

# Vuosikertomus 2017

FinFami Uusimaa ry / FinFami Nyland rf.



## SISÄLLYSLUETTELO

1	Yleistä .....	1
2	Toiminnanjohtajan katsaus.....	1
3	Hallinto .....	2
4	Jäsenistö .....	2
5	Talous .....	2
6	Henkilöstö .....	2
7	Hallinto-, toimisto- ja jäsenpalvelut.....	2
8	Toimitilat .....	3
9	Kansainvälinen toiminta.....	3
10	Edunvalvonta ja järjestötoiminta .....	3
11	Koulutus- ja julkaisutoiminta – profami oy .....	4
12	Muu koulutus ja tiedotustoiminta .....	4
13	Yhteistyö Omaisjärjestöjen keskusliiton ja Suomen sosiaalipsykiatristen yhteisöjen keskusliitto ry:n kanssa .....	4
14	Omais-, perhe- ja verkostotyö Uudellamaalla .....	4
	14.1 Omaisten tuki ja neuvonta.....	5
	14.2 Vapaaehtoistoiminta .....	6
15	Aluetyö .....	7
	15.1 Alueellinen omaistyön koordinointi .....	7
	15.2 Neuvottelukuntatoiminta ja edunvalvonta .....	8
16	Space Tilaa nuorten ehkäisevään mielenterveystyöhön C 1444 .....	10
17	Kohtaamo – Möteriet C 1480.....	12
18	VETO C 2853.....	14
19	Tuikku.....	16
20	Pre-start .....	18

## 1 YLEISTÄ

FinFami Uusimaa ry – Omaiset mielenterveyden tukena on omaisyhdistys, joka toiminnallaan edistää omaisten hyvinvointia, kun perheessä tai lähipiirissä ilmenee mielenterveysongelmia.

Annamme tietoa psyykkisistä sairauksista sekä tukea omaisen jaksamiseen arjen haasteissa. Tarjoamme omaisille myös ryhmiä, luentoja, opintopiirejä, kursseja ja virkistystoimintaa. Vertaistukiryhmät ovat ammattilaisten ja koulutettujen vertaisohjaajien ohjaamia ja ne on tarkoitettu puolisoille, sisaruksille, vanhemmille, lapsille ja aikuisille lapsiomaisille.

Yhdistys pyrkii toiminnallaan vaikuttamaan Uudenmaan alueen mielenterveyspalveluihin korostaen omaisnäkökulmaa perheen pärjävyyden edistämiseksi. Yhdistys toimii yhteistyössä kuntien, mielenterveystyötä tekevien viranomaisten ja ammattilaisten, asiantuntijoiden sekä järjestöjen kanssa. Projekteissamme kehitämme ryhmä- ja kurssitoimintaa ja tutkimme työmallia, joiden avulla mielenterveyskuntoutujaa ja hänen perhettään voidaan tukea.

## 2 TOIMINNANJOHTAJAN KATSAUS

Yhdistyksen arvot perhe- ja omaislähtöisyys, tasapuolisuus, luotettavuus, uskottavuus ja osaaminen sekä avoimuus ja kumppanuus ovat tavoittelemisen arvoisia jatkossakin. Yhdistyksen ydintehtävä, tukitoimien tarjoaminen perheille, on pidetty kirkkaana mielessä yhdistyksen perustamisesta lähtien. Monissa asioissa olemme onnistuneet, mutta kehittämiskohteitakin toki löytyy. Vertaistuen mahdollistajana, monipuolisten tukitoimien tarjoajana perheille ja vapaaehtoistoiminnan kehittäjänä olemme onnistuneet hyvin. Tulevalla strategiakaudella tulee panostaa entistä enemmän viestintään ja näkyvyyden lisäämiseen. Perheet ja omaiset on saatava tukitoimien piiriin jo läheisen sairauden alkuvaiheessa. Jatkossakin tulee pyrkiä saamaan enemmän miesomaisia ja nuoria mukaan toimintaan.

Pulmana on, miten taata tasapuoliset palvelut kaikille Uudenmaan asuville perheille ja omaisille. Uusimaa on alueena laaja ja asukasluvultaan suuri, joten kahden aluetyöntekijän työpanos ei riitä kaikkien alueen perheiden ja omaisten tarpeisiin vastaamiseen. Ratkaisua on jo vuosia haettu panostamalla verkosto- ja kuntayhteistyöhön ja Uudellamaalla toimii 15 omaistoiminnan neuvottelukuntaa, joissa on mukana omaistyöstä innostuneita ammattilaisia, vapaaehtoistoimijoita, omaisia, kuntoutujia ja kunnan päättäjiä. Alueellista edunvalvontatyötä perheiden ja psyykkisesti sairastuneiden etujen ajamiseksi jatkettiin, mutta jatkossa tarvitaan lisäresursseja pystyäksään tarjoamaan laadukasta yhteistyötä yhteistyökumppaneille.

Yhdistys lisäsi näkyvyyttään joko itsenäisesti tai yhteistyökumppaneiden kanssa järjestettyjen tapahtumien avulla ja osallistamalla myös muiden järjestämiin suuriin yleisötapahtumiin. Yhdistyksen VETO-projektin (2017-19) myötä yhdistyksen toiminnasta ja yhdistyksen palveluista on luotu uusia mahdollisuuksia tiedottaa ja kehittää perhe- ja omaistyötä ja samalla hyödyntää sosiaalisen median mahdollisuudet laajentaa palvelujaan.

Leif Berg  
toiminnanjohtaja

### 3 HALLINTO

Yhdistyksen hallitukseen ovat kuuluneet

- Markus Raivio puheenjohtaja
- Tiina Saarinen varapuheenjohtaja
- Jukka Suurmäki
- Seppo Eronen
- Marianna Sorvali, erosi 8/2017
- Sauli Suominen
- Arja Heino-Gabrielsson
- Päivi Söderholm
- Leif Berg toiminnanjohtaja
- Pirjo Haapamäki hallituksen sihteeri

Hallitus on kokoontunut yhdeksän (9) kertaa. Yhdistyksen sääntömääräisessä kevätkokouksessa ja syyskokouksessa toimi puheenjohtajana Markus Raivio. Tilintarkastajana toimi Anssi Pietiläinen, HT.

### 4 JÄSENISTÖ

Kertomusvuoden lopussa yhdistyksen kokonaisjäsenmäärä oli 739, joista varsinaisia jäseniä 690 ja perhejäseniä 49. Jäsenmaksun maksaneita oli 719. Uusina jäseniä liittyi yhdistykseen 26 ja eronneita jäseniä 62.

### 5 TALOUS

Yhdistyksen päärahoittajana toimii Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus STEA. Pääasiallisen rahoituksensa yhdistys on saanut STEA:lta AY-, AK- ja C-avustuksina, 92 %. STEA:n, OKM:n, Vantaan ja Espoon sekä Helsingin kaupungin avustukset on käytetty avustusehtojen mukaisiin toimintoihin. Yhdistyksen talous on vakaalla pohjalla ja maksuvalmius on ollut hyvä. Vuodelle 2018 haettuihin avustuksiin myönnettiin 18 % korotus.

### 6 HENKILÖSTÖ

Kertomusvuonna yhdistyksessä työskenteli 17 kokoaikaista työntekijää. Vuoden lopussa työntekijöitä oli 14. Palkattuina ryhmien ohjaajina toimivat lisäksi 6 henkilöä. Yhdistyksen työterveyspalvelut on vuoden 2017 aikana tuottanut 1.1.2017 alkaen Diacor terveyspalvelut ja Terveystalo terveyspalvelut 1.6.2017 alkaen. Työsuhde-etuina ovat olleet lounas- ja liikuntasetelit. Yhdistyksen työntekijät ovat voineet käyttää ulkopuolisia työnohjauspalveluita ja täydennyskoulutukseen on varattu talousarviossa määräraha.

### 7 HALLINTO-, TOIMISTO- JA JÄSENPALVELUT

Toiminnanjohtajana toimi Leif Berg ja talouspäällikkönä Pirjo Haapamäki.

## 8 TOIMITILAT

Yhdistyksellä on ollut vuokrattuna vuodesta 2015 lähtien 470 m<sup>2</sup>:n tilat osoitteessa Jämsänkatu 2. Yhdistyksen hallinnassa on toimistotiloja, koulutus- ja ryhmätila sekä tila yksilö- ja perhetapaamisille. Alueryhmät ovat toimineet yhteistyökuntien tiloissa. Yhdistys vuokrasi 1.10.2017 alkaen toiminta- ja tapaamistilan Kohhtaamo-hankkeen ja Tuikku-toiminnan käyttöön osoitteessa Jämsänkatu 2, 1. krs. Tilassa on järjestetty matailan kynnyksen toimintaa, ryhmätoimintaa ja asiakastapaamisia.

## 9 KANSAINVÄLINEN TOIMINTA

Toiminnanjohtaja oli PAD hankkeen seurantaryhmän jäsen 2015-17. Positive Attitude Development (PAD) hankkeessa pyrittiin vaikuttamaan asenteiden muutokseen mielenterveysongelmien kanssa kamppailevia kohtaan sekä vähentämään mielenterveysongelmiin liittyvää stigmaa eli häpeäleimaa. Hanke oli Ammattikorkeakoulu Arcadan ja Tallinn Universityn yhteinen hanke, yhteistyössä FinFami Uusimaa ja MTKL:n kanssa. Hankkeen loppuseminaari pidettiin tammikuussa 2017 Helsingissä.

Toiminnanjohtaja osallistui myös asiantuntijana NordMad Master of Health Care täydennyskoulutusohjelman kehittämisessä. Ohjelma on Arcadan ammattikorkeakoulun, ruotsalaisen Mälardalenin ammattikorkeakoulun, Tallinnan yliopiston ja Norjan teknisluonnontieteellisen yliopiston yhteistyöhanke.

Kansainvälistä yhteistyötä ja perhetyön menetelmäohjausta KAKSPY:n kanssa on jatkettu ensisijaisesti Pietarin julkishallinnon, mielenterveystyön ammattilaisten ja kansalaisjärjestöjen kanssa. Perhetyön menetelmäohjauspäiviä ammattilaisille ja omaisille järjestettiin helmikuussa Pietarissa.

Toiminnanjohtaja osallistui Suomen sosiaalipsykiatristen yhteisöjen keskusliiton järjestämään Edinburghissa (Skotlanti) toipumisorientaatio (Recovery-ohjelma) koulutus- ja tutustumismatkalle.

Toiminnanjohtaja osallistui European Conference on Mental Health Berliinin syksyn konferenssiin ja Future and Mental Health-seminaariin Tuusulassa.

Yhdistys on mukana omaisyhdistysten Euroopan liiton, European Federation of Associations of Families of Mentally Ill People (EUFAMI) Prospect toiminnassa, jonka puitteissa järjestetään koulutusryhmiä omaisille.

## 10 EDUNVALVONTA JA JÄRJESTÖTOIMINTA

Toiminnanjohtaja on ollut yhdistyksen edustajana Niemikotisäätiön hallituksessa sekä Suomen sosiaalipsykiatristen yhteisöjen keskusliitto ry:ssä että Tukikohta ry:n ja SVEPS ry:n hallituksen jäsenenä. Hän toimi myös SAMS:in (Samarbetsförbundet kring funktionshinder rf.) työryhmässä. Toiminnanjohtaja toimi Suomen palveluohjausyhdistyksen varajäsenenä. Toiminnanjohtaja toimi KAKSPY:n (Kaakkois-Suomen sosiaalipsykiatrian yhdistys) omaistyönprojektin seurantatyöryhmässä jäsenenä ja konsulttina. Toiminnanjohtaja oli yhteistyöhanke MIPA-päihde- ja mielenterveysjärjestöjen tutkimusohjelman ohjausryhmän jäsen.

Toiminnanjohtaja luennoi omais- ja perhetyöstä/psykkinen toimintakyvyn

häiriöstä eri FinFami paikallisyhdistyksien yleisötilaisuuksissa ja Uudenmaan yhdistyksen Hullu Nuoruus tapahtumaan, samoin hän esitteli perhemenetelmiä Auroran sairaalan sekä yleisötilaisuudessa että ammattilaisten tilaisuudessa, HUS:n nuorisopsykiatrian kuin aikuispsykiatrian kehittämispäivillä, Helsingin kaupun-

gin psykiatrian avohoidon eri yksiköissä, Helsingin kaupungin sosiaalihuollon sijaisperhe-yksikön henkilökunnalle ja sijaisperheiden vanhemmille, Laurean ammattikorkeakoulussa (Tikkurila) ja Novian ammattikorkeakoulussa (Turku).

Toiminnanjohtaja osallistui Suomen ruotsinkielisten perheterapiapäivälle Helsingissä, osallistui Mentalisaatio-seminaaripäiville Turussa ja osallistui ja edusti yhdistyksen perhetyömenetelmiä Vaasan SSKY:n seminaaripäivillä.

## 11 KOULUTUS- JA JULKAISUTOIMINTA – PROFAMI OY

Yhdistyksen omistama profami oy on toiminut kouluttajayrityksenä ja kustannusyhtiönä. Yhtiö on tuottanut sosiaali- ja terveydenhoitoalan työntekijöille ja työyksiköille työnohjausta.

## 12 MUU KOULUTUS JA TIEDOTUSTOIMINTA

Kuntien ja järjestöjen työyhteisöt ovat saaneet yhdistykseltä työnohjausta eri projekteihin, näkökulmana perhekeskeinen työ psykiatriassa tai oireidenhallintamenetelmät kuntoutuksessa.

## 13 YHTEISTYÖ OMAISJÄRJESTÖJEN KESKUSLIITON JA SUOMEN SOSIAALIPSYKIATRISTEN YHTEISÖJEN KESKUSLIITTO RY:N KANSSA

Yhdistys on keskusliiton jäsen. Yhdistyksen edustajana keskusliiton hallituksessa oli varapuheenjohtaja Tiina Saarinen. Yhdistys on vuodesta 2017 Suomen sosiaalipsykiatristen yhteisöjen keskusliitto ry:n jäsen ja toiminnanjohtaja oli yhdistyksen edustajana SSKY:n hallituksen kokouksissa.

## 14 OMAIS-, PERHE- JA VERKOSTOTYÖ UDELLAMAALLA

### Toiminnan päämäärä ja toiminta-ajatus

Yhdistyksen perustoiminnan päämääränä on omaisten, perheiden ja sosiaalisen verkoston hyvinvoinnin tukeminen psyykkisistä häiriöistä kärsivissä perheissä. Omaisten tuki ja neuvonta toteuttaa yhdistyksen perustehtävää, eli mielenterveysomaisten tukitoimintoja. Omais- ja perhetyön lähtökohtana on omaisen oma voimaantuminen ja masennuksen ehkäisy riskitekijöitä vähentämällä ja voimavaraistavia tekijöitä lisäämällä. Omaisen rooli on olla itsenäinen toimija, subjekti ja omien tarpeidensa tulkki. Omaistyöllä ennaltaehkäistään omaisten sairastumista, näin ollen siitä on merkittävä kansantaloudellinen hyöty. Omaisten yksilö- ja perhetapaamiset sekä puhelinneuvonta on merkittävä tuki kriisissä olevalle omaiselle. Palveluiden monipuolistamiseksi vuoden 2017 aikana otettiin käyttöön myös sähköinen ajanvaraus. Omaisen sopeutumisprosessin edetessä hänen on mahdollisuus osallistua yhdistyksen toimintaan myös vapaaehtoisena.

Vapaaehtoistoimijat ovat tärkeä osa yhdistyksen toimintaa. Yhdistyksen vapaaehtoiset ovat itse mielenterveyskuntoutujien omaisia, jotka antavat oman kokemuksensa ja omat erityisosaamisalueensa yhdistyksen, omaisten ja yhdistyksen yhteistyötahojen käyttöön. Ammatillisen työn rinnalla vapaaehtoistoimijoiden kokemustieto lisää yhdistyksen asiantuntijuutta omaisen kohtaamisessa, yhdistyksen toiminnan suunnittelussa, toteutuksessa ja arvioinnissa. Vapaaehtoisten erityisosaamisalueiden avulla toteutetaan tällä hetkellä osa yhdistyksen toiminnallisista ryhmistä. Vapaaehtoiset toimivat yhdistyksessä ryhmänohjaajina, kokemuskouluttajina ja -asiantuntijoina sekä yhdistyksen toiminnan esittelijöinä.

Yhdistyksen verkostotyöllä tarkoitetaan omaistoiminnan neuvottelukuntia sekä alueella toimivan omais- ja perhetyön koordinointia. Omaistoiminnan neuvottelukunta- ja omaistyö on laaja-alainen panostus työn alueelliselle kehitymiselle; siinä korostuu yhteistyön kehittäminen, voimavarojen yhdistäminen, konkreettinen toiminta ja kuntalaisten tarpeisiin vastaaminen. Alueen mielenterveys- ja päihdetyöntekijät tarvitsevat perhetyön ohjausta asiakastyöhönsä. Verkostotyön tehtävänä on vahvistaa alueen sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten perhetyön osaamista.

Uudenmaan omaisyhdistys on vakiinnuttanut asemansa omaistyön asiantuntijana, omaisten edunvalvojana ja omaisroolin vahvistajana sekä tiedonjakajana. Tukemalla psyykkisesti sairastuneen läheistä, tuetaan perhettä ja hoitotahoa. Yhdistyksen toiminta-ajatuksena on omaistoiminnan kehittäminen, toteutus ja jatkuvuus Uudenmaan alueella.

### **Omais- perhe- ja verkostotyön yleiset tavoitteet**

- tukea mielenterveysongelmista kärsivien perheiden hyvinvointia ja ennaltaehkäistä omaisten ja läheisten uupumista.
- kehittää ja tuottaa toimintamalleja perheen vuorovaikutus- ja ongelmaratkaisu-taitojen parantamiseksi.
- ylläpitää ja arvioida sekä kehittää omais- ja ryhmätoimintaa omaisten ja perheiden tarpeita vastaaviksi.
- huomioida kaikki omaisryhmät, myös lapsiomaiset ja ikääntyvät omaiset.
- vanhemmuuden tukeminen silloin, kun vanhemmuutta kuormittaa vanhemman psyykinen sairaus tai oireilu.
- lujittaa yhdistyksen vapaaehtoistoimintaa.
- lisätä ja vahvistaa alueen ammattilaisten perhe- ja omaistyön osaamista.
- ylläpitää ja laajentaa alueen ammattilaisten verkostoa omais- ja perhetyön toteuttamiseksi alueen kunnissa neuvottelukuntatyön keinoin.
- tuottaa tiedottavaa toimintaa koko alueelle
- lisätä tietämystä perhetyön tarpeellisuudesta kuntien luottamusmiesjohdolle.

#### **14.1 Omaisten tuki ja neuvonta**

Tiimi koostuu neljästä työntekijästä, joista kaksi toimii tuki- ja neuvontatyöntekijöinä, yksi lapsiperhetyöntekijänä ja yksi vapaaehtoistoiminnan koordinaattorina. Toiminnan toteuttajina olivat myös Helsingin kaupungin rahoituksella toimiva palveluohjaaja sekä yhdistyksen toiminnanjohtaja. Vuoden 2017 aikana oli työntekijämuutoksia, jotka osaltaan vaikuttivat toiminnan toteuttamiseen. Resurssivajeen vuoksi peruttiin kevään 2017 perhekurssi.

Mielenterveysomaisten ja perheiden tukeminen Tavoitteena oli toteuttaa monipuolista tukitoimintaa omaisille. Omaisten tuen ja neuvonnan tehtävänä on toteuttaa kriisi- ja neuvontatyötä, psykoedukatiivista perheohjausta, lapsiperhetyötä, vertais- ja vapaaehtoistyötä, erityistä tukea tarvitsevien ryhmiä ja kurssitoimintaa sekä matalan kynnyksen toimintaa. Lapsiperhetyön tavoitteena on vanhemmuuden ja lapsia suojaavien tekijöiden tukeminen tilanteessa, kun vanhemmuutta kuormittaa psyykinen sairaus. Toiminnalla pyritään ennaltaehkäisemään yli sukupolvien siirtyviä ongelmia sekä ehkäisemään perheiden syrjäytymistä ja yksinäjämistä.

## 14.2 Vapaaehtoistoiminta

Vuoden 2017 tavoitteena oli (1) tunnistaa vapaaehtoistyön eri muodot, (2) sitouttaa työyhteisöä lujemmin vapaaehtoistoiminnan toteutumiseen, (3) luoda yhteiset tilastointityökalut, jotta toteutunut vapaaehtoistyön laajuus ja vaikuttavuus saadaan näkyväksi. Tavoitteena oli myös (4) lisätä mahdollisuuksia toimia vapaaehtoisena erilaisissa tehtävissä sekä (5) rekrytoida yhdistykseen uusia vapaaehtoisia eri ikäluokista. Omaisyhdistyksen vapaaehtoistoiminnan selkeiden rakenteiden ylläpitäminen on tärkeää vapaaehtoistoiminnan turvallisuuden takaamiseksi. Omaisten tie vapaaehtoistomijuuteen omassa tukiyhdistyksessä on pitkä ja nähdään osana omaisten sopeutumisprosessia. Vapaaehtoisten jaksamisesta huolehtiminen on tärkeää, sillä he kohtaavat omaisia oman kokemusmaailman ja arjen asiantuntijuuden kautta. Yleinen asenneilmapiiiri ja leimaantumisen pelko vaikuttavat edelleen vapaaehtoiseksi ryhtymiseen ja näin uusien vapaaehtoisten rekrytoimiseen rajoittavasti.

### Omais- ja perhetyön toteutuneet toiminnot vuonna 2017

Toiminnan toteuttajina ovat olleet yhdistyksen työntekijät, vapaaehtoiset (46) sekä ulkopuoliset ammattilaiset. Toiminta sisältää yksilö- ja perhetapaamisia, puhelinneuvontaa, kurssitoimintaa (tuki- ja neuvontakurssit, perhekurssit, virkistyskurssit ja pariskuntakurssit) sekä ryhmätoimintaa. Ryhmätoiminnot ovat jaettu avoimiin- ja suljettuihin ryhmätoimintoihin. Avoimina ryhmätoimintoina ovat mm. Toivotorstait, kirja-piiri, ryhmä alaikäisten lasten vanhemmille ja aikuiset lapsiomaiset. Suljettuja ryhmätoimintoja ovat mm. ryhmä epävakaiden läheisille, vanhempainryhmät, puolisoryhmät, Prospect -ryhmät ja omaisen ABC ryhmät. Virkistystoimintaan kuuluu mm. omaisten kesäretket, ikääntyvien lounastreffit.

Ruotsinkielisten omaistenpäivän Helsingissä ja omaisten nelipäiväisen kurssin Ahvenanmaalla järjestettiin yhteistyönä Psykosociala Förbundenin kanssa. Ruotsinkielinen päivä (25 osallistujaa) sekä kurssitoiminta (12 osallistujaa) että omaisten- ja perhetapaamiset (63 käyntiä) mahdollistui yhdistyksen toiminnanjohtajan avulla.

Yksilö- ja perhetapaamiset	823 käyntiä
Kurssit	8 kappaletta, yhteensä 142 osallistujaa
Avoimet ryhmät	890 käyntiä
Suljetut ryhmät	25 kappaletta, yhteensä 175 osallistujaa
Yleisöluennot	11 kappaletta, yhteensä 121 osallistujaa
Virkistystoiminta	168 osallistujaa

### Tulokset ja vaikutukset

Sekä MIPA: n (mielenterveys- ja päihdejärjestöjen tutkimushanke) sekä yhdistyksen oman arvioinnin perusteella omaisten osallistuminen yhdistyksen toimintaan osallistuminen on parantanut heidän hyvinvointiaan ja loput kokivat, että toimintaa osallistuminen on ylläpitänyt omaa hyvinvointiaan. Kokonaiskeskiarvo omalle elämäntilanteelle yhdistyksen toimintaan tullessa oli 7,7, ja nyt 8,2. FinFami Uusimaan toimintaan osallistumisen vaikutukset on koettu myönteisenä laaja-alaisesti, useilla elämän osa-alueilla. Muutosta on koettu eniten suhteessa ihmissuhteiden lisääntymiseen, arjen sujumisen ja tiedon lisääntymiseen. Avun hakeminen koetaan vaikeaksi, palvelujärjestelmän muutokset ja moninaiset toimintamuodot hämmentävät omaisia. Psykkisten sairauksien aiheuttamat toimintahäiriöt kuormittavat perheiden arkea. Toiminnan tuloksena omaiset kuvaavat toiminnan tärkeyden tiedon ja tuen saannin näkökulmasta merkittäväksi. Tieto psyykkisistä sairauksista ja tuen mahdollisuuksista lisää ymmärrystä ja tukee näin ollen koko perheen arjen



sujuvuutta. Toiminnalla koettiin olevan myös paljon välillisiä vaikutuksia. Yhden perheenjäsenen saama tuki ja mahdollinen käyttäytymisen muutos vaikuttaa kaikkiin perheenjäseniin.

Useat omaiset uupuvat tai masentuvat myös itse vaikean elämäntilanteen vuoksi. Perheenjäsenen sairauden myötä taloudellinen tilanne huononee ja sairaus vaikuttaa monella elämän osa-alueella. Yhdistyksen toiminnan tuella omaiset saavat apua omaan jaksamiseensa. Omien voimavarojen lisääntyminen näkyi kykynä ratkaista arjen haasteita uusien toimintatapojen avulla. Palautteiden mukaan omaiset kokivat, että kohtuuttomat syyllisyyden tunteet vähenivät, kun niitä sai käsitellä turvallisessa ja ymmärtävässä ilmapiirissä. Omaistoiminnan myötä omaiset kokivat löytäneensä yhteisön, joka vähentää yksinäisyyden tunnetta. Moni koki saavansa myös uusia ystäviä toiminnan kautta.

Vertaistuki koettiin kantavana voimana ja kokemusten vaihtoa toisten vertaisten kanssa pidettiin omaa tilannetta helpottavana asiana. Lapsiperhetyön palautteissa korostui koko perheelle tarjottavan tuen merkitys. Perhekursseille osallistuneet kokivat toiminnan vahvistaneen vanhemmuutta ja lisänneen omanarvon tunnetta vanhemmuudessaan. Vaikeiden asioiden puheeksi ottaminen turvallisessa ympäristössä lisäsi avointa vuorovaikutusta perheissä. Myös mahdollinen avun hakeminen kurssitoiminnan jälkeen koettiin helpommaksi.

## 15 ALUETYÖ

### 15.1 Alueellinen omaistyön koordinointi

Alueellisen omaistyön koordinoinnin ensimmäisenä tavoitteena oli tukea omaisia ammatillisesti ohjattujen ryhmätoimintojen ja tapahtumien kautta, näin tarjotaan mahdollisuus kohdata toisia samassa elämäntilanteessa olevia ja välitetään ajankohtaista mielenterveyteen liittyvää tietoa. Alueellinen ryhmätoiminta koostui vertaistuki-, omaisen ABC- sekä moniperheryhmistä. Vertaistukiryhmätoiminnassa oli mukana 35 omaisryhmäohjaajaa, jotka olivat sosiaali- ja terveysalan ammattilaisia. He ohjasivat ryhmiä osana omaa virkatyötään. Ryhmäohjaajille järjestettiin perhetyön ohjauspäivä, tukea ryhmäkertojen suunnittelussa ja materiaalituotannossa sekä käytännön järjestelyissä, kuten toiminnan aloituksessa ja juurruttamisessa. Vantaalla v. 2016 aloitettu moniperheryhmätoiminta jatkui ja uusi ryhmä perustettiin Nurmijärvelle. Moniperheryhmätoimintaa toteutettiin yhdessä Helsingin- ja Uudenmaan sairaanhoitopiirin kanssa. Alueellisia infoiltoja ja omaistapahtumia järjestettiin yhdessä hoitoyksiköiden ja järjestöjen kanssa. Toisena tavoitteena oli alueen ammattilaisten ja opiskelijoiden omais- ja perhetyön merkityksen vahvistuminen ja mielenterveysomaisen näkökulman syventyminen sekä omais- ja perhetyön kehittyminen eri toimipisteissä. Alueen ammattilaisille ja opiskelijoille järjestettiin omais- ja perhetyön osastotunteja sekä osallistuttiin yksiköiden koulutuspäiviin. Osa ammattilaisten kohtaamisista johti yhteistyöhön, kuten infoiltaan tai ryhmätoiminnan toteutukseen. Jokainen osastotunti lisäsi ammattilaisten ja opiskelijoiden tietoisuutta FinFami Uusimaan toiminnasta. Kolmantena tavoitteena oli jalkautuvan omaistyön kautta lisätä tietoisuutta FinFami Uusimaa ry:stä sekä mahdollisuutta keskustella omaistyöntekijän kanssa. Jalkautuvaa omaistoimintaa kuntalaisille toteutettiin pääkaupunkiseudun kirjastoissa sekä terveydenhuollon toimipisteissä.

Ryhmätoiminnoissa tavoitetaan laaja-alaisesti omaisia ja perheitä koko Uudenmaan alueelta. Ryhmätoimintojen vaikuttavuutta pitäisi tulevaisuudessa tutkia. Palaute ryhmään osallistujilta on pääosin positiivista ja se koetaan tarpeelliseksi, jopa välttämättömäksi. Ryhmätoiminnoista kerättiin palaute satunnaisotannalla. Matalan kynnyksen jalkautuvalla omaistyöllä kohdataan suuri määrä ihmisiä pienellä työpanostuksella. Matalankynnyksen toimintaa tulisi tulevaisuudessa laajentaa myös säännölliseksi toiminnaksi avo- ja laitos psykiatriaan ja hyödyntää myös vapaaehtoisia laajemmalti tässä yhteydessä. Näkyminen julkisissa tiloissa ja tapahtumissa toi runsaasti positiivista palautetta niin yhteistyökumppaneilta kuin myös kuntalaisilta. Mielenterveyden haasteiden ja niistä selviytymisen näkyväksi tekeminen arjessa koettiin tärkeäksi.

Mielen hyvinvoinnin puheeksi ottaminen koettiin kuntalaisten taholta tärkeäksi. Arvioivaa keskustelua ja toiminnan suunnittelua tehtiin alueellista työtä tekevien ja tuki- ja neuvontatyön, yhdistyksen projektien sekä yhdistyksen kokemusasiantuntijoiden ja vapaaehtoistyöntekijöiden kanssa.

	Kerrat	Osallistujat/Kävijät
<b>RYHMÄTOIMINTA</b>	112	767
Avoimet vertaistukiryhmät	80	431
Omaisien ABC-ryhmä	2	17
Moniperheryhmät	30	324
<b>TAPAHTUMAT</b>		
Jalkautuva omaisneuvonta	115	1400 (arvio)
Infoillat ja omaistapahtumat	25	727
Omaisinfot ammattilaisille ja opiskelijoille	35	534

## 15.2 Neuvottelukuntatoiminta ja edunvalvonta

Omaistoiminnan neuvottelukuntatoiminnan tavoitteena oli toteuttaa alueen viranomaistahojen sekä kokemusasiantuntijoiden kanssa kuntalaisille alueellisia, mielenterveyttä tukevia, perhelähtöisiä palveluita sekä verkostotyön keinoin nostaa esille kunnissa olevia kehittämistarpeita ja vastata niihin.

Tavoitteena oli vaikuttaa kuntien mielenterveystyön kehittämiseen työryhmissä järjestöosaajana sekä organisoida yhteistyötä kuntien lautakuntiin. Tavoitteena oli kuntalaisten äänen kuuleminen ja tarpeisiin vastaaminen järjestämällä neuvottelukuntien kanssa tiedottavaa ja ohjaavaa toimintaa alan henkilöstölle ja kuntalaisille. Tavoitteena oli myös tuottaa lisää edunvalvonnan materiaalia ja tiedottaa siitä.

Neuvottelukunnat muodostuivat laajasti (471 jäsentä) eri tahojen työntekijöistä, lautakuntien edustajista, kuntoutujista ja omaisista. Kokouksista tehtiin muistio laajaan jakeluun. Omaistoiminnan neuvottelukunnat (15) toimivat Espoossa, Helsingissä, Hyvinkäällä, Järvenpää-Tuusulassa, Keravalla, Kirkkonummella, Lohjalla, Loviisassa, Nurmijärvellä, Porvoossa ja ympäristökunnissa, Raasepori-Hangossa, Riihimäellä ja ympäristökunnissa, Sipoossa, Vantaalla ja Karviaisessa.

Järjestettiin kaksipäiväiset kaikille neuvottelukunnille ja omaisryhmävastaaville kohdenetut kehittämispäivät. Neuvottelukuntien puheenjohtajille järjestettiin toiminnan suunnittelupäivä sekä päivä edunvalvonnasta yhteistyötahoille. Täydennettiin edelleen edunvalvontaopasta yhteistyössä Hyvinkään Laurean ja neuvottelukunnista kootun työryhmän kanssa. Tehtiin neuvottelukuntien yhteinen eduskuntavierailu. Alueen kunnissa järjestettiin kuntalaisille ja ammattilaisille tiedotustilaisuuksia ja

seminaareja. Järjestettiin kuntavaalien alla vaalipaneeleita, joissa neuvottelukuntien jäseniä oli paneelissa ja ehdokkailla oli mahdollisuus kysyä alueensa hyvinvointiin liittyvistä asioista; tilaisuudet olivat yleisötilaisuuksia. Nurmijärven omaistoiminnan neuvottelukunnan vaikutuksella Nurmijärvellä käynnistyi klubitalotoiminta, jonka ohjausryhmänä toimii Nurmijärven neuvottelukunta.

Yhteistyötahomme tarjosivat veloituksetta tilat kaikkiin tiedotustapahtumiin ja seminaareihin sekä olivat mukana järjestelyissä ja tilaisuuksien puhujina. Oltiin näytteilleasettajana kuntien ja järjestöjen järjestämissä tapahtumissa. Neuvottelukuntatyön mallia ja edunvalvonnan tietoutta vietiin muihin omaisyhdistyksiin ja järjestöihin. Oltiin mukana kuntien, HUS:in ja järjestöjen työryhmissä, oppilaitosyhteistyössä, Aspan MPNet hankkeessa, Keski-Uudenmaan klubitalon, Kaakkois-Suomen sosiaalipsykiatrisen yhdistyksen ja Es-

kot ry:n hallituksessa ja Kakspy:ssä omaistyön hankkeessa. Neuvottelukunnissa toimi 25 omaista ja 13 kuntoutujaa kokemusasiantuntijoina. He toivat esille kokemusasiantuntijuuden niin kokouksissa kuin tiedotustapahtumissa.

Valmisteltiin vuonna 2018 julkaistavia kuntakohtaisia sivuja yhdessä Veto-hankkeen kanssa. Uusi palvelu tuo valmistuessaan helposti alueellista tietoa saataville ja mahdollistaa kuntalaisten kysymys- ja ideapalvelun.

Eri tahojen pitkäjänteinen sitoutuminen neuvottelukunta- ja edunvalvontatyöhön oli merkittävä voimavara.

Näillä resursseilla ei voitu vastata alueelta tulleisiin tarpeisiin riittävästi.

NEUVOTTELUKUNNAT	Kerrat	Kävijät
Kokoukset	43	422
Lautakunnat / työryhmät	35	153
Kehittämispäivät	2	90
Edunvalvonnan suunnittelupäivät	1	45
Puheenjohtajapäivät	1	15
Tiedotustapahtumat ja seminaarit	14	512
Kuntavaalipaneelit	4	152
Eduskuntavierailu	1	27

### Selvitys siitä, miten tavoitteiden saavuttamista seurataan

Toiminnoista kerätään asiakaspalautteet, jotka dokumentoidaan. Määrälliset palautteet tilastoidaan ja laadullisista palautteista tehdään sisällönanalyysi. Palautteiden perustella ja työryhmän oman toiminnan itsearvioinnin perustella arvioidaan toiminnan hyödyllisyyttä, onnistumista, toimivuutta, kehittämistarpeita sekä aikaansaatuja tuloksia ja vaikutuksia. Tulevan toiminnan suunnittelu perustuu arvioinnissa saatuihin tuloksiin.

Vapaaehtoistoimintaa arvioidaan edellisten toimien lisäksi keräämällä arviointimateriaalia vuosittain tehtävällä vuosikyselyllä, tapaamisten muistioilla, koulutuspalautteilla sekä keskusteluiden pääkohtien kirjaamisella.

Omaistoiminnan neuvottelukunnat tekevät arviointia tehdystä työstä ja huomioivat palautteen seuraavan vuoden toimintasuunnitelmaa tehdessä. Verkostotyön arviointiin käytetään yhteistyökumppaneilta saatua kirjallista ja suullista palautetta. Alueen omaisilta ja ammattilaisilta kerätään kysely kerran vuodessa. Jatkuva palautetta saadaan ammattilaisilta sekä omaisilta tapahtumissa ja ryhmäkerroissa

Seuranta toteutetaan vuosittain raporteissa yhdistyksen hallitukselle ja STEA:lle. Verkosto- sekä tuki- ja neuvontatyöryhmän suunnittelupäivillä luodaan toimintamalleja ja arvioidaan toimintaa. Työntekijät osallistuvat ulkopuoliseen työnhajukseen työnkuvaan ja sisältökehittämiseen liittyen.

Palautetta, kävijämääriä sekä taustatietoja saadaan myös yhdistyksen nettisivuilta sekä Facebookista. Sosiaalisen median hyödyntäminen tukee yhdistyksen näkyvyyttä ja tavoitamme omaisia, jotka eivät ole aiemmin löytäneet meitä.

## Yhteistoiminta muiden yhdistysten ja yhteisöjen kanssa

Omaistoiminnan neuvottelukunnissa sekä omaistyössä yhteistyökumppaneina ovat sosiaali- ja terveystoimi, kuntien luottamusmiesjohto, seurakunta, erikoissairaanhoido, mielenterveys- ja päihdepalvelu, oppilaitokset, poliisi ja alan järjestöt.

## 16 SPACE TILAA NUORTEN EHKÄISEVÄÄN MIELENTERVEYSTYÖHÖN C 1444



Päämääränä on kehittää ja vakiinnuttaa 16-29 –vuotiaalle nuorille taiteelliseen kasvu-ryhmämalliin perustuvaa matalan kynnyksen palvelua, jotta nuoret voivat käsitellä ajankohtaisia mielenterveyttä ja läheissuhteita koskevia huoliaan ajoissa, ilman lähetteitä ja osana omaa arkeaan. Toiminta vahvistaa omaisjärjestöissä toteutettavaa uutta nuorisotyötä, kehittää ymmärrystä moniammatillisuudesta, tekee tunnetuksi soveltavaa taidetta mielenterveystyössä ja mahdollistaa tutkitusti vaikuttavien taiteellisten toimintatapojen vastuullisen toteutuksen osana ennaltaehkäisevää, tavoitteellista mielenterveystyötä. Toiminta-ajatuksena on ollut läpi viedä tiiviissä yhteistyössä omaisjärjestöjen ja oppilaitosten opiskeluhyvinvointitoimijoiden kanssa 10 tapaamiskerran Omakuva N.Y.T -ryhmiä, joita ohjaavat taiteilija-sotetyöntekijä -työparit ja koota näistä piloteista kattavasti palautetietoa palvelumuotoiluprosessia varten.

### Keskeisimmät tavoitteet vuodelle 2017

- Järjestää Omakuva N.Y.T. -ryhmäpilotteja ja sitouttaa kumppaneita juurruttamiseen
- Kouluttaa ja mentoroida ryhmämallin ohjaajia
- Vahvistaa FinFami -jäsenjärjestöjen nuorisotyön osaamista ja palveluvalikoimaa
- Koota kattavasti tietoa piloteista ja yhteistyökumppaneilta viimeisen projektivuoden palvelumuotoiluprosessia varten.
- Tiedottaa ja kouluttaa soveltavan taiteen ja mielenterveystyön rajapinnoilla.

### Keskeisimmät tulokset

Vuonna 2017 toteutui 7 Omakuva N.Y.T. -ryhmäpilotteja. Ryhmätoimintaa järjestettiin oppilaitoksissa (Metropolia AMK, Stadin ammattioppilaitos sekä Omnia koulutus kuntayhtymä, Espoo) sekä FinFami -aluejärjestöissä Varsinais-Suomessa sekä Pohjois-Karjalassa. Kaksi ryhmää toteutui osana Uudenmaan YTHS:n toimintaa. Ryhmiin osallistui yhteensä n. 60 nuorta. Ryhmämalli otettiin itsenäisesti käyttöön myös Joensuun Siunsoten nuorten mielenterveyspalveluissa projektin starttiavulla. Projekti järjesti helmikuussa 2017 nuorisotoiminnan ammattilaisille Hullu Nuoruus -kehittämispäivät yhteistyössä Keskusliiton Mielien Mahdollisuus -projektin kanssa. Projektityöntekijät kiersivät kouluttamassa ja luennoimassa mm. aikuissosiaalityön päivillä, THL:n lastensuojelupäivillä ja mentalisaatiokongressissa. Lisäksi projektin kautta koulutettiin 22 psykososiaalisen työn ammattilaista mallin käyttöön Kolumbiassa sisällissodan jälkeisen jälleenrakennuksen työkaluksi.

### Tulosten arviointi

Nuoret ovat kokeneet ryhmätoiminnan merkityksellisenä ja kokeneet saaneensa apua. Ryhmien järjestäminen pienissä FinFami -alueyhdistyksissä on koettu tulokselliseksi mutta järjestelyiltään osin raskaaksi. YTHS -

yhteistyö vahvisti, että mallin painotuksen kuuluu olla ennaltaehkäisyssä, ei korjaavassa työssä. Oppilaitoksissa malli on toiminut hyvin, ja soveltuu pienillä muutoksilla osaksi opiskeluhyvinvointitoimintaa. Espoon kaupunki on kiinnostunut jatkamaan toimintaa osana Omnian palveluita. FinFami -nuorisotyö on verkostoituneempaa ja keskustelempaa kuin koskaan aiemmin. Hullu nuoruus -kehittämispäivät ovat olleet menestys ja brändinä tuonut koko FinFamille paljon näkyvyyttä. Opiskeluhyvinvoinnin kanssa tehty yhteistyö on ollut merkittävä avaus FinFami Uusimaa ry:lle. Tavallisten nuorten oireilu oppilaitoksissa jää usein piiloon, eikä varsinkaan omaistyötä tunneta. Ryhmätoiminnan kautta vaikeat tunteet saavat ensimmäistä kertaa jonkinlaisen ilmiänsä. Kolumbian -ekskursio antoi ohjausmallille soveltamislaajuutta ja käsityksen monikulttuurisissa ympäristöissä työskentelystä. Koulutus- ja verkostoitumistyö on tehnyt Space! -toiminnasta haluttua.

### Tilastot 2017: Ryhmätoiminta ja tapahtumat

<b>RYHMÄT (KAIKKI SULJETTUJA)</b>	
<b>Omakuva N.Y.T. -ryhmät, 10 tapaamiskertaa</b>	Osallistujia
FinFami Pohjois-Karjala	10
Metropolia AMK	9
Omnia ammattiopisto	9
Stadin ammattiopisto	6
YTHS Otaniemi	8
YTHS Hki	4
FinFami Varsinais-Suomi	8
Rönsylinja -vertaisryhmä	6
<b>YLEISÖTAPAHTUMAT (JÄRJESTÄJÄOSAPUOLI)</b>	
Hullu nuoruus -kehittämispäivät 9.-10.2.	122
Avoimet filosofiaillat FinFami Uusimaa ry:n asiakkaille (7)	52
Maailma kylässä -festivaalit 27.-28.5., ständillä	40
<b>LYHYET TYÖPAJAT, ESITTELYTOIMINTA NUORET</b>	
Kuvataidepajat Vamos x 2	8
Metropolia AMK 29.8. opiskeluhyvinvoinnin tori	160
Moip! -viikonloppuleiri (V-S FinFami)	6
<b>PEREHDYTYSTOIMINTA, YHTEISTYÖKUMPPANIT</b>	
Metropolia AMK, avoin Omakuva N.Y.T. -koulutuspv 17.8.	30
2. asteen opiskeluhoitohölkunnan perehdytyspv 9.6.	27
<b>SEMINAARIYHTEISTYÖ (TYÖPAJAT, LUENNOT)</b>	
Youth work peer review, Suomen MT-seura 7.-9.6.	30
Valtakunnalliset mielenterveysomaisten päivät 19.-20.8.	44
Socca -hankkeen seminaari 6.10.	120
Mentalisaatiokongressi, Turku 22.-23.11.	70
THL lastensuojelun kehittämispäivät 30.11.	5
<b>KANSAINVÄLINEN KOULUTUSYHTEISTYÖ</b>	
Omakuva N.Y.T. (Autorretrato YA) -ohjaajakoulutus	
Bogotá, Kolumbia. Yhteistyö Suomen UM, Madridin-	
instituutti ja Externado -yliopisto 15.5.-30.5.	22

---

## 17 KOHTAAMO – MÖTERIET C 1480

### Toiminnan päämäärä ja toiminta-ajatus

Kohtaamo-projektin toiminnan päämääränä on ollut kehittää ja käynnistää yhteistyötahojen kanssa matalan kynnyksen keskustelupiste Lapinlahden Lähteen kahvilan yhteyteen.

### Keskeisimmät tavoitteet

Toiminnan tavoitteena on ollut vähentää yksinäisyyden tunteen kokemusta ja lisätä osallisuutta.

1. Erityisesti yksinäisyyttä kokeville, mielenterveyskuntoutujille ja heidän läheisilleen helposti ja nopeasti saatavaa tukea
2. Tarjota kohderyhmälle mahdollisuuden tutustua ja osallistua vapaaehtoistyöhön itselleen sopivalla tavalla.
3. Pääkaupunkiseudulla toimivilla mielenterveys alan järjestöillä on yhteinen paikka ja mielenterveyttä edistävä tapa tuottaa vapaaehtoistoiminnan mahdollisuuksia.

### Keskeisimmät toimintamuodot sekä tulokset

Kohtaamon keskustelupisteen toimintaa jatkettiin Lapinlahden Lähteellä alkuvuodesta 2017. Toiminnasta kerättiin koko ajan palautetta sekä vapaaehtoisilta että kävijöiltä. Kerätystä palautteesta ilmeni, että vapaaehtoiset sekä kävijät kokivat toimitilat Lapinlahden kahvilassa haasteellisiksi ja ristiriitaisiksi matalankynnyksen periaatteiden kanssa. Tila ei tarjonnut anonymiteettiä eikä luottamuksellisuutta, huomioiden kahvilan muut asiakkaat. Toimintaa kokeiltiin myös siirtää työntekijän huoneeseen. Huone sijaitti yleisöltä suljetulla käytävällä. Tämän kokeilun myötä kävijöiden oli vaikea löytää toimitiloja. Vapaaehtoiset myös kokivat kohtaamiset vähemmän tasa-arvoisena, ja olevansa ”terapeutin” roolissa. Keskustelua oli myös vaikea rajata ilman vastaanottomaista kokemusta. Kohtaamon keskustelupisteelle etsittiin yhdessä Lapinlahden Lähteen kanssa toista tilaa heidän talostaan, mutta sitä ei löytynyt.

Toimitilojen asettamien haasteiden seurauksena vapaaehtoiset halusivat kokeilla ryhmätoiminnan käynnistämistä. Miesten saunaryhmä aloitti toimintansa Lapinlahden Lähteen saunalla alkuvuodesta 2017. Ryhmä oli suunnattu sekä miespuolisille kuntoutujille että omaisille. Ryhmää veti Kohtaamon vapaaehtoinen. Ryhmä kokoontui ensin kerran kuussa ja syksyllä 2017 alkaen kerran viikossa.

Toinen ryhmä, Hyvän Mielen konkarit käynnistettiin myös alkuvuodesta 2017 yhdessä Suomen Mielenterveysseuran kanssa. Ryhmä oli suunnattu + 60: ihmisille. Ryhmä jatkoi toimintaansa joka toinen viikko läpi vuoden.

Vapaaehtoisille tarjottiin ulkopuolista ryhmätyönohjausta säännöllisesti sekä virkistystä ja koulutusta tukemaan heidän omaa jaksamistaan. Työntekijä tuki vapaaehtoisia olemalla aktiivisesti mukana vapaaehtoisten rinnalla, antamalla heille aikaa sekä aktiivisella ja tietoisella kiitoksella.

Kohtaamo käynnisti myös kaikille avoimia vertaistuki tilaisuuksia KoKoa ry:n kanssa kerran kuukaudessa läpi vuoden 2017. Vertaistuki tilaisuuksissa oli paikalla joka kerta vieraana kokemusasiantuntija kertomassa omaa tarinaansa eri elämäntilanteista, jonka jälkeen aikaa oli varattu myös yhteiselle keskustelulle sekä kysymyksille.

---

Keskustelupisteen toiminnasta kerätyn palautteen seurauksena toimintaa päätettiin myös kokeilumielessä jalkauttaa. Jalkautumisen ympäristöksi valikoituivat leipäjonot, sillä tutkimuksissa oli todettu, että ruoka avun asiakkaita noin puolelle jonossa käynti on viikon tai päivän ainoa sosiaalinen kontakti.

Kokeilut antoivat uutta intoa ja merkitystä vapaaehtoisille. Hankkeen henkilöresurssit ja vapaaehtoistoiminta huomioiden jalkautuva toiminta tuntui toimivammalta ja tavoittavan kohderyhmäläisiä paremmin kuin toimitiloissa ”vastaanoton” pitäminen. Jalkautumisen onnistumisen kokemuksen myötä jalkautumista päätettiin jatkaa vapaaehtoisten kanssa kerran viikossa. Kohtaamon vapaaehtoiset seisoivat työntekijän kanssa leipäjonon läheisyydessä tervehtien ja hymyillen. Kuumaa juotavaa tarjottiin satunnaisesti joka toimi hyvänä välineenä saada ihmisiin kontakti ja avata keskustelu. Keskustelut koettiin tasavertaisina ja käsittelivät arkea, mielenterveyttä, kuolemaa, talousasioita ja fyysistä terveyttä. Ruoka avun kävijöille tarjottiin myös hankkeen toimesta välineitä löytää uusia voimavaroja haastavaan elämäntilanteeseen kohdentamalla MTEA1 (mielenterveyden ensiapu) koulutus Myllypuron leipäjonon asiakkaille. MTEA1 kurssi järjestettiin jonon läheisyydessä Myllypuron asukastalossa, jotta kynnyksellä osallistumiselle olisi mahdollisimman matala.

Keskustelupiste toimintaa jatkettiin osittain Lapinlahden Lähteellä jalkautumisen rinnalla kevään 2017 ajan. Sekä kiinteästä keskustelupisteen toiminnasta että jalkautuvasta toiminnasta kerättiin kävijämääriä ja saatiin palautetta vapaaehtoisilta. Tämän palautteen perusteella keskustelupisteen toiminta ajettiin alas ennen kesää 2017.

Syksyllä 2017 Kohtaamon toimipiste päätettiin siirtää yhdessä Tuikku toiminnan kanssa toimitilojen haasteellisuuden ja toimimattomuuden takia. Uudet tilat löytyivät yhdistyksen muiden toimitilojen läheisyydestä.

Muuton valmistelut, muutto ja uuden tilan luominen veivät syksystä 2017 pari kuukautta. Uudet toimitilat mahdollistivat ryhmätoiminnan aloittamisen yhdistyksen Tuikku toiminnan kanssa. Syksyllä 2017 Tuikku toiminta ja Kohtaamo-hanke tiivistivät yhteistyötään ja käynnistivät yhdistyksessä aiemmin toimineen Tiistai-kahvilan. Tiistai-kahvila tarjoaa kuntoutujille, omaisille sekä yksinäisyyttä kokeville avoimen iltapäivän viettoa aikaa yhdessä. Uudet toimitilat haastoivat ja mahdollistivat kehittämään toimintaa uuteen suuntaan. Jalkautumisesta kerätyn tiedon perusteella sekä käytyjen keskustelujen pohjalta nousi idea tarjota jonolaisille mahdollisuus osallistua toimintaan jakamalla kokemuksiaan nimettömästi äänitteiden muodossa. Syntyi idea Kohdatut podcast sarjasta. Sarjan tavoitteena oli tarjota jonolaisille mahdollisuus matalankynnyksen vapaaehtoistoimintaan. Tämän avulla ruoka-avun piirissä oleva voisi löytää uuden roolin ja tarjota vertaistukea hyödyntäen omaa kokemusta. Kohtaamon työntekijä kokosi mielenterveysomaisista koostuvan toimittajatiimin. Podcast sarjaa suunniteltiin ja tehtiin muuton jälkeinen aika. Tänä aikana Kohdatut podcast sarjasta saatiin valmiiksi 4 jaksoa, mutta julkaisu siirtyi seuraavalle vuodelle. Sarjalle saatiin yhteistyökumppaniksi Bauer Media, joka on Suomen suurin mediatalo. Bauer media otti sarjan omalle Radioplay alustalleen.

## **Tulosten arviointi**

Toiminnan tulokset vastaavat tavoitteita ja päämääriä. Kerätyn palautteen mukaan toiminnalla on onnistuttu vähentämään kohderyhmän yksinäisyyden tunteen kokemusta, lisäämään osallisuuden kokemusta sekä lisäämään merkityksellisyyttä omaan elämään ja tarjoamaan tukea erilaisiin elämäntilanteisiin. Hanke on myös tarjonnut mielekkään vapaaehtoistyön, johon on voinut ottaa osaa itselleen sopivalla tavalla. Hankkeen Podcast-työryhmä tarjosi kohderyhmälle myös uudenlaista kynnyksentöntä vapaaehtoistyötä.

Myös yhteisön löytyminen ja kuulluksi tulemisen kokemus sekä vertaistuen merkitys nousi kerätystä palautteesta esille. Kokemus että on tullut kuulluksi ja nähdyksi, että on olemassa myös muille, on vahvistanut kohderyhmäläisten itsetuntoa.

Viikoittain toimintaan osallistuneista vapaaehtoisista 10/13 pääsivät pitkäaikaistyöttömyydestä tai laitoslämästä eteenpäin joko työn tai opiskelujen pariin.

Vertaistuen ja tiedon löytyminen KoKoan kanssa järjestettävistä illoista koettiin tärkeäksi ja lisäsi tunnetta, ettei ole yksin tilanteidensa kanssa.

### Hankkeen tilastot vuonna 2017

Toimintaan osallistuneiden vapaaehtoisten lukumäärä	48
Koulutus -tai seminaaritalaisuuksien lukumäärä	7
Koulutus- ja seminaaritalaisuuksiin osallistuneiden lukumäärä	102
Ryhmiin kokoontumiskerrat yhteensä	84
Ryhmiiin osallistuneiden henkilöiden lukumäärä	125
Erillisten kävijöiden lukumäärä matalankynnyksen toiminnassa	316
Käyntikertojen lukumäärä toiminnassa	535

### Yhteistyötahot

Hanke teki tiivistä yhteistyötä yhdistyksen matalankynnyksen Tuikku toiminnan, Myllypuron ruoka-avun, Suomen Mielenterveysseuran, KoKoa Ry:n, sekä Helsingin kaupungin jalkautuvan sosiaalityön kanssa.

Muita yhteistyötahoja oli: Mielenterveys Helmi Ry, Nyyti Ry, Psykosociala förbundet, Lapinlahden Lähde, Alvi Ry, Kampin kappeli, Brother Christmas, Helsingin kaupunki

## 18 VETO C 2853



### Toiminnan päämäärä ja toiminta-ajatus

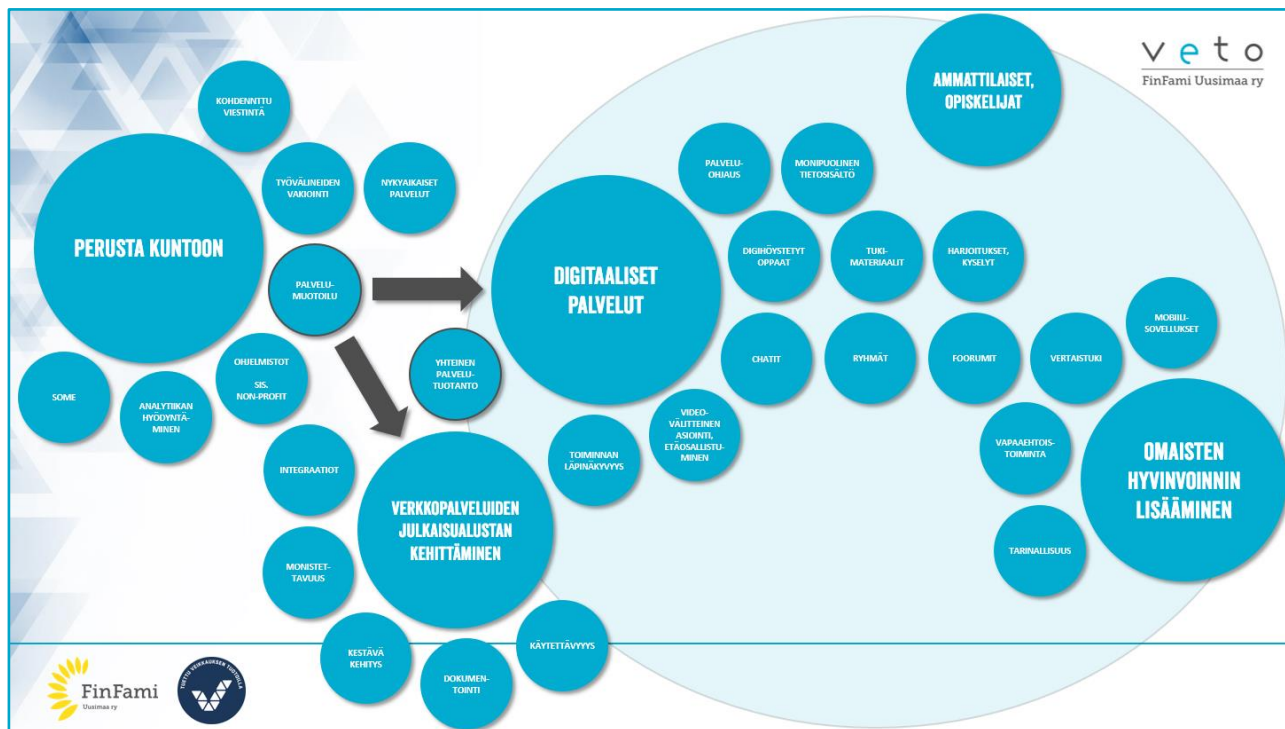
VETO-projektin päämääränä verkkoympäristössä tapahtuvan omaistoiminnan kehittäminen. Avustus myönnettiin FinFami Uusimaan ry:lle vuosiksi 2017 – 2019. Projektin toiminta-ajatus on kehittää FinFami yhdistysperheen verkkopalvelualustaa valtakunnallisesti. Toiminnan tarkoituksena on avun joustava kohdentaminen mielenterveysomaisille, käyttäen sähköisiä kanavia olemassa olevien lisäksi. Projektin tavoitteena on tuottaa kolmannelle sektorille ns. best practises ajatusta digitaalisista palveluista erityisesti omaistyön näkökulmasta; toisin sanoen mitkä palvelut sopivat mihinkin tarkoitukseen ja mitä palveluiden tuottaminen vaati niin henkilöstöltä, resursseilta ja laitteilta.

### Keskeisimmät tavoitteet vuonna 2017

Rekrytoida projektin tavoitteiden saavuttamiseksi sopivat työntekijät. Projektin työntekijöiden kohdalla painotettiin monialaista osaamista.

Käydä läpi projektille rahoitushakemuksessa annetut tavoitteet ja muodostaa niistä konkreettisia toimenpiteitä muun muassa FinFamien toimintojen näkyväksi tuomiseksi ja kehittää täydentäviä verkkopalveluita omaisille nykyisten rinnalle.





Kuva 1. VETO-roadmap



Kuva 2. VETO-syksy 2017

### Keskeisimmät tulokset

VETO-projekti on kartoittanut yhdistyskentän tarpeita verkkopalveluiden kehittämiseksi, yhteistyössä Uudenmaan, Varsinais-Suomen ja Pirkanmaan yhdistysten kanssa. Tarpeiden kautta VETO-projekti on tuottanut suosituksia perustan luomiseksi, muun muassa käytettävien ohjelmien ja laitteiden suhteen. Lisäksi projekti on kehittänyt verkkopalveluiden palvelumuotoiluprosessin, jota se on pilotoinut osana verkkopalvelupohjan monistamista edellä mainituissa alueyhdistyksissä. Osana sisällöntuotannollisia haasteita VETO-projekti on käynnistänyt oppilaitosyhteistyötä Uudenmaan Ammattikorkeakoulujen kanssa. Oppilaat kehittävät valtakunnallisesti tärkeitä oppaista digitoituja verkko-oppaita esim. [www.finfamiuusimaa.fi/omaisen-opas](http://www.finfamiuusimaa.fi/omaisen-opas).

### Tulosten arviointi

VETO-projektilla on ollut haasteita saada valtakunnallisuutta toteutumaan toisin sanoen tavoittaa koko yhdistys kentän ääntä palveluiden suunnittelussa. VETO-projekti on lähtenyt rakentamaan yhteistyötä ensin isojen yhdistysten kanssa, ensimmäiset jotka ottavat yhteyttä periaatteella. Jatkossa projekti pyrkii viestimään myös pienemmille yhdistyksille henkilökohtaisesti, jotta yhdistykset tavoitetaan valtakunnallisesti. Seuraa VETO-projektin matkaa [www.finfamiuusimaa.fi/veto](http://www.finfamiuusimaa.fi/veto).

## 19 TUIKKU

### Toiminnan päämäärä

Lapinlahdentie 1:ssä elokuun loppuun saakka, ja sitten siirtynyt toiminta Jämsänkatu 2:een, tapaamis- ja kohtaamispaikka Tuikku ja siinä työskentelevän palveluohjaajan toiminnan päämääränä on ollut luoda ja kehittää matalan kynnyksen puitteet omaisten ja kuntoutujien kanssa tehtävälle yksilö-, ryhmä- ja perheytyölle. Tuikussa toimiva palveluohjaaja ohjaa ryhmiä, tapaa sekä omaisia, että kuntoutujia ja tekee verkostotyötä yhteistyö kumppaneiden kanssa. Palveluohjaaja tekee yhteistyötä yhdistyksen vapaaehtoistyöntekijöiden kanssa sekä tukee heidän omaa työtään.

Yhdistyksen palveluohjaaja vastaa Tuikun puitteista, jolloin ne ovat käytettävissä yhdistyksen ryhmätoimintaan, menetelmä koulutuksiin ja yhteistyöverkostojen kanssa pidettäviin palavereihin. Palveluohjaaja osallistuu asiakastyöhön myös yhdistyksen tuki- ja neuvontatoiminnan ja projektien kanssa ja erityisesti yhdistyksen Kohtaamon-projektin kanssa.

### Keskeisimmät tavoitteet

Tuikun tavoitteena on toimia matalan kynnyksen paikkana, jonne päihde- ja mielenterveyskuntoutuja, tämän omainen tai koko perhe voi tullessaan saada lyhyellä varoitusaajalla palveluohjaajalta tukea ja neuvontaa vaikeaan elämäntilanteeseen. Palveluohjaaja toimii tarvittaessa joko palveluihin ohjaajana, tarjoamalla keskusteluapua ja tilanteen kartoitusta sekä jalkautuvaa asiakas- ja omaistyötä. Tavoitteena on vahvistaa perheen arkea ja toimintakykyä.

Ohjattujen ryhmien tavoitteena on tarjota omaisille tietoa, neuvontaa ja vertaistukea. Ryhmiin järjestetään vierailijoita ajankohtaisten tarpeiden mukaan.

Vuonna 2017 toiminnassa olevia avoimia ryhmiä on kaksi. Toivotorstai on avoin ryhmä omaisille ja läheisille, joka kokoontui Lapinlahdentie 1:ssä torstaisin klo 14-18.30. Syksyllä toiminta siirtyi Jämsänkatu 2 toimi-

pisteeseen. Keväällä Toivotorstaissa oli paikalla myös yhteistyötaho Mielenterveysyhdistys Helmen palveluohjaaja klo 14-16, jota tapaamaan omainen tai läheinen voi ohjata mukanaan tulleen aikuisen kuntoutujan.

Toinen ryhmistä oli tarkoitettu päihteitä käyttävien, päihdekuntoutujien ja psyykkisesti oireilevien läheisille. Avoimen tiistai ryhmän tarkoituksena oli tukea perheen toipilasta, tarjota vertaistukea, jakaa tietoa sekä vahvistaa toivoa ottamalla huomioon jokaisen osallistujan omia voimavaroja. Ryhmä kokoontui syksyllä 2017 yhteensä viisi kertaa.

Tuikku toimi ja mahdollisti samalla myös yhdistyksen muiden yhdistyksen järjestämien ryhmien, tiedotus- ja koulutustilaisuuksien ja verkostoyhteistyötapaamisten paikkana.

Palveluohjaajan tehtävä on kehittää Tuikun matalan kynnyksen toimintaa siten, että se palvelee myös koko yhdistyksen muuta toimintaa ja asiakastyötä.

### **Keskeisimmät tulokset**

Hankkeen tilastot vuonna 2017

- Avoimien ovien ryhmätoiminta Toivotorstai: 46 kertaa, yhteensä 648 käyntikertaa
- Yksilötapaamiset: 19 omaisten kanssa, 170 kuntoutujien kanssa
- Puhelimesta annettu tuki ja neuvonta: 133 puhelua omaisille, 222 puhelua kuntoutujille
- Yhteistyötapahtumat: 52 tapahtumaa, joissa yhteensä 690 osallistujaa
- Menetelmäkoulutuksia: 2 koulutusta, joissa yhteensä 26 osallistujaa

### **Matalan kynnyksen Tuikku-toiminnan yhteistyötahot**

- Yhdistyksen muut toimijat
- Yhdistyksen Kohtaamo-projekti
- Tukikohta ry
- Ammattiopisto Luovi
- Helsingin kaupunki
- Mielenterveysyhdistys Helmi ry
- Suomen Palveluohjausyhdistys ry
- VETY-verkosto
- Laurea-ammattikorkeakoulu
- Helsingin seudun erilaiset oppijat ry (HERO)
- Alvi ry
- Lapinlahden Lähde
- Luovi erityisammattikoulu
- Paikka auki-nuori työllistettävä

## Toiminnan päämäärä ja toiminta-ajatus

Paikka auki-projektin käyttötarkoitus on tarjota tukea tarvitsevalle nuorelle järjestön yleishyödyllisten toimintojen piiristä työkokemusta, turvallisessa työssäoppimisympäristössä työkokemuksen kartuttamiseksi.

## Keskeisimmät tavoitteet

Projektin tavoitteena on tarjota nuorelle onnistumisen kokemuksia. Nuoren itseluottamus ja usko omaiin toiminta- ja keskittymiskykyihin vahvistuu ja sosiaaliset taidot paranevat/ palautuvat. Palkattava nuori saa työkokemusta, vahvuutta omaan osaamiseen sekä kokemuksen työkuultuurista, järjestö-, sosiaali- ja terveysalan työstä.

## Keskeisimmät tulokset

Nuori on oma aloitteisesti ottanut selvää järjestön toiminnoista sekä hänelle esiteltiin käynnissä olevat projektit. Hän oli mukana työtehtävien ja toiminnoiden suunnittelussa. Nuori osallistui I Love Me 2017 -messu-toimintaan sekä alueellisen omaistyön seminaariin. Hän piti yleistä siisteyttä yllä yhdistyksen tiloissa ja oli apukätenä muille sitä kulloinkin tarvitseville. Työtehtäviin on kuulunut pääasiassa toimistotyö erinäisin tehtävin sekä alustavat taloushallinnon tehtävät. Mainosten ja tiedotusten tekemistä/ laatimista. Matalan kynnyksen toiminnoiden seurantataulukon tekeminen 2017-2018 vuosille. Matalan kynnyksen avoimiin ryhmiiin osallistumista. Yhdistyksen sekä profami oy:n materiaalitilausten ja postituksen hoitaminen. Tapahtumien ja tilaisuuksien suunnitteluun sekä järjestämisiin osallistuminen. Toimistotarvike- ja kauppatilausten seuranta/ tilaaminen. Nuori on ollut myös tuen ja neuvonnan puhelinpalvelun kiireapulaisena, jolloin hän on ottanut soittopyyntöjä tuen ja neuvonnan työntekijöille.

## 20 PRE-START

Pre-start on Opetusministeriön rahoittama projektihanke. Projektille myönnettiin avustusta syksyllä ja projekti käynnistettiin lokakuussa. Projektin tavoitteena on perheohjauksen ja verkostolähtöisen työn kehittäminen ja integroituminen työpajatoimintaan, koska perhe on lähtökohtaisesti voimavara, ei pelkästään nuorelle, vaan myös ammattilaisten työlle. Perheohjauksessa oleellisinta on saada työskentelyyn mukaan ne läheiset henkilöt, joita ongelma koskettaa ja joita opastamalla saadaan nuorelle paras mahdollinen tuki. Hankeen tavoitteena on vahvistaa ammattihenkilökunnan perhetyön- ja ohjauksen osaamista ja antaa heille välineitä myös tunnistaa nuoren psyykkistä toimintakyvynhäiriöitä tai toimintakyvynalentumista. Työn kehittäminen tapahtuu FinFamin Uusimaa ry:n ja työpajojen yhteistyönä. Kohderyhmänä on 16 - 29 vuotiaat työpaja toiminnassa olevat nuoret ja heidän perheensä/läheisensä.

Tavoitteena on edistää nuorten ja heidän perheensä sosiaalisen ja vuorovaikutus taitojen vahvistamista ja kykyä huomioida nuoren psyykkistä toimintakyvyn häiriötä tai alentumista arkipäivässä, FinFami Uudenmaan psykoedukatiivisia perheohjausmenetelmiä sekä Omakuva N.Y.T. menetelmiä käyttäen että hyödyntäen perhe- ja nuoren ryhmäohjausmenetelmää PEERS- Social skills for teenagers with development and autism spectrum disorders, toki huomioiden ja hyödyntäen työpajojen jo olemassa olevia starttivalmennus toimintoja. Projekti on pääkaupunkiseudulla toteutettava kehittämishanke, jossa huomioidaan myös ruotsinkieliset toimijat.

Opetusministeriön rahoittamat projektihaikheet vaativat yhdistyksiltä omavararahoitusta, 20% haikkeen myöntämästä kokonaisrahoituksesta. Koska yhdistyksellä ei ollut selvyyttä ennen vuoden loppua omavastuurahoituksesta, päätti yhdistyksen hallitus "jäädyyttää" projektin toimintaa ja selvittää mahdollista muuta avustusta haikkeen jatkamiselle.