



Hyvää mieltä
ja
kohtaamisia

Porin Mielenterveysyhdistys

Hyvis ry

Valtakatu 9, 28100 Pori

P. 02 6324 626

www.porinyvis.fi



Toimintasuunnitelma 2019

TOIMINTASUUNNITELMA 2019

1. Yleistä

Porin Mielensterveysyhdistys Hyvis ry:n toiminnan päämääränä on yhdistää ja aktivoida yhdistyksen kotipaikan ja sen lähikuntien alueella asuvia mielensterveyspotilaita ja –kuntoutujia, herättää ymmärrystä näitä ihmisiä kohtaan sekä tehdä ennaltaehkäisevää työtä mielensterveyden alueella. Yhdistys on Mielensterveyden keskusliittoon kuuluva yhdistys.

Yhdistys on toiminut vuodesta 1971 lähtien mielensterveyspotilaiden ja –kuntoutujien oikeuksien ja aseman edistämisen puolesta. Yhdistyksellä on noin 350 jäsentä ja se on ylivoimaisesti suurin mielensterveyspuolen kuntoutujajärjestö Satakunnassa. Nykyistä toimintaa järjestetään Stean kohdennetulla toiminta-avustuksella (AK2) ja Hyvis illat maakunnassa toimii 2018-20 hankeavustuksella (C).

Yhdistyksen toiminta perustuu vertaistukeen – yhdistyksessä (ryhmässä) tapahtuvaan yhteiseen ajatteluun ja toimintaan, joka syntyy samankaltaisten elämänvaiheiden kautta saaduista kokemuksista. Se näkyy mielensterveyskuntoutujien osalta kasvavana itsetuntemuksena, itseluottamuksena ja toimeliaisuutena. Se auttaa ihmistä ottamaan vastuuta itsestään ja halutessaan huomioimaan myös toiset, vastaavassa elämäntilanteessa olevat kanssaihmiset.

2. Hallinto ja työntekijät

2.1 Yhdistyksen hallitus

Yhdistyksen hallitukseen kuuluvat puheenjohtaja, varapuheenjohtaja, neljä varsinaista jäsentä sekä kaksi varajäsentä. Hallitus valitsee keskuudestaan rahastonhoitajan ja varapuheenjohtajan. Toimihenkilönä toiminnanjohtaja osallistuu kokouksiin. Hänellä on kokouksissa puhe- ja läsnäolo-oikeus.

Hallituksen jäsenet ja tilintarkastajat valitaan yhdistyksen vuosikokouksessa. Hallituksen toimikausi on kaksi vuotta. Yhdistyksen hallitus kokoontuu 10-14 kertaa vuodessa käsittelemään sille kuuluvia päätösasioita. Puolet jäsenistä on erovuorossa vuosittain.

Hallituksen työskentelyä pyritään kehittämään ja tukemaan sekä yhdistyksessä toteutettavalla koulutuksella, että luomalla hallituksen jäsenille mahdollisuus osallistua tarvittaessa myös jonkun muun ulkopuolisen tahon järjestämään, mahdollisimman laadukkaaseen järjestökoulutukseen. Porissa näitä koulutuksia järjestää mm. Yhteisökeskus.

Hallituksella ja työntekijöillä on yhteinen kehittämispäivä syksyisin ja keväisin.

2.2 Työntekijät

Yhdistyksessä työskentelee toistaiseksi voimassa olevilla sopimuksilla neljä työntekijää ja määräaikaisella työ sopimuksella yksi. Toiminnanjohtaja huolehtii hallinnollisista asioista ja kehittää organisaatiota yhdessä yhdistyksen hallituksen kanssa, sekä suunnittelee ja koordinoi yhdistyksen eri toimintoja. Omalla toiminnallaan toiminnanjohtaja tukee yhdistyksessä tehtävää vapaaehtoistyötä ja edistää osaltaan jäsenten omaehtoista aktiivisuutta.

Keittiössä on ohjaaja, joka vastaa keittiö-, kassa- ja siivoustyöstä. Ohjaaja osallistuu tarvittaessa myös tapahtumiin ja retkiin työaikansa puitteissa.

Jäsentoimintoja ohjaa kolmas **ohjaaja, joka tukee ja virkistää jäseniä erilaisten ryhmätoimintojen kautta**. Tämä ohjaaja osallistuu kaikkiin yhdistyksessä tehtäviin retkiin ja tapahtumiin yhdessä toiminnanjohtajan kanssa, joitakin tapahtumia ja retkiä hän saattaa järjestää itsenäisesti. Työnkuvaan kuuluu uusien vertaisohjaajien hankkiminen, heidän motivointinsa, kannustamisensa ja ns. työnohjauksellisten keskustelujen käyminen heidän kanssaan. Ohjaaja, joka toimii tässä tehtävässä osaa myös ohjata jäseniä erilaisissa kuntoutumiseen liittyvissä asioissa. Tämä ohjaaja työskentelee maakunnassa Hyvis illoissa 11h/viikossa.

Neljäs työntekijä **vahtimestari-ohjaaja** kehittää ilta- ja viikonlopputoimintaa. Lauantaisin toimitiloissa järjestetään hävikkibrunssi, josta vahtimestari huolehtii yhdessä ohjaajan kanssa. Kouluista tuleva ruoka ja sen jälleensijoitus on myös vahtimestarin vastuulla.

Hyvis illoissa työskentelee **projektikoordinaattori**. Projektikoordinaattori suunnittelee ja **toteuttaa** maakunnassa kolmessa kohteessa järjestettäviä mielen hyvinvoinnin iltoja. Illat järjestetään matalan kynnyksen periaatteella Ulvilassa, Pihlavassa ja Kankaanpäässä. Projektikoordinaattorin parina työskentelee ohjaaja 11h/vko sekä tarvittaessa kokemusasiantuntijat sekä tuntityöläinen.

Yhdistys on hakenut STEA:lta tukea Paikka auki- ohjelmasta yhden nuoren palkkakulujen verran. Mikäli tuki myönnetään, palkataan sillä yksi koulutusta ja työkokemusta vailla oleva **nuori** yhdistykseen vuodeksi.

Työntekijöiden ennaltaehkäisevä työterveyshuolto on järjestetty Terveystalolla. Mikäli STEAn rahoituspäättös antaa myöden laajennamme tätä kattamaan myös sairaanhoidon.

Työntekijät osallistuvat mielensterveysalan ja -yhdistysten työntekijöiden tapaamisiin ja koulutuksiin.

Työntekijöiden jaksamista tuetaan Smartum- liikuntasetelein ja TYKY-päivien muodossa. Mikäli rahoittajan (Stea) avustus on riittävä, osallistuvat työntekijät työnohjaukseen.

2.3. Harjoittelijat

Yhdistykseen otetaan sosiaali- ja terveydenhuoltoalan opiskelijoita työharjoitteluun (lähihoitajat, sosionomit). Opiskelijat/työkokeilijat saavat yhdistyksessä perehtyä yhdistyksen toimialan jokaiseen osa-alueeseen ja pois lähtiessään he ovat pääsääntöisesti antaneet positiivista palautetta.

Satunnaisesti otetaan vastaan työkokeilijoita ja RISE:n sijoittamia yhdyskuntapalvelijoita.

Opiskelijat ja työkokeilijat tuovat lisäresursseja, mutta tarvitsevat toimiakseen myös ohjausta. Jokainen talossa työskentelevä osallistuu ohjaukseen.

3. Toimitilat

Yhdistyksellä on käytössään Porin kaupungilta vuokratut toimitilat Porin keskustassa (170 neliötä, Valtakatu 9, Pori). Toimitilat on nimetty Porin Hyvän Mielen Taloksi. Toimitiloista löytyvät yhdistyksen toimisto, kokous- ja ryhmätoimintatilat sekä kahvio/keittiö ja talon toisessa päädyssä pieni ryhmähuone, wc ja toiminnanjohtajan työtila. Työtila on kooltaan seitsemän neliötä.

Yhdistys maksaa toimitiloistaan vuokraa Porin kaupungille. Vuokra-avustus on myönnettäen yleishallinnon budjetista myös vuodelle 2019.

Hyvän Mielen Taloa pidetään auki **kuutena** päivänä viikossa parillisilla viikoilla. Arkisin klo 9-15.45 välillä aukiolosta vastaavat työsuhteessa olevat työntekijät. Ilta-, viikonloppu- ja juhlapyhien aukiolosta vastaavat vastuujäsenet ja vahtimestari-ohjaaja.

Parittomilla viikoilla toimitila on auki myös lauantaina eli seitsemänä päivänä viikossa. Vastuujäsenet saavat tehtävistään ns. työsuusrahaa. Työsuusraha maksetaan yhdistykselle Porin perusturvan psykososiaalisten palvelujen kautta kuukausittain jälkikäteen perustuen todellisiin kuluihin.

4. Jäsentoiminta

Yhdistyksen kohtaamispaikka Porin Hyvän Mielen Talo eli Hyvis on olemassa jäseniä varten. Jäsenistöllä on hyvin erilaista kuten myös heidän tarpeensa. Tarjoamme jäsenille mielekästä tekemistä, mahdollisuuden ruokailuun ja monipuolista tietoa mielensterveysasioista.

Keittiö-ruokalatoimintaa

- kohtaamispaikassa laitetaan lounas joka arkipäivä. Sitä saa ostaa edullisesti 3,50€-4€.
- mahdollisuus yhteiseen ruokailuun
- myynnissä on myös kahvia, virvokkeita, leivonnaisia ja kesällä jäätelöä.
- hävikkiruokajakelua, päivittäin
- keittiössä töissä yksi tai kaksi jäsentä päivittäin
- hävikkibrunssi

Kohtaamispaikassa

- mieluisaa tekemistä ja tuttuja ihmisiä
- säännöllinen viikko – ja päiväohjelma
- ryhmiä 10-15 kpl
- tapahtumia
- luentoja
- ATK-taitoja ja neuvontaa puhelimen käytössä
- juhlietaan vuoden kiertoon liittyviä asioita ja jäsenten merkkipäiviä

Retket ja virkistys

Porin Mielensterveysyhdistys Hyvis ry on yhdistyksen alkutaipaleesta asti järjestänyt virkistystoimintaa jäsenilleen. Huolimatta siitä, että yhdistys on vuosien aikana kasvanut valtavasti toimintoiltaan, on tarpeen korostaa juuri virkistystoiminnan tärkeyttä jäsenistön jaksamisen tukena ja yhdistyksen tarjoaman sosiaalisen verkoston toimivuuden vahvistajana.

Virkistystoiminnallaan yhdistys tavoittaa kerralla hyvin suuren joukon jäseniä (30 – 50 jäsentä/tapahtuma, retki) ja pystyy tarjoamaan heille elämyksiä ja kokemuksia, joilla voi olla hyvinkin suuri merkitys yksittäisen ihmisen elämässä.

Retkistä on peritty ja tullaan jatkossakin perimään **reilu omakustannushinta**, näin mahdollistetaan kattava retkiohjelma. Ohjaaja, toiminnanjohtaja ja tarvittaessa keittöohjaaja ovat tarvittaessa mukana retkillä.

Virkistysmatkat

- keväällä kylpyläretki (tai mahdollisesti jokin muu retki)
- risteily helmi- tai huhtikuussa
- teatterissa käynti kahdesti vuodessa
- syksyllä yhdistyksen järjestämä virkistyspäivä
- kesäretket (grillausta ja saunomista, kaupunkiretki)
- luntoretket
- retket lähilyhdistyksiin
- joulujuhlat

Kokemus- ja vertaistoiminta

- tarjotaan mahdollisuus kertoa oma kokemustarina
- tarjotaan mahdollisuus perustaa oma vertaisryhmä
- tarjotaan mahdollisuus toimia ammattilaisen työparina
- vertaisryhmien vastaaville tarjotaan työnohjausta ja virkistystä

Koulutus

- hallitukselle
- työntekijöille
- vertaisohjaajille
- jäsenille
- kaikille avoimia luentoja yhdessä Finfami Satakunta ry:n kanssa

Toimintavuonna 2019 uutta ja erityistä

Kehitämme perjantai-illan aukioloja ja lauantain hävikkibrunsseja. Tässä kehittämistyössä hyödynnämme Porissa toimivaa mielensterveyskuntoutujien ja omaisten asiakasraatia. Pyrimme saamaan kokemusasiantuntijan tai vertaisen sisällön tuottajaksi perjantai-iltoihin ja lauantain iltapäiviin.

Käytämme vertaisohjaajia ja kokemusasiantuntijoita kaikessa toiminnassa ammattilaisen rinnalla.

Mahdollisesti käynnistämme jäsenille uuden harrastuksen, kävelyfutiksen.

Porin Mielensterveysyhdistys Hyvis ry

<p>Tammikuu</p> <ul style="list-style-type: none"> • jäsentiedote ja jäsenmaksut • retki Rauman yhdistykseen • kokemusluento/info 	<p>Heinäkuu</p> <ul style="list-style-type: none"> • kesäteatteri/Särkänniemi/Koivuniemen herra • SuomiAreena yhdessä muiden toimijoiden kanssa (Erimingle ja kansalaistori)
<p>Helmikuu</p> <ul style="list-style-type: none"> • kylpyläretki/risteily • kokemuspuheenvuoro • päivätanssit 	<p>Elokuu</p> <ul style="list-style-type: none"> • syksyn jäsentiedote • Mad Pride –retki • Tallinna/Visby/Ahvenanmaa
<p>Maaliskuu</p> <ul style="list-style-type: none"> • teatteri/konsertti • tuloksellisuus- ja vaikuttavuus selvitys • kansainvälinen naistenpäivä 	<p>Syyskuu</p> <ul style="list-style-type: none"> • Stean hakemus vuodelle 2020 • kokemuspuheenvuoro • työntekijöiden TYKY • mielen3sektori
<p>Huhtikuu</p> <ul style="list-style-type: none"> • risteily (tai kylpylä) • wappupippalot • yhdistyksen kevätkokous/tilikokous • Pieni ele -keräys • työntekijöiden TYKY • kesän jäsentiedote 	<p>Lokakuu</p> <ul style="list-style-type: none"> • teatteri • syysretki • vertaisten ja vapaaehtoisten virkistys
<p>Toukokuu</p> <ul style="list-style-type: none"> • grillikausi alkaa • mielensterveys- ja päihdefoorumi • MTKL:n salibandyturnaus Tampereella • Kukan päivä • Pieni ele-keräys (maakuntavaalit) • vertaisten ja vapaaehtoisten virkistys 	<p>Marraskuu</p> <ul style="list-style-type: none"> • kynttilätapahtuma • mielensterveysviikko • avoimet ovet • mielensterveysmessut • vuosikokous
<p>Kesäkuu</p> <ul style="list-style-type: none"> • kesäretki omassa maakunnassa • Tammen tilan retki • pihajuhlat juhannusviikolla 	<ul style="list-style-type: none"> • Joulukuu • joulujuhlat • Stean päätös tulee • joulupuuro

5. Tiedotus

Jäsenkirjeen kautta tiedottaminen säilyy jatkossakin toiminnanjohtajan tehtävänä. Jäsenistö saa jäsenpostia kolme kertaa vuodessa. Jäsenposti ja yhdistyksen esitteet postitetaan samanaikaisesti myös kaikille yhteistyökumppaneille. Yhteistyökumppaneille pyritään lähettämään tiedotteita sähköpostilla. Jäsenpostin kopioinnissa ja postituksessa on mukana myös aktiivijäseniä.

Yhdistyksen ”talokokousta” (kaikkien jäsenten yhteinen, säännöllinen yhteisöpalaveri, joka pidetään Hyvän Mielen Talolla viikoittain maanantaisin) kehitetään edelleen toimimaan tehokkaana tiedotus- ja koulutustilaisuutena yhdistyksen hallinnon (toiminnanjohtaja ja hallitus) ja jäsenistön välillä. Yhteisöpalaverissa käydään läpi viikon ja lähiviikkojen tapahtumat.

Yhdistys tiedottaa toiminnastaan omilla www-sivuilla ja maakunnan päälehden Satakunnan Kansan Menoinfo - palstalla. Mielensterveysviikon aikana ja tarvittaessa muulloinkin toiminnanjohtaja lähettää porilaisiin lehtiin tiedotteita, joiden toivotaan herättävän lehdistön kiinnostuksen. Lehtiartikkeli maakunnan päälehdissä tuo yleensä mukanaan uusia jäseniä yhdistykseen.

Yhdistyksellä on oma facebook-kaverisivu, jossa päiväohjelmasta tiedotetaan joka arkipäivä. Facebookin (Porin Hyvis) kautta myös muut tahot saavat tietoa yhdistyksen aktiivisesta toiminnasta. Lisäksi olemme Instagramissa (Porin Talo) ja Twitterissä (Porin Hyvis). Työntekijöistä toiminnanjohtajalla, ohjaajalla, keittiöohjaajalla ja projektilla on käytössään omat facebook-profiilit: Pia Hyvis, Liisa Hyvis, Anne Hyvis. Projekti tiedottaa toimistaan Hyvis illat nimellä.

Yhdistys osallistuu Porissa ja lähikunnissa järjestettäviin kansalaistapahtumiin (Yhteisökeskus, oppilaitokset) joissa yhdistys saa tehdä yhdistystä tunnetuksi. Mahdollisimman avoimen tiedottamisen kautta yhdistys pystyy tekemään mielensterveysasioita tunnetuksi, asenteita mielensterveyskuntoutujia kohtaan myönteisimmäksi ja tietenkin saamaan uusia kävijöitä mukaan toimintaan.

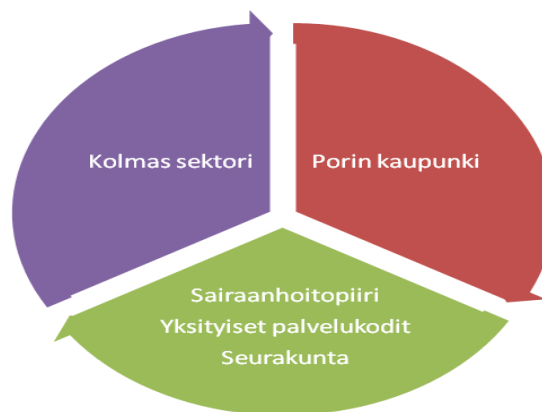
Sairaanhoitopiirin kanssa on tehty yhteinen sopimus tiedottamisesta. Syksyinen Mielen3sektori järjestetään sairaalan tiloissa viidettä kertaa.

Yhdistyksen hallituksen puheenjohtaja tai jäsenet tai työntekijät edustavat yhdistystä aktiivisesti ja sovitusti eri tilaisuuksissa ja tapahtumissa.

6. Yhteistyö

Yhdistys pyrkii vireään yhteistyöhön eri tahojen kanssa myös tulevaisuudessa. Solmittujen yhteistyösuhteiden ylläpitäminen tarkoittaa aktiivista tiedotusta ja yhteydessä oloa alueen eri mielensterveystoimijoiden kanssa esim. säännöllisen postin, vierailujen ja käyntien muodossa.

Toiminnanjohtaja ja puheenjohtaja kuuluvat moniin Porin alueella kokoontuviin yhteistyöryhmiin.. Toiminnanjohtaja toimii MTKL:n liittovaltuuston jäsenenä. Yhteistyö on tiivistä etenkin Porin kaupungin psykososiaalisten palveluiden kanssa. Kaupunki pitää mielensterveysneuvolaa tiloissa 1x kk ja samainen terveydenhoitaja saa esimiestensä suostumuksella pitää jäsenille terveysaiheisia luentoja.



Yhteistyötahot

- ✚ **STEA Ak2 avustus** mielensterveyskuntoutujien kohtaamispaikkatoimintaan, C-avustus
- ✚ **Porin kaupunki** omistaa kiinteistön, jossa yhdistys on vuokralla.
- ✚ **Porin kaupunki**, avustaa taloudellisesti toimintaa, järjestää yhdistyksen toimitiloissa mielensterveysneuvolan, Porin perusturvan kanssa on sopimus työosuusrahoista
- ✚ **Porin kaupungin vapaa-aikavirasto** -> liikuntatilat ja leirikeskukset vuokrattavana
- ✚ **Satakunnan Sairaanhoidopiiri**, ohjaa kävijät Hyvän Mielen Talolle -> työnohjaus
- ✚ **Mielensterveyden Keskusliitto ry ja muut potilasyhdistykset** -> kattojärjestö, koulutus, ohjaus ja tuki, yhteiset tapahtumat
- ✚ **Porin Seurakunta** -> hartaustilaisuudet, kynttilätapahtuma
- ✚ **Finfami –Satakunta ry** -> molemminpuolinen palveluohjaus, edunvalvontaan liittyvät kannanotot, yhteiset tapahtumat ja luennot
- ✚ **Porin TE-keskus** > harjoittelijoita ja työkokeilijoita,
- ✚ **WinnNova, SAMK.DIAK, Sataedu**-> opiskelijoita, opinnäytetöitä, apua tapahtumajärjestelyissä
- ✚ **Asumisyksiköt** (Veturi, Taiteilijakoti, Friitala, Hopeaharju, ASPA), ohjaavat kävijöitä toimintaan
- ✚ **Satakunnan Mielensterveyseura ry** > tapahtumayhteistyö
- ✚ **Bussiyhtiö Ruosniemen linja-auto Oy (Sundell)** -> kuljetukset yhdistyksen retkillä
- ✚ **Tukiranka ry/Klubitalo Sarastus, Friskituult ry/ Itu ry** > yhteiset tapahtumat
- ✚ **Yhteisökeskus** yhdistys on jäsenenä

7. Talous

Porin Mielensterveysyhdistys Hyvis ry:n taloudellinen pohja toimintavuodelle 2019 on **arvioitu** muodostuvan erilaisista avustuksista

- STEA AK2 ja STEA C-avustus maakunnan illat
- Porin Kaupungin avustus
- Psykososiaalisten palveluiden sopimus työosuusrahoista noin
- Jäsenmaksut
- Järjestötoiminnan tuotto (keittiö- ja osanottomaksutulot)
- Vammaisneuvoston avustus liikuntaan
- Mahdollinen KKI-avustus kävelyfutikseen

Suurin kuluerä on luonnollisesti palkkakustannukset sivukuluineen työntekijöistä ja keittiötoiminnasta ja kuntouttavasta virkistystoiminnasta. Nämä kaikki kuluerät ovat jatkuvasti kasvavia johtuen yleisestä kustannustason noususta ja liittokierroksilla tulevista korotuksista.

Tilitoimisto Abakus ky vastaa palkkojen maksamisesta, kausi-ilmoituksista ja muista tilitoimistoalan tehtävistä, jotka on tarkemmin sovittu heidän kanssaan tehdyssä sopimuksessa.

8.Lopuksi

Yhdistys tarjoaa ainutlaatuista vertais- ja virkistystoimintaa Porissa Hyvän Mielen Talolla ja Hyvis iltojen muodossa maakunnassa.

Kävijät ovat kohdanneet erilaisia haasteita elämässään, mutta yhdistyksen toimintaan osallistuminen lisää sosiaalisuutta, osallisuuden kokemuksia ja elämän iloa merkittävällä tavalla. Pyrimme luomaan osallistujille luottamuksen ja toivon näkökulman: elämä kantaa vaikeuksista huolimatta.

Porissa 10/2018

Pia Vahekoski
Toiminnanjohtaja

Rauli Taimi
Puheenjohtaja