä on lisääntynyt lähes kaksinkertaiseksi, joka kertoo matalan kynnyksen kohtaamispaikan tarpeellisuudesta Vantaalla.

Hyvät Tuulet ry:n kävijämäärän kehitys vv. 2009–2016

Vuosi	2009	2013	2016	tammi-heinäkuu 2017
Lauhatuuli	4 611	7 119	7 266	4364
Myöhätuuli	2 790	4 015	4 441	2605
Yhteensä	7 40	11 134	11 707	6703

Yhdistyksen tavoitteena on vielä työelämässä oleville kuntoutujille järjestetyn toiminnan myötä kasvattaa kävijöiden määrää. Uusien henkilöiden palkkaus ja perehdyttäminen sekä uusien toimintamallien kehittäminen ja vakiinnuttaminen vie kuitenkin oman aikansa ja todelliset vaikutukset kävijämäärään näkyvät vasta pidemmällä aikavälillä seuraavien vuosien aikana.

3 Hallinto

Hyvät Tuulet ry:n hallitus koostuu yhdistyksen jäsenistä. Hallituksessa on puheenjohtajan lisäksi kuusi jäsentä ja kolme varajäsentä. Hallituksen jäsenille määritellään tarkoituksenmukaiset vastualueet ja tehtävät. Yhdistyksen toiminnanohjaajat tekevät tiivistä yhteistyötä hallituksen kanssa, toinen heistä toimii kokouksissa sihteerinä. Hallituksen asiantuntijajäsenenä on toiminut vuodesta 2010 asti kaksi HUS:n edustajaa.

Hallitus kokoontuu noin kolmen viikon välein. Hallituksen puheenjohtaja toimii toiminnanohjaajien esimiehenä. Toiminnanohjaajat toimivat kumpikin oman yksikkönsä esimiehinä tukityöllistetyille, työkokeilijoille ja opiskelijoille.

Yhdistys järjestää vuosittain kaksi sääntömääräistä kokousta: syys- ja kevätkokouksen. Syyskokouksessa jäsenet valitsevat yhdistyksen hallitukseen jäsenet ja varajäsenet erovuorossa olevien tilalle, ja joka toinen vuosi valitaan puheenjohtaja. Lisäksi syyskokouksessa vahvistetaan seuraavan vuoden toimintasuunnitelma ja talousarvio, jäsenmaksujen suuruudet sekä valitaan tilintarkastaja/toiminnantarkastaja. Kevätkokouksessa vahvistetaan tilinpäätös, myönnetään vastuuvapaus hallitukselle sekä esitetään toimintakertomus ja tilintarkastajan/toiminnantarkastajan lausunto.

4 Talous

Hyvät Tuulet ry:n toimintaa rahoittavat STEA ja Vantaan kaupunki. STEA:lta haetaan vuodelle 2018 rahoitusta perustoimintaan 194 000€. Vantaan kaupungilta haetaan avustusta 35 000€ ja Viola Ranin-säätiöltä 25 000€.

STEA:n tukea haetaan aikaisempaa enemmän, toiveena mahdollisuus palkata kaksi koulutettua järjestötyöntekijää (kustannukset yht. 60 000€) toistaiseksi voimassaolevalla sopimuksella helpottamaan yhdistyksen kasvavaan kysyntään vastaamista sekä jäntevöittämään toimintaa ja mahdollistamaan pitkän aikavälin suunnitelmia. Pitkäjänteiset suunnitelmat ja pysyvät työntekijät tukevat kiistatta sekä työntekijöiden että kuntoutujien jaksamista arjessa. Vielä työelämässä oleville kuntoutujille suunnatun toiminnan toteuttamiseen sekä vapaaehtoistyön suunnitelmalliseen organisointiin (vapaaehtoisten rekrytointi, perehdyttäminen ja tukeminen) tarvitaan koulutettujen työntekijöiden panosta.

Yhdistys ei tuota myytäviä palveluita.

Yhdistyksen kummassakin toimipisteessä toimii keittiö, josta myydään jäsenille edullisia lounaita ja virvokkeita. Kahviloissa myydyistä lounaista ja virvokkeista lasketaan jäävän voittoa noin 2 000€ vuonna 2018. Tuotto käytetään suoraan jäsenoimintaan ja yhdistyksen ylläpitokustannuksiin.

Yhdistys ostaa kirjanpito- ja työnohjauspalvelut ulkopuoliselta taholta ja varaa rahaa myös työhyvinvoinnin lisäämiseen. Kirjanpito- ja työnohjauspalveluihin on varattu budjetissa 7 000€ ja työnohjaukseen, työterveyshuoltoon ja työhyvinvoinnin edistämiseen 5 500€.

Jäsenmaksu on 15 € kalenterivuodessa, vuoden 2018 budjettiin on laskettu jäsenmaksutuotoiksi 6 000 €. Tästä summasta maksetaan Mielenterveyden keskusliitolle jäsenmaksua 4 €/jäsen.

Taloudenhoidossa noudatetaan tarkkaa harkintaa ja tarpeelliset hankinnat tehdään laatu- ja hintavertailujen pohjalta. Lisärahoitusta hankitaan aktiivisesti esimerkiksi uusien jäsenten hankinnalla, opiskelijaohjauksilla, hakemalla avustuksia, kahvilatoiminnalla, retkien ja ryhmien omavastuuosuuksilla, kannatusjäsenyyksillä sekä valmistamalla talkootyönä myyjäisissä myytäviä tuotteita. Lisäksi aktivoidaan jäseniä huolehtimaan jäsenmaksuistaan.

Vuonna 2018 yhdistys on edellisvuoden tapaan mukana PieniEle -keräyksessä presidentinvaalien aikana tammi-helmikuussa. Keräykset ovat tuottaneet hyvin rahaa sekä yhdistykselle että Mielenterveyden Keskusliitolle.

Talousarvion toteutumista seurataan hallituksen kokouksissa. Taloudenhoitaja, joka on nimetty vuosittain järjestäytymiskokouksessa, huolehtii yhdistyksen rahaliikenteestä yhdessä toiminnanohjaajien kanssa. Yhdistyksen taloussääntö tuli voimaan vuoden 2016 alusta ja sitä tarkistettiin syksyllä 2017.

5 Jäsenistö

Hyvät Tuulet ry:ssä oli v.2017 elokuussa 468 jäsentä. Varsinaisiksi jäseniksi voivat liittyä yksityishenkilöt ja kannatusjäseniksi yksityishenkilöt, yritykset ja yhteisöt.

Yhdistyksen jäsenet ovat pääosin mielenterveyskuntoutujia, suurin osa kävijöistä on kuntoutustuella tai eläkkeellä/osa-aikaeläkkeellä. Myös kuntoutujien ystäviä ja omaisia on jäsenenä.

Yhdistyksen toiminta perustuu vapaaehtoistyö-ajatukseen, jossa 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.

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. Kerran kuussa järjestettävillä jäsenkahveille osallistutaan kummassakin toimipisteessä erittäin aktiivisesti. Jäsenillä on myös päivittäin mahdollisuus keskustella työntekijöiden kanssa

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

Aktiivisesti toimintaan osallistuvat jäsenet huomioidaan kaksi kertaa vuodessa järjestämällä heille yhteinen kakkukahvitus ja virkistystoimintaa. Lisäksi hallituksen jäsenet osallistuvat kaksi kertaa vuodessa Avomielin-yhteistyössä järjestettyihin virkistyshenkisiin luottamushenkilötapaamisiin. Vuonna 2018 kiinnitetään entistä enemmän huomiota vapaaehtoistöiden tasaisempaan jakautumiseen yhdistyksen jäsenten kesken. Tähän pyritään esimerkiksi selkeämmällä vastuualue- ja tehtäväjaolla, ja seuraamalla vapaaehtoisten jaksamista tarkemmin.

Kannatusjäseniä yritetään saada yhdistykseen lisää vuonna 2018 panostamalla markkinointiin mm. kannatusjäsenten hankintakirjeen uudistamisella ja uusien kohdennettujen esittelymateriaalien painamisella. Myös tavallista jäsenhankintaa tehostetaan, esimerkiksi kaupungin aikuissosiaalityön kautta.

6 Toiminta

Yhdistys toimii matalan kynnyksen kohtaamispaikkana kaikille, jäseneksi voivat liittyä kaikki halukkaat. Yhdistyksen toiminnan tavoitteena on luoda mielenterveyskuntoutujille vertaistukeen perustuva, voimaannuttava ympäristö, joka aktivoi ja tukee jäsenten arkea ja elämänhallintaa. Yhdistyksen tavoitteena on edistää jäsenten mielenterveyttä sekä tehdä ennaltaehkäisevää ja kuntouttavaa mielenterveystyötä. Kuntoutujat saavat toisiltaan vertaistukea ja palautetta arjen tiimellyksessä. Mikäli jonkun jäsenen voinnissa tapahtuu selvää muutosta

suuntaan tai toiseen, toiset kuntoutujat antavat hänelle palautetta. Yhdistyksen tuki ei ole kuitenkaan terapeutista eikä hoidollista. Mikäli jäsenen vointi huononee, yhdistyksestä tuetaan tarvittaessa etsimään oikeita palveluita tilanteeseen. Yhteisö tuo suojaa ja turvaa vaihtuviin elämäntilanteisiin.

Toimintavuonna 2018 jäsenoimintaa kehitetään entistä laadukkaammaksi ja monipuolisemmaksi. Tavoitteena on vastata kävijöiden tarpeisiin entistä paremmin ja toisaalta saada uusia asiakkaita mukaan vapaaehtoistoimintaan. Vuonna 2018 toteutetaan entistä laajempi ja kattavampi asiakaskysely ja kartoitetaan näin asiakkaiden tarpeita toiminnan kehittämiseksi. Lisäksi toteutetaan palautekysely yhteistyökumppaneille.

Yhdistyksen arkitoiminta tukee monipuolisesti elämäntilanteiden taitoja kannustaen terveellisiin elämäntapoihin ja säännölliseen arkirytmiiin sekä tarjoten tietoa, tukea ja elämyksiä. Käytännössä tämä toteutuu mahdollisuutena terveelliseen kotiruokalounaaseen, ulkoiluun, liikuntahetkiin ja monipuolisiin toimintoihin yhdessä muiden kävijöiden kanssa.

6.1. Ryhmät, retket ja tapahtumat

Ryhmät

Yhdistyksen molemmissa toimipisteissä järjestetään erilaisia opinto- ja harrasteryhmiä, joita ohjaavat pääasiassa vapaaehtoiset jäsenet. Yhdistyksen työntekijät osallistuvat ryhmien ohjaamiseen tarpeiden ja resurssien mukaan. Vuonna 2018 yhdistys aktivoi edelleen jäseniään yhdistyksestä ulospäin etenkin liikunta- ja kulttuuriharrastusten pariin. Uutena toimintamallina on Vantaan kaupungin liikuntapalvelujen kanssa toteutettava kävijöiden omaehtoisen liikunnan tukeminen. Yhdistys korvaa Vantaan kaupungin erityisliikuntaryhmiin osallistuville henkilöille osan ryhmän osallistumismaksusta. Seuraavissa taulukoissa esimerkkinä syksyn 2017 ryhmät.

Lauhatuulen ryhmät 2017

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai
Joogaryhmä 1	Liikuntatuokio	ATK-opastus	Levyraati	Peliaamu	
Joogaryhmä 2		Lady-kerho			
Ruokailu Kävely	Ruokailu Kävely	Ruokailu Kävely	Ruokailu Kävely	Ruokailu Kävely	
Mindfulness-ryhmä Jäsenkahvit Omahoitoryhmä Kuntosali Vertaisryhmä	Askarteluryhmä Englannin kurssi Keilaus/Biljardi -vuoroviikoin Iltta-aukiolo 15-18	Askarteluryhmä Venäjän kurssi Vertaisryhmä Ohjattu kuntosali	Saksan keskustelu Äijäkerho Kuntosali Vertaisryhmä 15-16.30	Bingo Ranskan kurssi Karaoke/ yhteislaulu Sähly	auki klo 12-16 (parittomat viikot)

Myöhätuulen ryhmät 2017

Maanantai	Tiistai	Keskiviikko	Torstai	Perjantai	Lauantai
Musisointi/bändi-ryhmä	Vesijuoksu/uinti Sulkapallo	Livemusiikkia Karaoke	Pelisali/ Biljardi Kuntosali	Kuvataide-ryhmä	Äänien kuulevien ryhmä
Ruokailu Kävely	Ruokailu Kävely	Ruokailu Kävely	Ruokailu Kävely	Ruokailu Kävely	
Vertaisryhmä Jäsenkahvit Omahoitoryhmä Sähly	Nuorten ilta 16-18.30	Levyraati	Englannin keskustelu-kerho	Tietovisa Kieliryhmät: Italia Espanja Sähly	avoinna klo 11.30-15 (parilliset viikot)

Vertaisryhmät

Kaikille mielenterveyskuntoutujille avoimet vertaisryhmät jatkuvat vuonna 2018 totutusti molemmissa toimipisteissä, Myöhätuulen ryhmä ”Elämä heittelee” kokoontuu maanantaisin ja Lauhatuulen ryhmä torstaisin. Vertaisryhmissä käsitellään erilaisia hyvinvointiin ja jaksamiseen liittyviä teemoja kuten yksinäisyys, oireiden hallinta, rentoutuminen tai arjen voimavarat. Vertaisohjaajina toimivat jäsenet, jotka ovat saaneet vertaisohjaajakoulutuksen.

Myöhätuulen tiloissa kokoontuu lisäksi Moniääniset ry:n vertaisryhmä lauantaisin sekä alustavien suunnitelmien toteutuessa vuoden 2017 lopusta alkaen Kaksisuuntaiset ry:n vertaistukiryhmä.

Vuonna 2018 jatketaan Lauhatuulessa myös vertaisryhmiä sosiaalisten tilanteiden pelkotoiloista kärsiville, ryhmät on aloitettu vuonna 2017 HUS Peijaksen ehdotuksesta. Samoin HUSin ”perintönä” olemme tarjonneet FinFamille tilat moniperheryhmillä kuukausittain.

Retket

Viikko-ohjelman lisäksi yhdistyksen toimintaan kuuluvat erilaiset retket ja tutustumiskäynnit. Retkiä yhdistys toteuttaa sekä päiväretkinä lähiympäristöön, että pidempinä retkinä. Kesällä, kun kerhotoiminta on tauolla, retkiä tehdään viikoittain vaihteleviin kohteisiin. Retket suunnitellaan yhdistyksen jäsenten toiveiden pohjalta, ja niillä on paljon osallistujia. Lyhyemmillä retkillä omavastuu on aina puolet kustannuksista. Sen sijaan pidemmällä, koko päivän kesäretki ja Tallinnan retket, omavastuu on pienempi. Vuonna 2018 on tavoitteena tehdä enemmän ns. pitkiä retkiä esimerkiksi Avomielin- yhteistyökumppaneiden ja Järjestörinkiin kuuluvien vantaalaisten yhdistyksen kanssa. Ne yleensä houkuttelevat mukaan täyden bussillisen jäseniä ja heidän omaisiaan ja ystäviään.

Tapahtumat ja juhlat

Yhdistys järjestää vuosittain omille jäsenilleen perinnekulttuuriimme kiinnittyviä juhlatilaisuuksia yhdistyksen tiloissa ja niiden ulkopuolella. Vuonna 2018 yhdistys järjestää perinteisesti yhdessä vietetyt juhlat: ystävänpäiväjuhlan, vappuriehan, juhannusjuhlan, itsenäisyyspäivänjuhlan ja joulujuhlan. Tilaisuuksissa on usein leikkimielisiä kilpailuja/ -pelejä, yhteislauluja, esityksiä ja muuta mukavaa ohjelmaa. Joissakin juhlissa jäsenille tarjotaan ruoka ilmaiseksi tai kohtuullista maksua vastaan. Varsinkin joulujuhlaan panostetaan, silloin

vuokrataan joku ulkopuolinen tila ja juhlaa vietetään jäsenten ja kaikkien työntekijöiden kanssa yhdessä.

Juhlailaisuudet ovat jäsenillemme merkittäviä ja ne tavoittavatkin ison 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. Siksi toimipaikkoja on myös pidetty auki vapaaehtoisvoimin pitkien juhlapyhien aikana.

Vuonna 2014 aloitettiin yleisten liputuspäivien ja juhlapäivien huomioiminen ja sitä jatketaan myös vuonna 2018. Kahvikupin äärellä kerrotaan historiaa, miksi ko. päivää vietetään ja mitä perinteitä siihen liittyy. Muita juhlia ja tapahtumia järjestetään toimintavuonna 2018 jäsenten aloitteiden ja yhdistyksen mahdollisuuksien mukaan. Syksyllä 2017 aloitettuja ilmaisia puolenkuun puuroa ja aamupalaa jatketaan myös vuonna 2018 kuukausittain, ja jos se saa suosiota niin useamminkin. Syksyllä 2017 uudelleen aloitettujen sinkkuiltojen järjestämistä jatketaan myös ensi vuonna

Lisäksi yhdistys järjestää erilaisia yleisötilaisuuksia yhteistyössä sidosryhmien ja yhteistyökumppaneiden kanssa kuten Iloliikkuja-tapahtumat yhteistyössä mm Mielen terveyden keskusliiton kanssa, sekä Marrasiltamat, erilaiset turnaukset ja osallistuminen Mielen terveysmessuille Avomielin-yhdistysten kanssa. Yhdistys osallistuu myös Vantaan kaupungin Vapaaehtoistoiminnan tori –tapahtumaan sekä muihin tilaisuuksiin, jossa on mahdollisuus tavoittaa uusia vapaaehtoisia mukaan yhdistyksen toimintaan.

6.2. Muuta toimintaa

Koulutukset, kuntoutuskurssit ja tuetut lomat

Jäsenille tiedotetaan Mielen terveyden Keskusliiton (MTKL) koulutuksista, tilaisuuksista, kuntoutuskursseista ja virkistyslomista toimipisteiden ilmoitustauluilla. Jäseniä myös tuetaan taloudellisesti yhdistyksen toimintaa tukeviin koulutuksiin.

Yhdistys tarjoaa ja järjestää myös itse erilaisia koulutuksia jäsenille, esim. ryhmänohjaajakoulutus, hygieniapassi, ensiapukoulutus ja Vantaan alueen mielen terveysseuran Mielen terveyden Ensiapu 1 ja 2-koulutukset. Vantaan kaupungin Kulttuuriluotsi- koulutukseen voi myös osallistua.

Jo neljänä vuonna yhdistyksen jäsen on järjestänyt yhden pidemmän ulkomaanmatkan, vuonna 2018 järjestämme myös yhdistyksen tukeman viiden vuorokauden mittaisen kylpyläloman Viron Haapsaluun.

Terveys- ja hyvinvointipalvelut

Lauhatsuudessa käy hieroja kolmen viikon välein, ja Myöhätsuudessa sopimuksen mukaan. Molemmissa toimipisteissä käy jalkahoitaja ja kampaaja sovitusti.

Omahoitoryhmät ovat molemmissa toimipaikoissa kerran kuussa. Omahoitoryhmissä eri alojen asiantuntijat opastavat muun muassa terveyteen, hyvinvointiin ja taloudelliseen toimeentuloon liittyvissä teemoissa. Alustuksen jälkeen on mahdollisuus kysellä ja keskustella. Tarkoituksena on aktivoida jäseniä itsehoidossa, muuttamalla ajattelua passiivi-

sesta hoidon kohteena olemisesta aktiiviseksi toimijaksi, ottamaan vastuuta oman terveyden edistämisestä.

Myöhätulessa jäsenillä on mahdollisuus pestä pyykkiä sekä tavaravaihtopiste. Lauha-tulessa järjestään aika ajoin kierrätysviikkoja, jolloin jäsenet voivat tuoda itselle tarpeetonta tavaraa vaihtoon.

6.3. Nuoret, alle 30-vuotiaat mielenterveyskuntoutujat

Tavoitteena on edelleen kehittää yhdistyksen toimintaa niin, että se tarjoaisi myös nuoria mielenterveyskuntoutujia motivoivaa ja kiinnostavaa vapaa-ajantoimintaa kuntoutumisen tueksi, nuorten toiveiden suuntaisesti. Vuonna 2018 tavoitteena on vakiinnuttaa nuorille aikuisille suunnatun ryhmän toiminta säännöllisesti kerran viikossa tapahtuvaksi toiminnaksi molemmissa toimipisteissä. Tähän tarvitaan paitsi vahvaa verkostoitumistyötä nuorten tavoittamiseksi, myös työntekijöiden panosta.

Vuonna 2018 pyritään myös järjestämään yhdessä yhteistyökumppaneiden kanssa nuorille erilaisia tilaisuuksia ja tempauksia.

6.4. Uusien kohderyhmien tavoittaminen

Vuonna 2018 yhdistys lähtee toteuttamaan vielä työelämässä oleville kuntoutujille kohdistettua toimintaa ammattilaisvetoisten iltatilaisuuksien sekä ryhmien kautta. Työelämässä mukana olevat, esimerkiksi masennuksesta tai muista mielenterveyden ongelmista kärsivät, on uusi ja tärkeä kohderyhmä yhdistykselle. Pääasiassa iltaisin tapahtuvan toiminnan toteuttaminen vaatii lisää työntekijäresursseja ja siksi suunnitelmat ovat sidottuja STEA:lta saatavaan avustussummaan.

Yhdistyksen tavoitteena on vuonna 2018 jatkaa verkostoitumista Järjestöringin maahanmuuttajien neuvontapisteen ja muiden Vantaan maahanmuuttajatoimijoiden kanssa, jotta voisimme jatkossa saada paremmin maahanmuuttajataustaisia mielenterveyskuntoutujia mukaan toimintaamme. Neuvontapisteen kautta saadaan esiteltyä yhdistyksen toimintaa.

7 Henkilöstö

Yhdistyksen tavoitteena on saada molempiin toimipisteisiin toinen työntekijä (järjestötyöntekijä) työpariksi toiminnanohjaajan rinnalle. Toimintaympäristöstä nousee monenlaisia muutostarpeita, joihin yhdistys ei tällä hetkellä pysty vastaamaan vain kahden vakituisen koulutetun työntekijän resursseilla. Lisätyövoima on ehdoton edellytys toiminnan kehittämiseksi ja uudistamiselle (mm. vielä työelämässä oleville kuntoutujille suunnattu toiminta, nuorten toiminnan vakiinnuttaminen, kehittyvä ryhmätoiminta, vapaaehtoistyön organisointi). Molemmissa toimipisteissä on vuonna 2017 ollut toiminnanohjaajien lisäksi pitkäaikais-työttömiä tukityöllistettyinä eri pituisissa (3 kk – 1 v kestävässä) jaksoissa.

Työskentely lähellä mielenterveyskuntoutujia ja heidän arkeaan kuormittaa työntekijöitä, joten yhdistyksen toiminnassa tulee kiinnittää huomiota työntekijöiden hyvinvointiin. Lisäksi yhdistyksen työntekijärakenne, jossa tukityöllistetyt (tällä hetkellä kaikki muut kuin toiminnanohjaajat) ovat sosiaalialalle kouluttamattomia ja vain korkeintaan vuoden työsopi-

muksilla, on haaste sekä työssä jaksamiselle että työyhteisön rakentamiselle. Työntekijätilanteeseen toivotaankin lisää pysyvyyttä helpottamaan yhdistyksen arkea. Hyvinvoivat, pätevät ja pitkäaikaiset työntekijät hoitavat työnsä tehokkaasti ja heijastavat ympäröivään yhteisöön innostusta ja positiivisuutta. Myös jäsenistölle pitkäaikaiset työntekijät toisivat turvallisuuden ja luottamuksen kokemuksia, nyt työntekijöiden jatkuva vaihtuminen ahdistaa ja pelottaa.

Perehdytys ja työn organisointi

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

Käsikirja sisältää selkeän kuvauksen yhdistyksen toiminnoista, toimintaperiaatteista, työntekijöiden ja vapaaehtoisjäsenien toimenkuvista, toiminnan kehittämisestä, käytetyistä lomakkeista sekä toimintaohjeet erilaisissa kriisitilanteissa. Vuosikellot hallinnollisesta työstä, tapahtumista ja viestinnästä osana laatukäsikirjaa auttavat saamaan nopeasti selkeämmän kuvan monipuolisesta yhdistystoiminnasta.

Kattava perehdytys ja selkeä työnjako vähentävät virheitä ja karsivat päällekkäisyyksiä. Puolivuosittain on järjestetty perehdytyspäivä uusille tukityöllistetyille ja harjoittelijoille. Ensimmäinen perehdytystilaisuus järjestettiin syksyllä 2013 ja kokemukset siitä olivat erittäin positiivisia. Tilaisuuksien tarkoituksena on lisätä tukityöllistettyjen ja harjoittelijoiden ymmärrystä mielenterveyden ongelmista ja mielenterveyskuntoutujien kohtaamisesta työssä. Perehdytyskoulutuksia on ollut pakko järjestää koska työvoima on pääosin ollut alalle kouluttamattomia.

Työnohjaus

Toiminnanohjaajien työnohjaus on aloitettu vuonna 2011. Tätä jatketaan noin kerran kuussa. Vuodelle 2018 työnohjauksia on budjetoitu yhteensä 10 kertaa.

Työntekijäpalaverit

Kummassakin toimipisteessä on viikoittainen työntekijäpalaveri omalle henkilöstölle, ja kaikilla on käytössä työajanseuranta. Tiimityö on keskeinen työväline yhdistyksen toiminnan ylläpitämisessä ja kehittämisessä.

Työntekijäpalavereita järjestetään toiminnanohjaajien johdolla tarpeen mukaan, niihin osallistuvat kaikki yhdistyksen työntekijät. Tapaamisilla tuetaan me-hengen rakentumista, yhteistyötä kahden toimipisteen välillä sekä vahvistetaan työssä jaksamista. Palavereissa pohditaan ja kehitetään yhteisiä toimintakäytäntöjä. Toimintakentän hajanaisuus luo kasvavaa tarvetta yhteisille palavereille. Työssä jaksamista tuetaan lisäksi järjestämällä työntekijöille virkistystä vuoden mittaan sekä seuraamalla työntekijöiden jaksamista aktiivisesti.

”Tukijat”-tapaamiset

Toiminnanohjaajat ja järjestötyöntekijät osallistuvat myös Avomielin-yhteistyön ”Tukijat” -tapaamisiin, joissa mielenterveysyhdistysten työntekijät tapaavat toisensa vuosittain saaden vertaistukea työhönsä. ”Tukijat” -palaverit auttavat työssä jaksamisessa, toiminnan kehittämisessä, ja vahvistavat verkostotyöskentelyä.

Täydennyskoulutukset

Vuonna 2018 yhdistyksen työntekijät ja jäsenet osallistuvat tarkoituksenmukaisesti täydennyskoulutuksiin oman kiinnostuksen mukaan. Koulutuksesta saatua tietoa jaetaan yhdistyksen toimijoille ja tuodaan konkreettisesti osaksi yhdistystoimintaa. Täydennyskoulutuksilla pidetään ammattiosaaminen ajan tasalla, kehitetään sekä luodaan työhön ja yhdistystoimintaan lisää mielekkyyttä. Mielen terveyden keskusliitto järjestää vuosittain järjestöjen työntekijöille koulutuspäivän.

8. Tiedotus ja viestintä

Yhdistyksen tiedotusta ja viestintää on tarkoitus kehittää vuoden 2018 aikana entistä suunnitelmallisemmaksi ja sitä varten laaditaan erillinen tiedotus- ja viestintäsuunnitelma. Suunnitelmaan kirjataan ylös viestinnän tavoitteet, kohderyhmät sekä viestinnän kanavat ja keinot.

Internet-sivut ovat yhdistyksen päätiedonjakokanava. Internet-sivuja tullaan vuonna 2018 kehittämään entistä selkeämmiksi ja helppokäyttöisemmiksi. Internet- ja Facebook-sivuja päivitetään viikoittain.

Yhdistys osallistuu toimintakauden aikana Mielen terveysmessuille, Vapaaehtoistoiminnan messuille, Vantaan Hyvinvointimessuille sekä muutamisiin paikallisiin markkina-/ messutilaisuuksiin, päämääränä tavoittaa potentiaalisia jäseniä ja yhteistyökumppaneita sekä luoda ja lujittaa yhteistyöverkostoja. Yhdistys on vuosittain mukana Vantaan kaupunkijuhlassa järjestämällä avoimien ovien päivän molemmissa toimipisteissä sekä osallistumalla Vantaan synttärimarkkinoille Tikkurilassa.

Esittelymateriaalit ja jäsentiedotteet on uudistettu, koska Lauhatuulen muuton jälkeen ne vaativat päivitystä. Keskeisille yhteistyökumppaneille on toimitettu käyttöön yhdistyksen esittelykansiot, niitä päivitetään vähintään kaksi kertaa vuodessa. Esittelykansiot ovat olleet kovin pidettyjä, niistä saa paljon tietoa yhdistyksestä ja toimipaikan voi näyttää kuvinakin.

Käynnit lähialueen erilaisiin asumisyksiköihin on myös aloitettu. Vierailujen tarkoituksena kertoa Hyvät Tuulet ry:n toiminnasta suoraan niille 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.

Muut ulkoisen viestinnän tiedotuskanavat

Yhteistyökontakteissa hyödynnetään aktiivisesti jäsenistön yhteyksiä muihin yhdistyksiin, yrityksiin ja yhteistyötahoihin. Tulevana toimikautena lisäämme tiedotusta Vantaan Järjestöringin kautta käyttäen hyödyksi myös kaupungin Info-sivuja. Hyvät Tuulet ry:n toiminnasta voi lukea myös Avomielin-yhteisön yhteisiltä nettisivuilta (www.avomielin.fi).

Pääkaupunkiseudun mielen terveysyhdistysten yhteinen Avomielin-lehti ilmestyy kerran vuodessa, marraskuussa Mielen terveysmessuille. Lehdessä julkaistaan yhdistysten jäsenten kirjoittamia juttuja ja tietoa Avomielin -yhdistyksistä.

Sisäinen viestintä

Yhdistys tiedottaa jäsenilleen tapahtumista, kerhoista ja retkistä yhdistyksen kotisivuilla (www.hyvattuulet.fi), Facebook-sivuilla, toimipisteiden ilmoitustauluilla, jäsenkirjeessä sekä MTKL :n jäsenetuna ilmestyvässä Revanssi-lehdessä.

Neljä kertaa vuodessa ilmestyvä jäsenkirje julkaistaan myös yhdistyksen internetsivuilla. Jäsentiedotteen toimitusta koordinoivat yhdistyksen toiminnanohjaajat ja puheenjohtaja.

Jäsenkahvit järjestetään kerran kuukaudessa molemmissa toimipisteissä, hallituksen jäsenet pitävät niitä vuorotellen.

9. Yhteistyö

Yhdistyksemme nostettiin keväällä 2015 merkittävää yhteiskunnallista työtä tekeväksi järjestöksi (MYT), joita Vantaalla on kahdeksan. Hyvät Tuulet ry solmi silloin Vantaan kaupungin kanssa 1 vuoden kumppanuussopimuksen. Tiivistimme yhteistyötä toisen MYT-järjestön eli Vantaan Järjestöringin kanssa ja teimme kaupunginhallitukselle ehdotuksen Kansalaistoiminnankeskus ”Leinikin” perustamisesta 960 neliön tiloihin. Kaupunki hyväksyi suunnitelman, joten Tilakeskus vuokrasi käyttöömmme tilan, josta 300 neliötä on Hyvät Tuulet ry:n käytössä ja loput Järjestöringillä. Keväällä 2016 avustuksen haun yhteydessä allekirjoitimme 2-vuotisen kumppanuussopimuksen Vantaan kaupungin kanssa.

Yhteistyötä jatketaan vuonna 2018 muun muassa seuraavien tahojen kanssa:

- Vantaan kaupungin sosiaali-, terveys- ja liikuntatoimi sekä vapaaehtoistoiminnan yksikkö
- Vantaan kaupungin tuetun asumisen yksiköt
- Yksityiset asumisyksiköt
- Vantaan Järjestörinki
- Peijaksen sairaalan psykiatrian yksiköt (HUS): poliklinikat ja osastot
- Mielen terveyden Keskusliitto
- Suomen Mielen terveysseura, Vantaan alueen Mielen terveysseura
- Pääkaupunkiseudun mielen terveysyhdistykset (Avomieliin)
- FinFami ry, Vantaan Omaistoiminnan neuvottelukunta, Polli ry
- Vantaan seurakuntayhtymä ja seurakunnat
- Vantaan vammaisneuvosto
- Moniääniset ry
- Kaksisuuntaiset ry (yhteistyötä aloitetaan vuoden 2017 loppupuolella)
- Vantaan klubitalo
- Espoon Järjestöjen Yhteisö ry (EJY)
- Laurea Ammattikorkeakoulu, Vantaan ammattiopisto Varia, Keski-Uudenmaan ammatti-opisto Keuda, Kiipulan ammattiopisto, Amiedu, Stadin ammattiopisto, DIAK, Diakoniaopisto sekä Omnia Espoo.

Mielen terveyskuntoutujien ääni kuuluviin

Hyvät Tuulet ry pyrkii saamaan kuntoutujien äänen kuuluviin yhteiskunnallisessa päätöksenteossa – toimien omalta osaltaan mielen terveyskuntoutujien edunvalvojana. Käytännössä tämä toteutuu esimerkiksi suorilla kontakteilla päätöksentekijöihin, kutsumalla

kunnallisia päätöksentekijöitä tutustumaan toimintaan sekä osallistumalla erilaisiin messu- ja markkinatilaisuuksiin.

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

Yhdistyksemme kuuluu myös Vantaan Järjestörinkiin, jonka kanssa pääsimme syventämään yhteistyötämme vuoden 2016 aikana Kansalaistoiminnan keskus Leinikissä, jonne meille molemmille tuli uudet toimitilat osoitteeseen Leinikkitie 22 Vantaan Simonkylään. Järjestöringin tiloja käyttävät vantaalaiset järjestöt, joilla ei ole omia tiloja, joten yhteistyölle eri yhdistysten kanssa on nyt erinomaiset puitteet. Tiloissa on myös alueen avoin asukastila, jonka kautta toimintamme tulee tutuksi lähiympäristön asukkaille.

Yhteistyö Vantaan kaupungin eri toimijoiden kanssa.

Yhdistys alkaa tarjota kävijöilleen yhä laajemmin liikuntamahdollisuuksia yhteistyössä Vantaan kaupungin liikuntatoimen kanssa. Yhdistys tukee asiakkaiden liikuntaharrastuksia korvaamalla asiakkaille puolet liikuntaryhmien osallistumismaksuista. Yhdistyksellä on jo vuosia ollut Tikkurilan uimahallissa vesijuoksu/uintiryhmä ja kuntosaliryhmä. Tikkurilan terveysaseman fysioterapian tiloissa on viikoittain fysioterapeutin ohjaama kuntosaliryhmä. Myyrmäessä kuntosaliryhmä ja biljardiryhmä toimivat Myyrmäen Arkissa, harrastaminen on siellä ilmaista.

Jokaisella Vantaan terveysasemalla on 1-2 depressiohoitajaa, ja joissakin vielä psykiatrinen sairaanhoitaja. Heille kaikille yhdistyksemme toiminta on tuttua, ja asiakkaita varten heillä on yhdistyksen esittelykansio ja esitteitä.

Vuoden 2018 aikana on tavoitteena tiivistää yhteistyötä kaupungin sosiaaliasemien kanssa, varsinkin aikuissosiaalityön työntekijöille tarjotaan tietoa yhdistyksestämme.

Yhdistys osallistuu lisäksi aktiivisesti Vantaan kaupungin toteuttamiin järjestötapahtumiin, mm. Vapaaehtoistoiminnan torille Myyrmäkeen sekä sosiaalitoimen järjestöpäiviin.

Yhteistyö HUS:n kanssa

Yhteistyö HUS:n psykiatrian toimipisteiden kanssa on viime vuosien aikana kehittynyt molemmin puolin toimivaksi. Vuonna 2018 hyviä toimintamalleja jatketaan sekä lisäksi kehitetään aktiivista tiedotusta myös työelämässä vielä olevien kuntoutujien toiminnasta HUSin suuntaan. Ammattilaisia kutsutaan myös niihin tilaisuuksiin, joihin tulee puhumaan kokemusasiantuntijoita muista yhdistyksestä.

Poliklinikoilta ja osastoilta käy kuntoutujia tutustumassa yhdistykseen säännöllisesti, ja yhdistyksen työntekijät sekä vapaaehtoiset käyvät pyydettäessä esittelemässä yhdistystä HUS:n omissa tilaisuuksissa ja koulutuksissa. Toiminnanohjaajat vierailevat puolivuositain Mielialahäiriö- sekä psykoosipoliklinikoilla esittelemässä yhdistyksen toimintaa asiakkaille ja henkilökunnalle.

Yhdistyksen edustajat vierailevat kuukausittain Peijaksen sairaalan psykiatrisilla osastoilla. Esittelijät käyvät P2-osastolla, mutta kuulijoita tulee myös osastoilta P1 ja P3. Myös uudet henkilökunnan jäsenet ja opiskelijat ovat osallistuneet infoihin.

Vanhuspsykiatrian ja mielialahäiriöpoliklinikoilla järjestetään ns. masennuksen kertauskurssia 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 vapaaehtoistyöhön.

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

Avomielin-yhteistyö

Vuonna 2018 osallistutaan edelleen antoisan Avomielin -yhteistyöhankkeen kaikkiin kokouksiin ja tapahtumiin. Yhteistyöhankkeen muodostavat Espoon mielenterveysyhdistys EMY ry, Tukiyhdistys Karvinen ry, Tukiyhdistys Majakka ry, Helmi ry, Sympati r.f. ja Vantaan Mielenterveysyhdistys Hyvät Tuulet ry. Yhteistyötä on mm. yhteinen osasto Mielenterveysmessuilla, Marrasillamat, Avomielin-lehti, ja erilaiset liikuntaturnaukset (keilailu, minigolf, onkiminen, biljardi). Suunnitteilla vuodeksi 2018 on myös yhteisiä retkiä ja liikuntaharrastuksia. Yhdistysten luottamushenkilöt viettävät virkistystapaamisia vuosittain, samoin yhdistysten työntekijät tapaavat keskenään vuosittain.

Muut mielenterveysyhdistykset

Hyvät Tuulet ry:n Myöhätulessa kokoontuu viikoittain Moniääniset ry:n vertaisryhmä. Syksyllä 2017 Myöhätuuli järjesti yhdessä Moniäänisten kanssa tilaisuuden, jossa kokemusasiantuntija sekä Moniäänisten asiantuntija kävivät kertomassa äänien kuulemisesta asiakkaille, omaisille sekä ammattilaisille. Vuonna 2018 yhteistyötä jatketaan Moniääniset ry:n kanssa sekä kehitetään vastaavaa yhteistyötä Kaksisuuntaiset ry:n kanssa. Asiakkaille on tärkeää saada tietoa ja vertaistukea myös kohdistetusti ja avoimet tapahtumat alentavat mielenterveyden ongelmiin liittyvää stigmaa sekä kokoavat yhteen ammattilaisia, läheisiä ja sairastavia.

Seurakunnat ja seurakuntayhtymä

Yhdistyksen jäsenet osallistuvat seurakuntien järjestämiin tapahtumiin, esimerkiksi mielenterveyskuntoutujille järjestettyihin pääsiäis- ja joulukirkkoon, jouluruokailuun sekä Tikkurilan seurakunnan ja omaisryhmän yhteistyössä järjestämään Holman kevätretkeen. Seurakuntien diakonit käyvät sopimuksen mukaan keskustelemassa eri aiheista myös vuonna 2018.

Vantaan seurakuntayhtymän ja Vantaan alueen mielenterveysseuran kanssa on järjestetty Vantaalla oma Kynttilätapahtuma marraskuussa Tikkurilassa itsemurhan tehneiden muistoksi jo viitenä vuonna, ja perinnettä jatketaan.

Vuonna 2018 hyvää yhteistyötä jatketaan ja pyritään kehittämään myös uusia yhteistyön muotoja.

Omaistoiminnan yhdistykset

1. Yhteistyö **Finfami ry:n** kanssa

Syksyllä 2016 aloitettiin tiiviimpi yhteistyö FinFamin kanssa. HUS Peijaksen aloittamat moniperheryhmät skitsofreniasta toipuville ja heidän omaisilleen jatkuvat yhdistyksemme tiloissa myös vuonna 2018 kerran kuussa.

Omaisten vertaisryhmää yritetään myös käynnistää FinFamin kanssa yhteistyössä.

2. Yhteistyö **Polli ry:n** kanssa

Pääkaupunkiseudun omaishoitajat ja läheiset ry:n (POLLI ry) toiminta Järjestöringissä on vuosien varrella vakiintunut, syksyn 2016 aikana aloitettiin yhteistyö ”Soppatiistain” merkeissä ja sitä jatketaan edelleen. Lauhatuulen keittiössä valmistetaan keitto kaikille eli meidän jäsenille ja omaishoitajille, ja Pollin edustajat leipovat sämpylöitä ja tekevät jälkiruuan kaikille. Ruuan jälkeen myös meidän jäsenet saavat mennä halutessaan kuuntelemaan Pollin asiantuntijaluentoa. Tässä ei rahaa tarvita, molemmissa tehdään omista tarpeista ja kustannukset ovat suunnilleen samat.

Yhteistyö pääkaupunkiseudun oppilaitosten kanssa

Lähihoitaja- ja sosionomiopiskelijoita pyritään pitämään jatkuvasti mukana toiminnassa. Harjoittelu mielenterveyskuntoutujien etujärjestössä tarjoaa opiskelijalle mahdollisuuden kehittää monipuolisesti taitojaan asiakkaan kokonaisvaltaisen kuntoutumisen tukemisessa sekä ryhmien ja yhteisön ohjaamisessa. Yhdistykselle yhteistyö tuo uusia ja ajankohtaisia näkökulmia ja raikasta tuulahdusta opiskelijoista.

Palkkatukityöllistäminen

Yhdistys on toiminut välityömarkkinoilla vuodesta 2011 matalan kynnyksen työllistäjänä tarjoten harjoittelu-, ja tukityöllistymismahdollisuuksia pitkäaikaistyöttömille ja kuntoutujille. Heitä on saatu muun muassa Kiipulan ammattiopiston, Vantaan TE-toimiston ja kaupungin Työllistämispalvelujen sekä Riihenaika Oy:n kautta.

Välityömarkkinoiden kautta saamme lisää käsipareja toimintaan, koska toiminnanohjaajan on mahdotonta hallita toimipisteen kokonaisuutta yksin. Tämä on ristiriitainen asia koska useimmat henkilöt ovat alalle kouluttamattomia ja heidän perehdyttämiseensä menee paljon aikaa. Kun henkilö on työn oppinut ja tutustunut kävijöihin, työllistämiskausi tai harjoittelu päättyy, ja koko prosessi on aloitettava uudelleen.

Keittiötyöntekijöiksi yhdistyksellä on edelleen tarve ottaa tukityöllistettyjä, mutta ensi vuodeksi toivomme saavamme järjestötyöntekijöiksi pysyvät, koulutetut henkilöt.

10. Toiminnan arviointi ja kehittäminen

Jäsenpalautetta käytetään ensisijaisena toiminnan laadun mittarina ja suunnannäyttäjänä toiminnan kehittämiseksi. Syys- ja kevätkokouksien yhteydessä tehdään jäsenkysely, jossa

kerätään jäseniltä palautetta jäsenpalautelomakkeella kaikilta kokousviikon aikana käyneiltä. Tulokset kirjataan ylös, analysoidaan ja niistä tehdään johtopäätökset, joiden avulla toimintaa muutetaan. Puolen vuoden kuluttua vallitsevaa tilannetta peilataan asetettuihin tavoitteisiin. Kummankin toimipisteen palautelaatikkoihin tulleet palautteet käsitellään yhdessä jäsenistön kanssa kuukausittain jäsenkahvien yhteydessä ja tarvittaessa asiat viedään eteenpäin hallituksen kokoukseen. Työntekijät pyrkivät mahdollisimman paljon myös suoraan keskusteluun jäsenten kanssa, jotta jäsenten toiveet ja palautteet kuulataisiin suoraan.

Laajeneva toiminta tarvitsee selkeitä mittareita toimintansa vaikutuksista. Kävijälukuja tilastoidaan kuten ennenkin ja lisäksi on aloitettu harrastekerhojen osallistujamäärien tilastointi ja seuranta. Vuoden 2018 aikana pyritään kehittämään lisää arvioinnin menetelmiä.

Toiminnan arvioinnin apuna yhdistyksen hallitus käyttää MTKL:n ”arvioinnin ja kehittämisen työkalua”, joka auttaa hahmottamaan toiminnan vahvuuksia ja kehittämistarpeita. Työkalu otettiin käyttöön vuonna 2013 hallituksen kehittämispäivien yhteydessä. Hyväksi havaittua työkalua hyödynnetään myös 2018 järjestettävissä hallituksen ja koko yhdistyksen kehittämispäivissä. Hallituksen kehittämispäiviä järjestetään vuonna 2018 ainakin kaksi. Toukokuussa pidettävässä koko yhdistyksen kehittämispäivässä tarkastellaan kevätkokouksessa kerättyä jäsenpalautetta. Lokakuussa pidetään seurantatilaisuus, jossa katsotaan miten havaittuihin kehityskohteisiin on kyetty reagoimaan.

Mahdollisuuksien mukaan toiminnan arvioinnissa tullaan käyttämään Artsi-työkalua yhdistyksen toimintaan sopivilta osin.