



# Toiminta- kertomus 2017

tekijä

Pia Vahekoski  
Porin Mielenterveysyhdistys  
Hyvis ry

## SISÄLLYSLUETTELO

1. Yleistä
2. Hallinto
3. Toimitila
4. Työntekijät, harjoittelijat
5. Ydintoiminta – jäsen toiminta
6. Tiedottaminen – arviointi, yhteistyö

Hyvää mieltä

ja

kohtaamisia



## 1 | YLEISTÄ

Porin Mielenterveysyhdistys Hyvis ry on vuonna 1971 perustettu mielenterveyskuntoutujien ja – potilaiden paikallisyhdistys.

Toiminnan päämääränä on yhdistää ja aktivoida Porin ja lähikuntien alueella asuvia mielenterveyskuntoutujia, jakaa oikeaa tietoa mielenterveysongelmista niitä tuntemattomille, sekä omalta osaltaan tehdä myös ennaltaehkäisevää työtä mielenterveyden alueella. Oikeaa tietoa jakamalla ja mielenterveyden asioista keskustelemalla yhdistys pyrkii osaltaan poistamaan mielenterveysongelmiin liittyviä negatiivisia asenteita ja ennakkoluuloja.

Yhdistyksen toiminta perustuu vapaaehtoisuuteen, mielenterveyskuntoutujien – jäsenten – omaan haluun ja kiinnostukseen etsiä itse elämänlaatua parantavia tekijöitä arkeensa.

Yhteisön voimana ja ihmisiä yhdistävänä tekijänä kaiken toiminnan taustalla on vertaistuki ja samankaltaisista elämäntilanteista saadut kokemukset.

Yhdistyksen jäsenmäärä oli vuoden lopussa 334. Rekisteristä poistettiin 30 henkilöä erilaista syistä johtuen (kuolema, oma pyyntö, jäsenmaksu maksamatta kahdelta vuodelta). Yhdistykseen liittyi toimintavuonna 23 uutta jäsentä. Jäsenmaksu oli suuruudeltaan 15€. Yhdistys itse kuului jäsenenä Mielenterveyden keskusliittoon, Satakunnan Yhteisöt ry:hyn ja Hyvinvointialan liittoon.

## 2. HALLINTO

Vuonna 2017 Porin Mielenterveystoiminnan Tuki ry:n hallitukseen ovat kuuluneet:

Pirkko-Liisa Nordlund	Puheenjohtaja
Mirva Heino	Varapuheenjohtaja
Matti Sulamäki	Sihteeri

Varsinaiset jäsenet: Rauli Taimi, Sirpa Valenius, Anna Tapaninen

Varajäsenet: Markku Aho (rahastonhoitaja), Ritva Lähtenmäki

Tilintarkastajana on toiminut Seija Lindell, toiminnantarkastajana

Kai Kotiranta.

Yhdistyksen hallitus kokoontui yhdeksän kertaa. Kehittämispäivää vietettiin elokuisen kokouksen yhteydessä Porin Yyterissä. Hallitusta ja vapaaehtoisia hemmoteltiin ja huomioitiin suunnitelmien mukaan kahdesti vuoden aikana. Ensimmäisellä kerralla oltiin luontopainotteisella retkellä Porin diapuistossa ja marraskuussa tarjottiin mahdollisuus osallistua mielenterveysmessuille ja yöpyä Helsingin Eurohostellissa.

Sääntömääräinen tilikokous pidettiin 30.3.2017 yhdistyksen toimitalassa. Läsä 13 jäsentä.

Yhdistyksen vuosikokous pidettiin 16.11.2017 Läsä 25 jäsentä. Kokouksessa käsiteltiin vuoden 2018 toimintasuunnitelma, talousarvio, jäsenmaksun suuruus, valittiin uudet hallituksen jäsenet ja päätettiin Patentti- ja rekisterihallitukseen lähetettävät sääntömuutokset.

## 3. TOIMITILA

Yhdistys toimii kaupungin vuokratiloissa Porin kaupungin keskustassa Valtakatu 9:ssä. Yhdistys maksaa tiloista vuokraa 790€/kk. Toimitilan koko on noin 175 neliötä. Talossa on myös muita vuokralaisia. Yhdistyksen osuus tilasta on yksi iso keittiö, eteinen, toimisto ja olohuone, toiminnanjohtajan huone ja invawc. Jaetussa käytössä on toinen wc pieni ja

taukotupa/ryhmähuone. Kesällä sisäpiha on käytössä. Mm. joka perjantai grillaamme lounasta aina syyskuun loppuun asti. Pihassa on mahdollista pelata pihapelejä.

#### 4. TYÖNTEKIJÄT, HARJOITTELIJAT

---

Yhdistyksessä on toiminnanjohtaja Pia Vahekoski. Hänen lisäksi työsuhteessa on ollut keittiötyöntekijä Anne Halmet-Kivini. Ohjaajana on toiminut Teemu Tolonen. Kesälomien aikaan palkattiin osapäiväisesti Jaro Kunnari (11 päivää) ja Annika Korvanen (viisi päivää).

Tuntityöläisiä oli kaksi. Kouluvuoden aikana nuorisotalolla pidetystä sählystä vastasi Juha Lahti. Keväällä ja syksyllä vesijumppaa keskustan hallissa ohjasi Sirpa Valenius.

Työpaikalla noudatetaan sosiaalialan järjestöjen työehtosopimusta. Työntekijät ovat saaneet jaksamisensa tueksi neljä Smartum seteliä/kk ja toiminnanjohtaja työnohjausta sairaanhoitopiirin työntekijältä kuusi kertaa. Työntekijöillä oli yksi TYKY/kehittämispäivä tammikuussa 2017.

Ohjaaja Teemu Tolonen opiskeli toimivuoden aikana uni-, ravitsemus- ja liikuntaneuvojaa. Pia Vahekoski suoritti SOSTER-turvakortin. Kaikki työntekijät kävivät hätäensiapukurssin.

Harjoittelijoita oli seuraavilta tahoilta:

**Porin kaupungin aikuissosiaalityö** - kuntouttavassa työtoiminnassa yksi.

**Winnova** - lähihoitajaopiskelijoita kaksi.

**TE-toimiston** työkokeilija yksi nuori puoli vuotta.

**Verve** työkokeilussa yksi henkilö joulukuun.

**SAMK** sairaanhoitajaopiskelijat (3) tekivät yhdistyksessä vapaaehtoistyötä 35h.

Käytännössä ohjattavia ja tukea tarvitsevia oli työsuhteisten ohjattavina koko vuoden.

#### 5. YDINTOIMINTA – JÄSENTOIMINTA

---

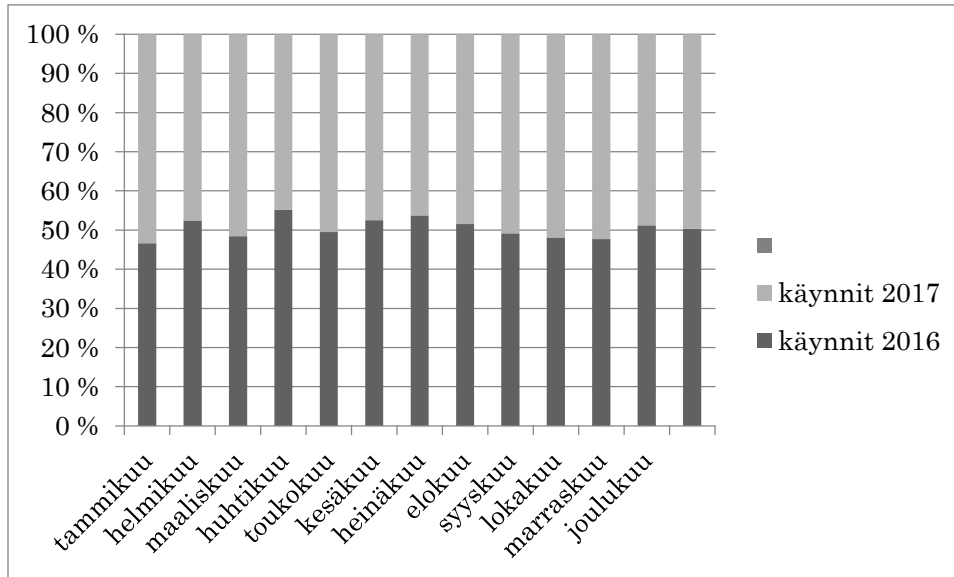
##### Kävijämäärät

Hyvän mielen talolle voi tulla kuutena päivänä viikossa silloin kun kävijälle itselle parhaiten sopii. Olemme avoinna ma ja to klo 9-15:45, ti klo 10:30-15:45, ke klo 9-18, pe klo 9-14:45 ja su klo 14-17.

Kesäaikana aukioloaika oli erilainen : 8:30-15:30 (ma, ke, to) tiistaisin klo 10-15:30 ja perjantaisin 8:30-14:30

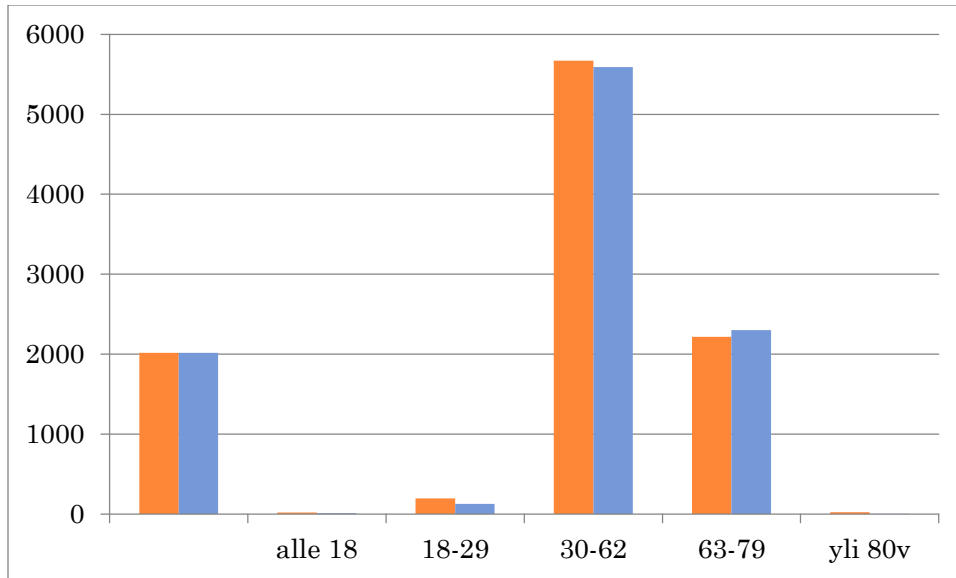
Keskiviikon karaokeilloista ja sunnuntaiaukioloista ovat vastanneet vastuujäsenet.

Kävijämäärä oli hiukan laskenut suhteessa vuoteen 2016, mutta edelleen kävijämäärä oli suuri **8032** (vuonna 2016 8123 kävijää). Kävijät ovat pitkälti jäseniä, sillä vain 319 käyntiä oli vierailta eli ei-jäseniltä. Yhdistyksen sihteeri laski kahden kuukauden eri kävijät. Elokuussa oli 100 eri kävijää ja syyskuussa 150.

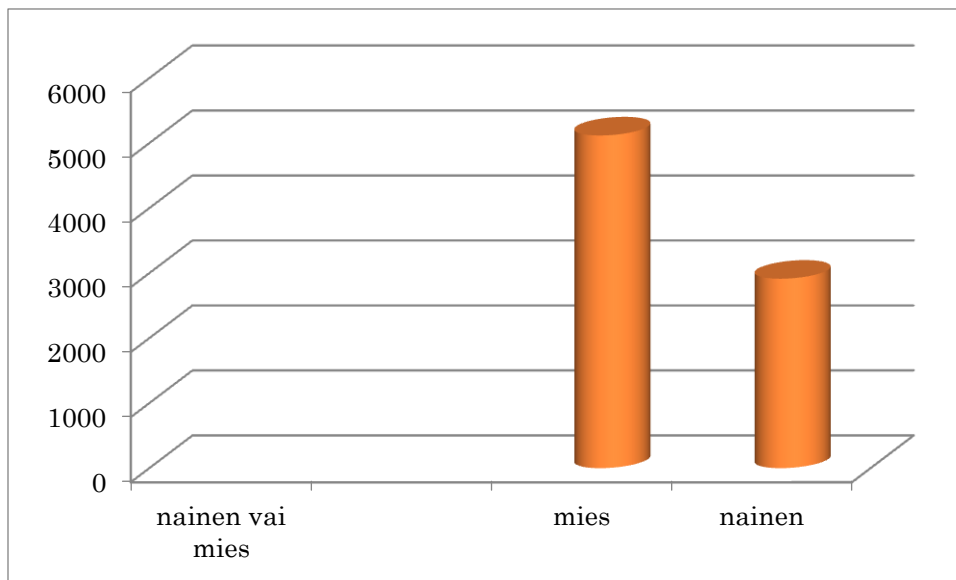


Yhdistys ei sulje oviaan joulutauolla tai kesällä. Muutamina retkipäivänä toimitila on ollut suljettuna kun henkilökunta on mukana retkillä. Entisten vuosien tapaan eniten kävijöitä on ollut maaliskuu- huhtikuussa ja loka-marraskuussa. Joulukuu on ollut erittäin hiljainen kuukausi.

Suurin osa kävijöistä kuuluu ikäryhmään 30-62v, mutta kävijöistä on moni (2300) iältään 63-79.



Siniset pylväät kuvaavat vuotta



Kävijöistä suurin osa on edelleen miehiä. Yhdistyksen naistoimintaa käynnisteltiin syyskuusta alkaen. Naisille tuli viikko-ohjelmaan oma ryhmä.

## Luennot ja tapahtumat jäsenille ja kaikille kiinnostuneille

- 12.1. Ismon diat (8)
- 10.1. Aulavastaavien koulutus (13)
- 17.1. keilaus (7)
- 23.1. Finfamin ja yhdistyksen yhteinen skitsofreniainfo (20)
- 13.2. Ystävyyden tanssit nuorisotalolla (25)
- 21.2. Yli 60-vuotiaiden treffit (25)
- 8.3. naisten päivän tapahtuma, Puupäät esiintyvät  
kokemuspuheenvuorot skitsofreniasta; Terhi Kykkänen ja Jarkko Valkeapää  
Pieni ele vaalikeräys 29.3.-4.4. ja 9.4.
- 29.3. Kokemuspuheenvuoro masennuksesta, Pirkkoliisa Nordlund
- 26.4. Luento yksinäisyydestä (19)
- 27.4. Luento onnellisuudesta (14)
- 28.4. Förskottiwappu
- 11.5. Tietokirjailija Janna Satsin luento erityisherkkyydestä. Järjestetty yhteistyössä Finfami Satakunta ry:n ja Satakunnan Mielen terveysseura ry:n kanssa. (60)
- 12.5. Kukan päivän tervehdys A-kiltaan (15)
- 16.5. Minigolf
- 10.7. Erimingle SuomiAreena viikolla Keski-Porin kirkossa, yhdessä MTKL:n ja muiden valtakunnallisten toimijoiden kanssa
- 10.7. Paneelikeskustelu Hullunkuriset perheet, SuomiAreena. Yhdistys mukana ja yhdistyksen kokemusasiantuntija Susanna Virta panelistina.
- 21.7. Ilmaiset kakkukahvit jäsenille, yhdistys täytti 46v (40).
- 19.11. Kynttilätapahtuma Keski-Porin kirkossa itsemurhaan päätyneiden muistolle. (60), järjestetty yhdessä SRK:n ja Finfami Satakunta ry:n kanssa.
- 5.12. Suomi100 lounas jäsenille (46)
- 20.11. Avoimet ovet Hyvän Mielen talolla (50)
- 21.12. Ilmainen joulupuuro jäsenille (30)

Yhteensä 22 tapahtumaa ja osallistujia runsaasti. Osassa tapahtumista ei ole ollut osallistujalistoja tapahtuman luonteen vuoksi.

### Ryhmätoiminnot

Virkistys- ja vertaisryhmiin osallistuttiin **1534** käynnin verran (vuosi 2016 1267)  
Naisten osallistumiskertoja 358 ja miesten 468.

**Virkistysryhmiä** olivat: bingo, juttelupiiri, levyraati, maantieto, tietovisa, karaoke, naiset ja nuoret.

**Vertaisryhmiä** olivat: Mieli maasta, kaksisuuntaiset, skitsofrenia, moniääniset, irti riippuvuuksista, pakko-oireiset.

**Liikuntaryhmiä** olivat: sähly, vesijumppa ja rentoutus yhteensä **424** käyntiä.

Kaikki ryhmäkäynnit yhteensä huikeat **1958**. (vuosi 2016 1841)

Vertaisryhmien ohjaajille on ohjaaja Teemu Tolonen antanut työn ohjausta. Työn ohjaukseen osallistuminen on ollut vapaaehtoista.



## **Retket**

1.2. Turku, ostosretki ja vierailu Itu ry:ssä	30
23.2. Retki Ikaalisten kylpylään	37
2.3. Retki Tampereen teatteriin	16
5.-6.4. Risteily Baltic Prinses	39
27.5.Sählyturnaus Tampereella	24
1.6. Virkistystä diapuistossa vapaaehtoisille	15
16.6. Retki Eura-Säkylä	38
27.7. Retki Särkänniemeeseen	14
21.-24.8. matka Tallinnaan	24
9.8. Syysretki Laviaan	19
20.10. Teatteri-ilta Porin Rakastajat teatterissa	16
21.-22.11. Mielenterveysmessut	8
8.12. Joulujuhlat	64
	<b>344</b>

Retkiä on järjestetty vähemmän kuin vuonna 2016, mutta 13 retkeä tarkoittaa, että retkellä ollaan oltu joka kuukausi. Työntekijöitä on ollut mukana jokaisella retkellä ja jäseniltä on kerätty omavastuusummat etukäteen. Tallinnan matkan ja risteilyn he ovat tehneet ilman yhdistyksen antamia alennuksia.

## **Keittiötoiminta**

Yhdistyksessä on valmistettu jäsenille aterioita kaikkina arkipäivinä: Ruuan valmistuksessa on ollut mukana yhdistyksen ohjaaja ja jäseniä. Ruoka on maksanut päivästä riippuen 3,50- 4€ ja myynissä on ollut myös muita tuotteita kuten leivonnaisia , makeisia ja kahvia. Ruokailumahdollisuus on yksinäisille jäsenille äärimmäisen tärkeä. Se on korostunut kaikissa jäsenkyselyissä. Ruoka-annoksia on myyty keskimäärin 265 kuukaudessa.

Jäsenille on tarjottu myös muita työtehtäviä. He saavat olla aulavastaavina ja siivoojina. Näistä tehtävistä heille on maksettu työosuuskorvausta. Työosuusrahapalkkioista on tehty sopimus Porin perusturvan psykososiaalisten palveluiden kanssa. Tähän ei käytetä STEA:n avustusta.

## **Hävikkiruoka**

Porin A-killan kanssa on yhteistyötä. He kuljettavat kouluilta ja kaupoista ylimääräistä ruokaa omien jäsentensä lisäksi Hyvän Mielen talon kävijöille. Hävikkiruoka viedään käytettäväksi henkilökohtaisiin talouksiin.

## **Muuta**

### **Mielenterveysneuvola**

Porin perusturvan terveydenhoitaja on pitänyt yhdistyksen toimitiloissa vastaanottoa joka kuukauden ensimmäisenä torstaina.

### **Elokuva**

Suomi100 hengessä tehtiin lyhytelokuva yhdessä Satakunnan elävän kuvan keskuksen (SEKK ry:n) kanssa. Elokuva Kielletyt tunteet on katsottavissa MEKATV:n youtube-sivuilla:

<https://www.youtube.com/watch?v=0XbOff6Q-WA>



Elokuva esitettiin Hyvisen Suomi100 lounaan yhteydessä ja 1.12. juhlaseminaarissa Porin kansalaisopistossa. Elokevassa käsitellään mielenterveyshoitoa ja sen muuttumista 100 vuoden aikana.

## 6. TIEDOTTAMINEN, ARVIOINTI, YHTEISTYÖ

Yhdistyksestä on lähetetty kolme jäsenkirjettä vuodessa (tammikuu, huhtikuu, elokuu). Samat tiedot lähetetään yhteistyötahoille sähköpostilla. Yhteistyötahoille on tehty myös sähköinen uutiskirje marraskuussa 2017.

Kaikkea kansaa palvelee ilmoittelu maakunnan päälehden Satakunnan Kansan menot palstalla. Yhdistykset saavat ilmoittaa siellä ilmaiseksi.

Sosiaalinen media on hallussa. Facebook sivuamme (**Porin Hyvis**)seuraa yli 1500. Instagram tilillämme (**Porin talo**) on 383 seuraajaa ja twitterissä 86. Lisäksi toiminnanjohtaja ja ohjaaja ovat omilla kaverisivuillaan **Pia Hyvis** ja **Teemu Hyvis** tiedottaneet laajasti mielenterveyteen ja yhdistykseen liittyviä asioita.

Some-tiedotusta on opeteltu yhdessä jäsenten kanssa. Vuoden lopussa palkittiin kaksi jäsentä kunniakirjalla juuri Some-tiedotukseen liittyen. (Terhi Kykkänen ja Tytti Wahlman)

Yhdistyksen toiminnan arviointiin on kiinnitetty huomiota. Yhdistys on mukana Kuntoutussäätiön Artsi-arvioinnista, josta on saatu vahva tuki tälle kehittämistyölle. Kaikki tiedonkeruulomakkeet ovat uusinnan alla. Jäsenet ovat vastanneet ryhmätoimintaa koskeviin kyselyihin, kerran vuodessa jäsenkyselyyn ja luentojen, tapahtumien ja retkien jälkeen on kerätty palautetta.

Yhteistyötä on tehty mielenterveys- ja päihdejärjestöjen kesken sekä Yhres hankkeen nimissä että Yhteisen keittiön suunnitelmien parissa.

Mielenterveyden keskusliiton toimintoihin on osallistuttu runsaasti. Olimme mukana keskusliiton liittokokouksessa, jossa tehtiin henkilövalintoja. Yhdistyksen varapuheenjohtaja valittiin Mielenterveyden keskusliiton liittovaltuuston varapuheenjohtajaksi ja toiminnanjohtaja liittovaltuuston jäseneksi. 2017 vuoden puheenjohtaja Pirkkoliisa Nordlund toimi myös Mieli maasta ry:n hallituksessa.

Yhdistyksen sählyjoukkue osallistui Mielenterveyden keskusliiton palloiluturnaukseen toukokuussa Tampereella ja joukkue sai pronssia sekä pokaalin parhaasta kannustuksesta. Tämä on esimerkki tuloksellisesta toiminnasta. Edellisenä vuonna sählyturnaukseen ei voitu osallistua kun joukkuetta ei saatu kasaan. Tänä vuonna suunnitteluun panostettiin ja myös varainhankintaan. Turnauksessa käytetyt paidat ja bussi saatiin kustannettua lahjoitusvaroin.



#### LOPUKSI

Kiitämme aktiivia  
toimijoita,  
yhteisyökumppaneit  
a ja talouttamme  
eri tavoin tukeneita  
henkilöitä hyvin  
sujuneesta  
yhteistyöstä.





