

---

# Toimintakertomus 2020

---



---

Porin  
Mielenterveysyhdistys  
Tekijä: Pia Vahekoski



ry

---

## Porin Mielenterveysyhdistys Hyvis ry:n toimintakertomus vuodelta 2020

Yhdistys on perustettu 1971 aktivoimaan ja yhdistämään alueen mielenterveyspotilaita- ja kuntoutujia. Yhdistys järjestää matalan kynnyksen toimintaa Hyvän mielen talolla ja Hyvis illat hankkeen muodossa myös Pihlavassa, Harjavallassa ja Kankaanpäässä.

Pandemian vuoksi toimintavuosi oli erilainen ja mieleenpainuva. Toimintoja jouduttiin supistamaan ja muokkaamaan lukuisia kertoja.

**Toimintoja vietiin verkkoon ja vähennettiin kasvokkain tapahtuvia kohtaamisia.**

### 1. Hallinto

Hallitukseen kuuluivat vuonna 2020 seuraavat henkilöt:

Puheenjohtaja Teija Österlund

Varapuheenjohtaja Rauli Taimi

Sihteeri ja varsinainen jäsen Matti Sulamäki

Rahastonhoitaja ja varsinainen jäsen Kai Kotiranta

Hallituksen jäsenet Mirva Heino ja Anne Vuorisalo

Hallituksen varajäsenet Jarmo Salmi ja Sirpa Valenius

Hallitus kokoontui yhdeksän kertaa.

Vuosikokous pidettiin 24.11.2020 Läsnä oli 12 jäsentä. Tilikokous

pidettiin 1.6.2020 Läsnä oli 9 jäsentä.

Tilintarkastajana on toiminut Seija Lindell ja varatilintarkastajana Mervi Raitaniemi.

### 2. Työntekijät

Yhdistyksessä työskentelivät toimintavuoden aikana seuraavat henkilöt:

Toiminnanjohtaja Pia Vahekoski

Ohjaaja Annika Korvanen

Keittiöohjaaja Anne Halmet-Kivini

Vahtimestari-ohjaaja Ari Sillanpää

Projektityöntekijä Elina Kaunismäki

Paikka auki II ohjelman kautta palkattu nuori (12.2.2020 asti) Salla Rantoharju  
Pop up -hankkeessa 0-tuntisopimuksella Riitta Seppä  
Kesätyöntekijät (5h/pvä) Anna Batchikoff ja Nenna Slyts  
Hyvis illoissa tuntityöntekijöitä 0-tuntisopimuksella Anne Salin, Eeva Karvo, Janita Kuusisto

Palkkioita maksettiin 16 eri henkilölle. Tähän ryhmään kuuluvat kokouspalkkiot, kokemusasiantuntijapalkkiot sekä esiintymispalkkiot.

### 3. Toimitilat

Porin Mielenterveysyhdistys Hyvis ry:n toimitila sijaitsee Valtakatu 9:ssä Porissa. Yhdistyksen Hyvis illat hanke toimi kerran viikossa Harjavallassa aikuistenkulma Haikun tiloissa, Kankaanpäässä Kasevan tiloissa ja Pihlavassa Porin kaupungin asukastuvan tiloissa.

### 4. Jäsentoiminta

Toimintavuosi oli poikkeuksellinen panepidemiasta johtuen. Toimitilat suljettiin 16.3. ja silloin kohtaamisia alettiin järjestää uudella tavalla. Käynnistettiin puhelinpäivystysrinki, Tukinetin alustalla toimivia chatteja kaksi, EU-ruuan jakelu, virtuaali Hyvis.

Ohjattu jäsentoiminta kuukausittain:

Tammikuu	osallistujat
Liikuntaretki Harjavaltaan	9
Teatteri-ilta Porissa Mannerheim	14
Kokemusluento kaksisuuntaisesta mielialahäiriöstä	13
Virkistysryhmiin osallistujat	183
Liikuntaryhmiin osallistujat	118
Vertaisryhmiin osallistujat	38
Yhteensä	375

Helmikuu	osallistujat
Vertaisryhmiin osallistujat	54
Liikuntaryhmiin osallistujat	97
Virkistysryhmiin osallistujat	202
Diakodan ulkoilupäivä	30
Villasukkadisco	15

Yleisöluento erityisherkkyydestä	58
Ystävänpäivän tapahtuma	30
Yhteensä	486

Maaliskuu	osallistujat
Virkistysryhmiin osallistujat	125
Vertaisryhmiin osallistujat	23
Liikuntaryhmiin osallistujat	28
Vuojoen kartanon retki	19
Yhteensä	195

**Erityistä maaliskuussa:** Toimitilat suljettiin ja työntekijät siirtyivät etätöihin. Työntekijät alkoivat kehittää uusia toimintamuotoja ja harjoitella digivälineiden käyttöönottoa. Työntekijät harjoittelivat zoomin ja Teamsin käyttöä ja puhelinpäivystystä varten Telian Touchpointia.

Huhtikuu - toukokuu	osallistujat arvio
Puhelut	400
Jaettu Eu-ruoka	1000kg, kolme tapahtumaa – 50 kassia
Virtuaali Hyvis	400
Piharyhmät (toukokuu)	51
Yhteensä	901

**Erityistä huhti-toukokuussa:** Avattiin facebookiin uusi ryhmä kävijöille. Luotiin puhelinpäivystysrinki. Ohjaaja käynnisti pihakokoukset. Diakoniatyöntekijät Veera Nurmi ja Minna Taimi aloittivat vierailunsa ja tehostetun yhteistyön yhdistyksen kanssa. Saimme ruokavirastolta EU-ruokakuorman, joka jaettiin kassijakona huhtikuun aikana. Yhdistyksen kävijöille tarjottiin mahdollisuutta noutaa lounas Hyvän mielen talolta. Chat Tukinetin alustalla käynnistyi. Toisen chatin teemana oli mielen hyvinvointi ja toisessa nepsy asiat. Mielen hyvinvoinnin chateissa oli mukana Mielenterveyden keskusliiton asiantuntijoita. Nepsy chatissa oli mukana kokemusasiantuntija.

Kesäkuu	
Piharyhmiin osallistujat	412
Keittokiertue	50
Yhteensä	462

**Erityistä kesäkuussa.** Hyvän mielen talo avattiin. Toimintaa järjestettiin pääsääntöisesti yhdistyksen piha-alueella ja tehtiin pieniä retkiä Kirjuriluotoon ja lähialueille.

Yhdistys oli mukana suunnittelemassa ja toteuttamassa Satakunnan Yhteisöt ry:n keittokiertuetta. Keittokiertueen tarkoitus oli raskaan koranakevään jälkeen tuoda ihmisille iloa ja sosiaalisuutta. Tarjottiin keittoa eri lähiöissä ja Porin keskustassa mm. Hyvän mielen talon pihalla. Yhdistyksen työntekijöitä oli jakamassa keittoa ja keskustelemassa osallistujien kanssa. Järjestettiin juhannusjuhlat pihalla. Juhlissa oli tarjoilua, diakonien järjestämiä leikkejä ja yhteislaulua Miikka Vähähaan kanssa.

Heinäkuu	osallistujat
Piharyhmiin osallistujat	62
Pikkuretket (Yyteri, Kirjuriluoto ym)	34
Hyvis 49v	23
Yhteensä	119

**Erityistä heinäkuussa:** Kesän piharyhmien lisäksi järjestettiin perjantai-iltaohjelmaa: paistettiin vohveleita, pidettiin jäätelö- ja smoothiebaari ja kuunneltiin kesäistä musiikkia. Muusikko Make Tommila säesti yhdistyksen pihatansseja. Pienet retket lähialueilla toteutettiin kävellen tai kimppekyydein.



Elokuu	osallistujat
Ryhmiin osallistuneet	84
Reposaaren retki	17
Risteily Viking Gracella	24
Hygieniakoulutus	8
Hyvis pop up Reposaari	50
Yhteensä	183

**Erityistä elokuussa:** Satakunnan rauhallisen koronatilanteen vuoksi pystyttiin järjestämään kaksi retkeä.

Syyskuu	osallistujat
Ryhmiiin osallistuneet	315
Sinfoniettan harjoitukset	5
Hyvää mieltä vapaaehtoisille	9
Itsemurhien ehkäisy päivän webinaari	13
Hyvis pop up Lavia ja Väinölä	100
Yhteensä	442

**Erityistä syyskuussa:** Viikko-ohjelmaan palasivat liikuntavuorot sähly, vesijumppa ja kävelyfutis. Osa ryhmistä saatettiin pitää ulkona vielä sään sallimissa rajoissa. Järjestimme yhdessä Finfami Satakunta ry:n kanssa itsemurhien ehkäisy päivän webinaarin, jossa oli kaksi kokempuspuheenvuoroa.

Lokakuu	osallistujat
Ryhmiiin osallistuneet	249
Vertaisohjaajille ensiavun kertaus	8
Tammentilan retki	16
Vertaisohjaajien lounas	8
Yhteensä	281



**Erityistä lokakuussa:** Käytiin retkellä Tammen tilalla ja keskityimme perusrhmätoimintaan.

Marraskuu	osallistujat
Ryhmätoiminta	172
Vertaisten työnohjaus	5
Ulkoiluretki Diakodalla	14
Keilaus	5

EU-ruokaa saapui 2000kg, talkoot	8
Kynttilätapahtuma ja webinaari	30
Yhteensä	234

**Erityistä marraskuussa:** Retkeiltiin Diapuistossa ja vastaanotettiin Eu-ruokakuorma. Kohtaamisrajoitusten vuoksi järjestettiin perinteinen kynttilätapahtuma Porin kauppatorilla ja verkossa yhdessä Finfami Satakunta ry:n kanssa.

Joulukuu	osallistujat
Ryhmätoiminta	10
Juhlalounas	18
Joulupuuro pihalla	20
EU-kassien jako	100
Yhteensä	148



**Erityistä joulukuussa:** Joulujuhlia ei tänä vuonna järjestetty. Itsenäisyyspäivää edeltävänä perjantaina järjestettiin normaalia juhlavampi lounas, joka tarjottiin kolmessa eri kattauksessa. Loppukuusta taloa pidettiin auki vain 2 ½h ajan siten, että kävijät saivat hoitaa asioitaan ja lounastaa. Joulupuuro syötiin pihalla ja samalla osallistujille jaettiin joulupussit.

## Muuta ja muutoksia

Valmistetut ruoka-annokset	2439
Kokemusasiantuntijan vastaanotto	8
Chatit (2) Tukinetin alustalla	144

Hävikkilounas lauantaista lopetettiin koronatauon jälkeen, koska hävikkiä ja vapaaehtoisia lounasta toteuttamaan oli vaikea saada. Tähän toimintaan osallistuneet ohjattiin muihin ruuanjakopisteisiin.

## Hyvis illat – maakunnallinen toiminta

Yhdistyksellä on ollut vuosina 2018-20 Stea rahoitteinen hanke nimeltään Hyvis illat. Toimintavuonna iltoja järjestettiin Pihlavassa, Harjavallassa ja Kankaanpäässä. Projektityöntekijänä toimi Elina Kaunismäki ja 1/3 työajastaan hankkeelle antoi ohjaaja Annika Korvanen. Tuntityöntekijöitä iltoihin kutsuttiin tarvittaessa.

Iltojen sisältöä rakennettiin kävijöiden toiveiden ja hankesuunnitelman mukaan seuraavasti:

- kokemuspuheenvuorot:  
kaksisuuntaisesta mielialahäiriöstä, pakko-oireisesta häiriöstä, haasteista selviytymisestä, nepsy haasteet arjessa ja erilaisten hakemusten täyttäminen
- vierailijat: Mtkl:stä, SPR:stä ja seurakunnista, muusikko Ilkka
- tavallista yhdessäoloa (visat, bingot)
- muuta: vertaisohjaajien hyvinvointi-ilta Pihlavassa ja live-esitys Harjavallassa liikunnallinen kesäkisa Harjavallassa ja syystapahtuma x2 Pihlavassa, Toivon työpaja Harjavallassa, kankaanpääläisten retki Poriin



---

Osallistujia illoissa vuoden aikana yhteensä 900 (Harjavalta 509, Pihlava 166, Kankaanpää 225). Osallistujamääriin vaikutti koronan vuoksi ollut tauko 16.3.-31.5. ja Kankaanpää siirtyi muuta Satakuntaa aikaisemmin leviämisalueeksi ja illat olivat tauolla joulukuussa.

Taukojen aikana työntekijä osallistui Hyviksellä tehtävään etätööhön ja EU-ruuan jakeluun sekä Porin perusturvan nepsypäivystykseen kahvilassa ja puhelimesta. Tukinetin chatteja pidettiin yhteensä 10 kertaa ja niihin otettiin kolme eri kokemusasiantuntijaa.

### **Hyvis pop up-toiminta**

Yhdistykselle myönnettiin raukkauudella porilaisille avustus. Tarkoituksena oli järjestää hyvinvointitapahtumia Porin laita-alueilla. Korona vuoksi kevään suunnitelmat peruttiin ja tapahtumia kyettiin syksyllä järjestämään kolme: Laviassa, Reposaassa ja Väinölässä. Tapahtumissa oli livemusiikkia, tarjoilua, Onnenpyörä ja kaverikoiria. Tapahtumajärjestelyissä auttoi tuntuityöntekijä Riitta Seppä ja SAMK:in opiskelijat. Tilaisuudet pidettiin paikallisten seurakuntien pihamaalla. Muusikoista mukana olivat Make Tommila, Kide Leppäpohja sekä duo Orion Stars.

Tilaisuuksissa kohdattiin noin 150 henkilöä. Kaikissa kohteissa mukana oli erityisesti lapsiperheitä ja ikäihmisiä.

Koronatilanteen vuoksi loput avustusrahasta palautettiin kaupungille.

## **5. Tiedotus**

Yhdistys on tiedottanut vuoden aikana runsaasti. Jäsentiedotteita lähetettiin viisi, koska kaikkia kävijöitä ei tavoiteta sähköisiä kanavia pitkin. Vain 20% jäsenistä on antanut sähköpostiosoitteensa.

Muut käytetyt kanavat: facebook, instagram, twitter, sähköposti, Sk- menoinfo. Facebookissa seuraajia pääsivulla on yli 2000 ja suljetussa virtuaali Hyviksessä oli vuoden lopulla 74 jäsentä. Työntekijöillä oli jokaisella oma kaverisivunsa facebookissa helpottamassa oman sektorin tiedotusta ja yhteydenpitoa kävijöihin. Toimintavuoden koronasulun vuoksi kävijöitä kannustettiin liittymään facebookiin ja osa iäkkäämistä kävijöistä on löytänyt sisältöä yksinäisiin päiviin. Vaikkei some korvaa kasvokkaista kohtaamista, antaa se vaihtelua päiviin.

Kotisivut päivitettiin soveltuvuuslain mukaisiksi.

---

## 6. Arviointi

- A) **Laadullinen** Yhdistyksen arviointia kehitettiin vastaamaan rahoittajan vaatimuksia. Kyselypohjat siirrettiin Pokka työkaluun, jossa omia tuloksia voi verrata toisten yhdistysten tuloksiin.

Jäsenistö sai vastattavakseen lukusia kyselyjä. Ensimmäisen koronasulun jälkeen kävijöille tehtiin yksinäisyyskysely lomakkeella ja työpajakysely pihalla. Kävijöiden yksinäisyys oli syventynyt. Osalla ulkopuoliset kontaktit olivat rajoittuneet yhteen omaiseen tai marketin kassahenkilöön.

Syksyllä toteutettiin kyselyt työntekijöille, hallitukselle, kokemustoimijoille ja vertaisohjaajille sekä kävijöille ja ryhmiin osallistujille. Kyselyiden avulla voitiin todentaa toiminnan vastaavan asetettuja tavoitteita.

Hyvis illoista valmistui Katariina Patosalmen opinnäytetyö.

- B) **Määrällisiä lukuja** seurattiin ja niitä ei voi suoraan verrata aikaisempiin vuosiin erilaisten rajoitustoimenpiteiden vuoksi.

Käyntejä Hyvän mielen talolla 4787

Hyvän mielen talon kävijöistä 72% kuuluu ikäryhmään 30-62-vuotiaat ja 27% kävijöistä on 6379 -vuotiaita.

61% kävijöistä on miehiä.

Ryhmiin, tapahtumiin, ruokailujen kautta kohdattuja 6443. Kohdattujen lukumäärä on suurempi kuin Talon käynnit, koska toimintaa on talon ulkopuolella ja verkossa.

## 7. Yhteistyö

Yhteistyö oli tiivistä Finfami Satakunta ry:n ja Porin ev.lut seurakuntien kanssa sekä Mielenterveyden keskusliiton asiantuntijoiden kanssa. Satakunnan yhteisöt ry tarjosi apua erilaisten digivälineiden käyttöönotossa sekä EU-ruualle maksuttoman säilytystilan. Toiminnanjohtaja ja työntekijät ovat olleet mukana erilaisissa työryhmissä kehittämässä alueellista toimintaa. Kesällä toteutunut keittokiertue on esimerkki järjestöjen ja seurakuntien yhteistyön voimasta.

Yhdistyksen hallituksen jäsen Mirva Heino on toiminut Mielenterveyden keskusliiton liittovaltuuston puheenjohtajana ja toiminnanjohtaja liittovaltuuston jäsenenä.

---

## 8. Talous

Talous koostui Stean kohdennetusta toiminta-avustuksesta, Stean hankea-avustuksesta, Porin kaupungin avustuksesta ja jäsenmaksuista.

Tilitoimiston vaihdos tehtiin pikaisella aikataululla keväällä. Uuden tilitoimiston nimi on Birgits net accounting oy. Samalla vaihtui sähköinen maksujärjestelmä Procountoriksi.

## 9. Lopuksi

Vuodesta jäi tunne, että toiminnan organisointi uudelleen on mahdollista uudelleen ja uudelleen, mutta kaipuu tavalliseen elää.

Ovidiuksen sanoin:

*”Kaikki muuttuu, mikään ei tuhoudu.”*







