



Espoon mielenterveysyhdistys EMY ry

Esbo Mentalhälsoförening EMF rf

Pappilantie 7

02770 Espoo

p. (09) 859 2057

espoonmielenterveys@emy.fi

www.emy.fi

TOIMINTASUUNNITELMA 2018

Et tarvitse lähetettä tai diagnoosia – tervetuloa mukaan!

SISÄLLYS

1. ESPOON MIELENTERVEYSYHDISTYS EMY ry	3
1.1 Yhdistys ja sen toimintaa ohjaavat arvot sekä tavoitteet	3
1.2 Yhdistyksen ja hallituksen kokoukset	3
1.3 Yhteistyö ja kumppanuudet	4
1.4 Emy:n ympäristöteot ja Reilu kauppa	5
1.5 Varainhankinta	5
2. KOHTAAMISPAIKKOJEN TOIMINTA	5
2.1 Kohtaamispaikat	5
2.2 Talkootoiminta kohtaamispaikoissa	6
2.3 Ryhmätoiminta	6
2.4 Leiri- ja retkitoiminta	6
2.5 Yhdistyksen juhlat ja tapahtumat kohtaamispaikoissa	7
2.6 Osallistujälähtöisyys toiminnassa	7
2.7 Palvelut yhdistyksen toimintaan osallistujille	7
2.8 Tukihenkilö- ja vertaistukihenkilötoiminta	7
2.9 Etuus- ja vaikuttamistoiminta	8
3. SOSIAALISTA KUNTOUTUSTA TYÖN RAJALLA	8
3.1 Kahviotoiminta	8
3.2 Välityömarkkinoiden mahdollistaminen	8
3.3 Puutarhatoiminta ja kumppanuus Espoon kaupungin kanssa	8
3.4 Osuuskunta Avustamo	8
4. TIEDOTTAMINEN	8
4.1 Emy - tiedote ja Avomielin - lehti	8
4.2 Kotisivut ja sosiaalinen media	9
4.3 Emy esittäytyy ja on näkyvillä	9
5. KUTSU - ETSIVÄN JA LÖYTÄVÄN TUEN HANKE	9
6. TALOUS JA HALLINTO	9
6.1 Toiminnan rahoitus	9
6.2 Vakituiset työntekijät	10
6.3 Yhdistyksen käytössä olevat tilat	10
6.4 Koulutus	10

1. ESPOON MIELENTERVEYSYHDISTYS EMY ry

1.1 Yhdistys ja sen toimintaa ohjaavat arvot sekä tavoitteet

Espoon mielenterveysyhdistys EMY ry (Emy) on espoolainen yhdistys, joka on tarjonnut mielekästä tekemistä ja vertaistukea mielenterveyskuntoutujille ja muille kiinnostuneille jo vuodesta 1985. Alun perin yhdistys perustettiin, kun joukko Jorvin sairaalan potilaita ja työntekijöitä alkoivat miettimään, missä ja miten potilaat voisivat saada sosiaalista tukea sairaalajaksojensa jälkeen. Alun pienimuotoinen vertaiskeskustelutoiminta psykiatrian poliklinikoilla sekä seurakuntien tiloissa käynnistyi kunnolla testamenttilahjoituksen ja kaupungilta myöhemmin käyttöön saadun talon kautta. Rahoituksen myötä yhdistyksen toiminta laajeni useaan paikkaan Espoossa ja nykyään yhdistyksen toimintaan osallistuu arviolta yli 1500 eri ihmistä. Yhdistyksen toimintaa rahoittavat Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus (STEA), Espoon kaupunki, Viola Raninin säätiö, Espoon seurakuntayhtymä, Kirkkonummen kunta ja Kauniaisten kaupunki. Yhdistyksen jäsenmaksu on 23 euroa ja kannatusjäsenmaksu on 100 euroa kalenterivuodelta.

Espoon mielenterveysyhdistys EMY ry:n tarkoituksena on yhdistää ja aktivoida yhdistyksen kotipaikalla ja sen lähikuntien alueella asuvia mielenterveyskuntoutujia ja heidän läheisiään, edistää jäsentensä mielen-terveyttä, kehittää mielenterveyspalvelujen saatavuutta, laatua ja tasoa sekä tehdä ennalta ehkäisevää mielenterveystyötä. Yhdistys vaikuttaa siihen, että mielenterveyspalveluja tarvitsevien erityistarpeet otetaan kunnissa huomioon palveluista päätettäessä.

Emyssä ei diagnooseja kysellä eikä Emyyn tullakseen tarvitse lähetettä. Emyssä saa ottaa omat voimavarat käyttöönsä ja kaikkien panos on tärkeä - silloinkin kun ihminen on heikoimmillaan. Emy:n arvot ovat jäsenlähtöisyys, yhdenvertaisuus, yhteisöllisyys, itsemääräämisoikeus, avoimuus ja toiminnallisuus.

Emyn toiminta-ajatuksena on

- ylläpitää avoimia kohtaamispaikkoja, joissa on mahdollisuus osallistua toimintaan, saada vertaistukea ja kokea yhteisöllisyyttä.
- järjestää mielekästä tekemistä, harrastus- ja työtoimintaa jäsenlähtöisesti sekä tukea ihmistä arjessa. Täten jäsenistön sosiaalinen pääoma karttuu.
- tehdä avoimesti yhteistyötä muiden mielenterveysalan toimijoiden kanssa ja pyrkiä sitä kautta vaikuttamaan espoolaisten ja lähialueiden mielenterveyskuntoutujien asemaan identiteettiään unohtamatta.

Emyn visiona on

- yhdistyksen toiminnassa ovat mukana eri ikäryhmät, erityisesti nuoret aikuiset.
- yhdistys toimii Espoon eri alueilla, myös Pohjois-Espoossa.
- yhdistyksellä on vankka ja riippumaton rahoitus.
- yhdistys on vakavasti otettava toimija ja tasavertainen yhteistyökumppani muiden tahojen rinnalla.

Emyn toiminnan tavoitteiksi vuodelle 2018 on asetettu yhdistyksen tarkoituksesta johdetut tavoitteet sekä hallituksen ja työntekijöiden kehittämistyöpajassa nousseet kehittämistavoitteet:

1. Yhdistyksen tarkoituksena on yhdistää ja aktivoida mielenterveyskuntoutujia.
2. Yhdistyksen tarkoituksena on herättää ymmärrystä mielenterveyskuntoutujia kohtaan.
3. Yhdistyksen tarkoituksena on tehdä ennalta ehkäisevää työtä mielen-terveyden alueella, joka käytännössä tarkoittaa tavoitetta ylläpitää toimintaan osallistuvien toimintakykyä, vähentää yksinäisyyttä ja tukea toimintaan osallistuvia kuntoutumisessa kansalaistoiminnan ja vertaisuuden keinoin.
4. Kehittämistyöpajassa elokuussa 2017 sovittiin, että vuonna 2018 tavoitteena on lisätä ja kehittää vapaaehtoistoimintaa Emyssä.
5. Kehittämistyöpajassa elokuussa 2017 sovittiin, että vuonna 2018 tavoitteena on yhä kutsua nuoria aikuisia mukaan toimintaan ja kehittää heille suunnattuja toimintoja yhdessä heidän kanssaan. Vaikka tätä tavoitetta varten on haettu projektirahoitusta, on tavoitetta kohti tarkoitus työskennellä ainakin pienimuotoisesti, vaikkei rahoitusta myönnettäisi.
6. Kehittämistyöpajassa elokuussa 2017 sovittiin, että vuonna 2018 tavoitteena on yhdistyksen toimintoihin liittyvien prosessien vahvistaminen ja kuvantaminen.

1.2 Yhdistyksen ja hallituksen kokoukset

Yhdistyksen varsinaiset kokoukset ovat kevätkokous ja syyskokous. Kevätkokous pidetään maaliskuun loppuun mennessä ja siinä käsitellään toimintakertomus, tuloslaskelma ja tase, tilintarkastuskertomus sekä vastuuvapaus. Syyskokous pidetään marraskuun loppuun mennessä. Syyskokouksessa päätetään seuraavan vuoden toimintasuunnitelma ja talousarvio, yhdistyksen jäsenmaksu sekä valitaan seuraavan kauden hallitus ja tilintarkastajat.

Hallitus kokoontuu noin kuukauden välein kesätaukoa lukuun ottamatta. Hallituksen kokouksissa jäsenillä ja muilla seuraajilla on läsnäolo-oikeus. Jäsen voi pyytää puheenjohtajalta ennen kokousta puheoikeutta jonkin asian osalta, jota haluaa valottaa kokoukselle esityslistalta tai muuten. Hallitus pitää suunnittelu-päivän elokuussa. Silloin mietitään seuraavan vuoden tavoitteita, toimintasuunnitelmaa ja talousarviota sekä arvioidaan kulunutta vuotta. Hallitus voi asettaa työryhmiä valmistelemaan eri asioita. Hallituksen valitsevat vastuuhenkilöt ja vastuuryhmät suunnittelevat ja toteuttavat yksilöityä hallituksen valtuutamaa toimintaa omissa ryhmässä.

1.3 Yhteistyö ja kumppanuudet

Emyn yhteistyökumppanuudet on esitelty alla olevassa taulukossa. Yhteistyömuotoja on useimpien kumppanien kanssa useita. Yhteistyömuodot on ryhmitelty ja numeroitu taulukossa seuraavasti: 1 ryhmän ohjaaminen, 2 asiakasohjaus, 3 tilaisuuksien järjestäminen, 4 tilojen yhteiskäyttö, 5 kehittämissyhteistyö, 6 jäsenyys, 7 edunvalvonta, 8 verkostotyö, 9 viestinnällinen yhteistyö, 10 avustus, 11 harjoittelijat, 12 yhteistyösopimus, 13 Kutsu-hanke.

Toimija	Yhteistyömuoto												
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
Amiedu											x	x	
Aspa-säätiö		x	x						x				x
Avomielin - kumppanit: Tukiyhdistys Karvinen ry, Tukiyhdistys Majakka ry, Mielenterveysyhdistys HELMI ry, Vantaan Hyvät Tuulet ry, Sympati rf		x	x		x		x	x	x				
Diakonia-ammattikorkeakoulu											x	x	
Elinkeinoelämän keskusliitto						x							
Esittävän taiteen koulu ESKO	x			x									
Espoon diakoniasäätiö		x	x		x			x	x				
Espoon Järjestöjen yhteisö EJY ry		x	x	x	x	x		x	x				x
Espoon kaupungineläinlääkärit		x											x
Espoon kaupunki & Oma Lääkärisi terveysasemat		x							x				x
Espoon kaupunki (aikuissosiaalityö)	x	x	x	x	x			x	x	x		x	x
Espoon kaupunki (kirjasto, yhteispalvelu)		x	x	x					x				x
Espoon kaupunki (kulttuuripalvelut, Kaikukortti)		x			x			x					x
Espoon kaupunki (liikuntapalvelut)		x		x	x				x			x	
Espoon kaupunki (mielenterveys- ja päihdepalvelut)		x			x			x	x				x
Espoon kaupunki (työllisyyspalvelut)		x									x		x
Espoon seurakunnat	x	x	x	x	x			x	x	x			x
Espoon vammaisneuvosto						x		x					
Esperi care asumisyksiköt		x						x					
Filoksenia ry Trapesa		x	x	x				x					x
Finfami Uusimaa ry		x						x	x				x
Helsingin Diakonissalaitos		x	x					x	x				
Helsinki Missio (äiti - ja isämentoritoiminta)		x						x					x
HUS HYKS Jorvin alueen psykiatria	x	x		x	x			x	x				x
Hyvä Arki ry		x							x				
Hyvä koti ry								x					
Kalliolan kannatusyhdistys ry		x	x	x	x			x	x				x
Kauniaisten kaupunki		x								x			
Kirkkonummen kunta		x								x			
Kirkkonummen vammaisneuvosto						x		x					
Koulutuskuntayhtymä Omnia											x	x	
Laurea-ammattikorkeakoulu					x						x	x	
Kulttuuria kaikille/Kaikukortti		x			x				x				
Lilinkotisäätiö			x										

Manna-Apu ry		x	x					x					x	
Matinkylän monitoimiset			x					x						
Mielenterveyden keskusliitto			x		x	x		x						
Mieli Maasta ry								x						
Niemikotisäätiö			x											
Oulun Hyvän mielen talo					x			x						
Pelastusarmeija (Väinöläkoti)		x	x											
Psykoterapeuttiopiskelijat		x								x			x	
Pihlajakoti Oy		x						x						
STEA									x	x			x	
Samaria rf		x						x					x	
SeKaVan Tuki ry				x										
Sininauha (-säätiö, Oy, Aimo-toiminta)		x			x				x				x	
Solaris-lomat ry			x											
Sosped säätiö			x					x	x					
SPR (Kehä-, Lounais, ja Keski-Espoo)			x	x				x					x	
Suomen Moniääniset ry		x		x				x						
Uudenmaan Martat ry	x				x								x	
Vantaan Nicehearts ry		x	x	x					x			x		
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13

Selite: 1 ryhmän ohjaaminen, 2 asiakasohjaus, 3 tilaisuuksien järjestäminen, 4 tilojen yhteiskäyttö, 5 kehittämisyhteistyö, 6 jäsenyys, 7 edunvalvonta, 8 verkostotyö, 9 viestinnällinen yhteistyö, 10 avustus, 11 harjoittelijat, 12 yhteistyösopimus, 13 Kutsu-hanke.

1.4 Emyn ympäristöteot ja Reilu kauppa

Emy ottaa toiminnassaan huomioon yhteisen ympäristön. Lajittelemme kohtaamispaikoissa ja kahviossamme syntyvät jätteet sekä käytämme ympäristöystävällisiä pesuaineita tilojemme siivoukseen. Päivittäisten talkoiden yhteydessä ohjaamme toimintaan osallistuvia ympäristöä säästäviin toimenpiteisiin, kuten kierrättämiseen ja jätteiden lajittelemiseen. Pidämme Lilla Karyllissa pienimuotoista kirpputoritoimintaa tarjotaksemme mahdollisuuden käyttökelpoisten vaatteiden ja esineiden kierrätykseen. Käytämme järjestötyössä tarvittavia papereita mahdollisuuksien mukaan molemmin puolin. Aina kun mahdollista, käytämme pestäviä astioita kertakäyttöastioiden sijaan - myös järjestämässämme tilaisuuksissa ja juhlissa. Käytämme valaistuksena energiaa säästäviä pienloistelamppuja ja led-valaisimia. Kaikilla kuukausipalkkaisilla työntekijöillämme on mahdollisuus käyttää työsuhdematkalippua. Suosimme ja aktiivisesti pyrimme järjestämään kimpapakyytejä tapahtumiin ja tilaisuuksiin. Käytämme Reilun kaupan kahvia ja teetä sekä kohtaamispaikoissamme että kahviossamme.

1.5 Varainhankinta

Tapahtumien yhteydessä myymme tuotteita yhdistyksen varainhankintana. Uusien varainhankinnan keinojen kehittäminen on yhdistyksen agendalla. Muiden yleishyödyllisten yhdistysten tuotteita voidaan ottaa myyntiin sopimuksen mukaan. Osallistumme aktiivisesti Pieni Ele - vaalikeräykseen vaalien yhteydessä.

2. KOHTAAMISPAIKKOJEN TOIMINTA

Emyn toiminta perustuu yhdistyksen toiminnassa mukana olevien vahaan haluun työskennellä vapaaehtoisesti yhdistyksen hyväksi. Tämä vapaaehtoistyö on yhdistyksen tärkein voimavara.

2.1 Kohtaamispaikat

Emyllä on kaksi kohtaamispaikkaa: Lilla Karyll Espoon keskuksessa (Pappilantie 7) ja Meriemy Kivenlahdessa (Merenkäynti 3). Molemmat ovat avoinna työntekijöiden voimin arkisin klo 9-16.30 ja useimmiten viikonloppuisin vapaaehtoisvoimin: Meriemy lauantaisin ja Lilla Karyll sunnuntaisin klo 12-16. Lisäksi pitkinä juhlapyhinä, kuten esimerkiksi pääsiäisenä ja jouluna, kohtaamispaikkoja pidetään avoinna mahdollisuuksien mukaan vapaaehtoisvoimin. Kohtaamispaikoissa kokoontuu lisäksi iltaisin sulkemisajan jälkeen ryhmiä. Kohtaamispaikoissa voi poiketa kohtaamaan toisia, jakamaan kokemuksia vertaisten kanssa sekä

juomaan kupposen kahvia, pistäytyä lukemaan päivän lehden, osallistua toimintaan tai vain istahtaa hetken sohvalla. Kohtaamispaikoissa on toimintaan osallistujien käytössä tietokoneet sekä langaton internetyhteys. Viikonlopun vapaaehtoisille päivystäjille varataan ruokaa ja annetaan tarvittaessa käyttöön matkakortti. Viikonlopun päivystäjille järjestetään virkistystoimintaa ja he saavat tarvittaessa tukea ja ohjausta Emyn työntekijöiltä. Mikäli tarvetta on ja sitoutuneita vastuuhenkilöitä löytyy, aukioaikoja voidaan pidentää entisestään. Kohtaamispaikkojen toimintaa tilastoidaan vieraskirjojen avulla. Kohtaamispaikkojen kävijöitä kehoitetaan jättämään nimensä ja kotikuntansa tai ainakin puumerkinsä joka käynnillä vieraskirjaan. Vieraskirjan merkinnät lasketaan kunkin kuukauden vaihduttua ja tilastoidaan yhdistyksen pilvipalvelun taulukkoon.

Emy on hakenut syyskuussa 2017 STEAlta kohtaamispaikkojen avustuksen korotusta uuden kohtaamispaikan perustamiseksi Niittykumpu-Olari-Kuitinmäki-akselille. Kyseinen asuinalue kasvaa parhaillaan kovaa vauhtia Länsi-metron myötä eikä alueella vielä vastaavaa kohtaamispaikkaa ole. Uusi Emyn kohtaamispaikka mahdollistaisi yhä useammalle espoolaiselle Emyn toiminnasta kiinnostuneelle mahdollisuuden osallistua mielenterveyttä tukeviin toimintoihin, lyhentäisi monen osallistujan matkaa Emyyn ja vastaisi kasvavaan tilatarpeeseen Emyn erityisesti ryhmätoiminnan osalta.

2.2 Talkootoiminta kohtaamispaikoissa

Emyn kohtaamispaikoissa järjestetään kaikille avoimia talkoita. Kohtaamispaikkojen siisteydestä sekä piha- ja kunnostustöistä huolehditaan sekä kuukausittainen tiedote postitetaan talkoovoimin. Lilla Karylissa talkoita pidetään joka arkipäivä ja Meriemyssä maanantaisin, keskiviikkoisin ja perjantaisin. Talkoisiin osallistumista varten saavutaan paikalle ennen klo 10 aamulla ja ilmoittaudutaan mukaan. Talkoisiin voi osallistua kuka tahansa, kuitenkin Emyn toiminnan päiheteettömyyttä kunnioittaen. Talkoiden aluksi jaetaan yhdessä päivän talkootyöt ja sitten suunnitellaan, mitä tehdään päivän lounaaksi ja ruvetaan hommiin. Kiitoksena talkootyöstä jokainen talkoolainen saa syödäkseen talkoovoimin valmistetun talkoolounaan. Yksi työntekijöistä on päivittäin talkoovastaava. Talkoovastaava on läsnä ja huolehtii kohtaamispaikan päivän koordinoinnista ja toiminnan ohjaamisesta. Yhdistys sitoutuu tarjoamaan talkoopäivinä talkootöitä ja lounaan vähintään kymmenelle henkilölle. Talkootoimintaa tilastoidaan kirjaamalla osallistujien etunimet muistiin ja laskemalla ne yhteen ja tallentamalla luvut yhdistyksen palvelimella taulukkoon kuukauden lopussa. Talkoisiin osallistuu useimmiten kuudesta viiteentoista henkilöä talkoopäivää kohden. Osallistujilta kerätään satunnaisen säännöllisesti palautetta toiminnan kehittämisen tueksi.

2.3 Ryhmätoiminta

Emyn ryhmätoiminta on monipuolista ja Emyssä toimii yli kolmekymmentä kaikille avointa ryhmää. Osa ryhmistä on liikunnallisia (mm. jalkapallo, futsal, sähly, keilaus, kuntosali, sulkapallo), osa ryhmistä on toiminnallisia (mm. kuvataideryhmät, bänditaitoryhmä, tutustumisryhmä, teatteriryhmä, lauluryhmä) ja osa on keskusteluryhmiä (mm. keskusteluryhmä kaksisuuntaista mielialahäiriötä sairastaville, Valonpisaratryhmä pakko-oireista kärsiville, tukiryhmä ahdistuneille). Ryhmänohjaajina toimivat vapaaehtoiset, yhdistyksen työntekijät ja tuntipalkatut ryhmänohjaajat sekä opiskelijaharjoittelijat. Kynnys osallistua Emyn ryhmiin pidetään matalana, minkä vuoksi ryhmät ovat osallistujilleen lähes aina maksuttomia ja lähes kaikki ryhmät ovat avoimia kaikille. Ryhmänohjaajille tarjotaan koulutusta ja virkistystä ja heidän tukijoinaan toimii Emyn työntekijät. Ryhmätoimintaan haetaan tukea Visiolta sekä Espoon liikuntatoimelta haetaan avustusta liikunnallisiin ryhmiin. Uusia ryhmiä perustetaan toimintaan osallistuvien toiveiden, tarpeiden ja kiinnostuksien mukaan. Ryhmät kokoontuvat joko Emyn käytössä olevissa tiloissa tai muualla, esimerkiksi koulujen liikuntasaleissa ja yhteistyökumppanien tarjoamissa tiloissa.

Ryhmien toiminnan osallistujamääriä tilastoidaan kaksi kertaa vuodessa yhdistyksen palvelimelle talteen raportointia varten. Ryhmätoiminnan osallistujamäärät vaihtelevat neljästä osallistujasta jopa kolmekymmeneen osallistujaan ryhmäkertaa kohden. Sellaiset ryhmät lakkautetaan, joiden osallistujamäärä jää alle neljään henkilöön useita kertoja peräkkäin. Ryhmien osallistujilta kerätään palautetta toiminnan kehittämisen tueksi sekä kevät- että syyskauden loppupuolella.

2.4 Leiri- ja retkitoiminta

Emy järjestää yhteensä viisi leiriä vuoden aikana. Maanantaista perjantaihin kestävät talvileiri ja syysleiri järjestetään noin kahdellekymmenelleviidelle jäsenelle seurakunnan leirikeskuksesta. Kesäleiri järjestetään kesäkuussa Stora Blindsundin saarella. Sierlan viisipäiväinen leiri elokuun lopulla noin kahdelle kymmenelle jäsenelle järjestetään Espoon kaupungin leirikeskuksesta. Syksyllä järjestetään kalastuksen ystäville kolmen yön pituinen kalastusleiri Inkoossa. Tuettu loma pyritään järjestämään joka toinen vuosi eli

vuonna 2018. Lisäksi Emyn hallinnoimat kehittämishankkeet voivat järjestää leiritoimintaa hankkeen kohderyhmälle.

Retkillä tutustutaan muihin mielenterveysyhdistyksiin, kulttuuritarjontaan ja osallistutaan muihin menoihin. Retkiä tehdään liikuntapaikkoihin, tapahtumiin, näyttelyihin, tempauksiin ja milloin minnekin. Toiveiden mukaan järjestetään myös lyhyitä matkoja esimerkiksi Tallinnaan tai Suomen muihin kaupunkeihin. Retkiä järjestetään kuukausikokouksessa päätetyn mukaan ja tarvittaessa retkiin osallistuu Emyn ohjaaja. Retkiä toteutetaan myös Avomielin yhteistyönä. Emy on yksi Kaikukortin yhteistyötahoista. Kaikukortti on taloudellisesti tiukassa tilanteessa eläville Emyn tai muun verkostossa mukana olevan taustayhteisön toiminnassa mukana oleville henkilöille suunnattu kortti, jolla voi hankkia maksuttomia pääsylippuja Kaikukortti-verkostossa mukana olevaan kulttuuritarjontaan.

2.5 Yhdistyksen juhlat ja tapahtumat kohtaamispaikoissa

Kohtaamispaikoissa järjestetään erilaisia juhlia vuodenaikoihin liittyen. Juhlapäiviin syntyy sisältöä ja merkitystä yhdessä muiden kanssa. Juhliin löytävät myös ne emyläiset, jotka eivät syystä tai toisesta osallistu arkipäivän toimintaan. Laskiaisena syödään hernesoppaa sekä laskiaispullia, pääsiäisruokia aterioidaan yhteisellä pääsiäislounaalla kiirastorstaina, vappuna pippaloidaan vappujuhlissa, kesän avaavat puutarhajuhat, elojuhlat pidetään sadonkorjuun aikaan, pikkujoulut vietetään joulua odotellessa, jouluruokaa nautitaan perinteitä kunnioittaen joulua edeltävänä perjantaina ja jouluaatto vietetään Meriemyssä, mikäli vapaaehtoisia ja osallistujia on. Uutta vuotta otetaan vastaan tinoin ja raketein Lilla Karyllissa. Juhlien lisäksi kohtaamispaikoissa järjestetään avoimia ovia ja muita tilaisuuksia tarpeen ja toiveiden mukaan (mm. palvelujen esittelyt tai teemapäivät, jäsenten pyöreiden vuosien syntymäpäivät ja sopimusperusteisesti toiminnassa mukana olevien, kuten opiskelijoiden, läksiäiset).

2.6 Osallistujälähtöisyys toiminnassa

Toimintaan osallistuvat pääsevät vaikuttamaan toiminnan suunnitteluun, toiminnan järjestämistapoihin ja sisältöihin useita eri kanavia pitkin. Keskeisimmät kanavat ovat kuukausittaiset avoimet kokoukset - Emyn kuukausikokous, aloite- ja palautelaatikot, henkilökohtaisesti kerrottu palaute tai aloite työntekijöille, www-sivujen palaute- ja aloitelomake, Facebook - sivut ja eri kohderyhmille (toimintaan osallistuneet, vapaaehtoiset, työntekijät ja kumppanit) suunnatut kyselylomakkeet.

Kaikille avoimia kuukausikokouksia pidetään kerran kuukaudessa. Kokouksessa sovitaan viikonlopun aukiolojen vastuhenkilöt, tuodaan esille uudet ehdotukset toimintaan liittyen. Aloitteet ja ehdotukset kanavoituvat kuukausikokousten kautta myös hallitukselle.

2.7 Palvelut yhdistyksen toimintaan osallistujille

Emyn kohtaamispaikoissa on ajoittain mahdollista saada yksilöllistä tietokoneen käytön ohjausta. Kohtaamispaikoissa on käytössä hyvin varustellut tietokoneet, langaton internetyhteys, kopiokoneet ja tulostimet. Kohtaamispaikoissa on hyvin edullista kahvia, teetä, kaakaota ja pullaa sekä luettavissa päivän Helsingin Sanomat ja runsaasti muita lehtiä. Lilla Karyllissa on kirpputori ja hyvin varustettu musiikkihuone. Erilaiset kokoonpanot harjoittelevat musiikkihuoneessa myös viikonloppuisin. Kohtaamispaikkojen tiloja on mahdollista käyttää jäsenten omien juhlien ja vastaavien tilaisuuksien järjestämiseen sovitusti. Tiloja annetaan sovitusti myös yhteistyökumppanien käyttöön.

Emyn kautta on mahdollisuus saada yksilöllistä tai ryhmämuotoista tukea ja harjoituspsykoterapiaa. Psykoterapeutiksi opiskelevat ja vapaaehtoiset valmistuneet psykoterapeutit tarjoavat maksuttomia palveluitaan yhdistyksen toiminnan piirissä oleville. Yhdistys tiedottaa toimintaan osallistuville myös monenlaisista muista maksuttomista tai edullisista kuntoutumista tukevista ja elämänlaatua parantavista mahdollisuuksista, kuten kursseista, ryhmistä ja yksilöllisestä tuesta.

2.8 Tukihenkilö- ja vertaistukihenkilötoiminta

Yksilöllisen vertaistuen tai tukihenkilötoiminnan tarkoitus on tarjota lyhytkestoista vertaisuuteen perustuvaa tukea sitä tarvitseville. Toiminta on tuettavalle maksutonta eikä tukija saa siitä korvausta. Tukijalle korvataan tarvittaessa kohtuulliset toiminnasta aiheutuvat kulut. Tukijoille tarjotaan Emyn toiminnanohjaajan taholta tukea ja ohjausta sekä lisäksi tukijoille järjestetään virkistyspäiviä yhdessä muiden Emyn vapaaehtoisten kanssa. Tukihenkilötoimintaa kehitetään osana Kutsu-hanketta.

2.9 Etuus- ja vaikuttamistoiminta

Emy vaikuttaa kohderyhmänsä palveluihin ja toimintaympäristöön erilaisien kumppanuushankkeiden ohjausryhmien ja verkostotyön kautta. Yhdistyksen työntekijät ja aktiivit seuraavat mielenterveysalan ajankohtaisia asioita, kuten lakiuudistuksia ja erilaisia hankkeita sekä järjestävät avoimia tilaisuuksia ajankohdaisista aiheista yhdistyksen kohtaamispaikoissa ja julkisissa tiloissa sekä yksin että yhteistyössä kumppanien kanssa. Yhdistyksen esittelemiseksi tehdään vierailuja, osallistutaan alan tilaisuuksiin ja seminaareihin sekä tehdään yhteistyötä oppilaitosten kanssa. Oppilaitosyhteistyöhön kuuluu opiskelijoiden vierailut Emyyn sekä yhdistysten vapaaehtoisten vierailut sosiaali- ja terveysalan oppilaitoksiin kertomaan kokemuksistaan, kuntoutumisesta ja yhdistyksen merkityksestä. Etuus- ja vaikuttamistoimintaa liittyvistä teemoista keskustellaan Avomielin-yhteistyökokouksissa ja yhdistys hyödyntää tarvittaessa Mielenterveyden keskusliiton roolia kuntoutujien äänitorvena. Emy ohjaa toimintaansa osallistuvia tarvittaessa keskusliiton tuki- ja neuvontapalvelujen piiriin sekä tiedottaa niistä kuukausitiedotteessa.

3. SOSIAALISTA KUNTOUTUSTA TYÖN RAJALLA

3.1 Kahviotoiminta

Yhdistys tarjoaa jäsenilleen mahdollisuuden osallistua korvaukselliseen kahviotoimintaan, joka on tarkoitettu yhdistyksen jäsenille, jotka tuntevat, että työtoiminta edistää heidän arjen hallintaansa, edistää kuntoutumista, lisää sosiaalisia ja käytännöllisiä taitoja sekä luo mahdollisuuden tunnustella omaa jaksamista. Tuloverotonta työtoimintarahaa (keskimäärin 12€/pv) maksetaan sosiaalihuoltolain tarkoittamalle kohderyhmälle. Rahakorvaukselliseen työtoimintaan voi osallistua myös vapaaehtoisena tai työtoimintarahaa voidaan maksaa ennakonpidätyksenalaisena palkkana. Tekijät osallistuvat työhönsä liittyvään päätöksentekoon työryhmäkokouksissa ja toimintaa koordinoi Emyn työntekijät. Kahviotoimintaa on Terassikahvioissa, joka sijaitsee Jorvin sairaalan psykiatrian yksikössä ja on avoinna arkisin klo 9.30-14.30. Terassikahvio tuo monelle psykiatrisen osaston potilaalle ensikosketuksen Emyyn ja toimii näin kynnyksen madaltajana toimintaan mukaantulolle. Tilauksesta tehdään pitopalvelua osana kahviotoimintaa.

3.2 Välityömarkkinoiden mahdollistaminen

Emy mahdollistaa kuntouttavan työtoiminnan työkokeilun ja työharjoittelun paikkoja yhteistyössä Espoon työvoimanpalvelukeskuksen kanssa. Palkkatuetuun työhön otetaan työntekijöitä yhdistykseen joko suoraan Emyn kirjoille tai Ejyn Sektori-hankkeen kautta, jolloin työnjohto on Emyllä, mutta palkanmaksu ja tukien hakeminen Sektorilla. Työjaksoja ketjutetaan tehokkaasti ja koordinoitusti yhteistyössä Kalliolan Settlementin kanssa. Kohderyhmänä ovat erityisesti he, joiden edellytykset työllistyä avoimille työmarkkinoille ovat vielä heikot. Ohjauksesta vastaavat muun muassa Espoon työvoimatoimistot, Espoon työvoimapalvelukeskus ja Espoon aikuissosiaalityö.

3.3 Puutarhatoiminta ja kumppanuus Espoon kaupungin kanssa

Espoon kaupungin kanssa yhteistyössä toteutettava Kaukalahden puutarha mahdollistaa mielekästä toimintaa ja tekemistä niin Emyn toimintaan osallistuville vapaaehtoisille, HUS:n toimintaterapiaryhmille kuin kaupungin sosiaalisen kuntoutuksen ja muiden tiimien asiakkaille. Emyllä on puutarhatoimintaa varten palokattuna kaksi kasvimaaohjajaa. Emy on kaupungin kumppanina mahdollistamassa ryhmämuotoista sosiaalityötä sekä muita mahdollisia uusia toimintatapoja sosiaalisen kuntoutuksen saralla. Emyn kahviotoiminta, välityömarkkinoiden koordinointi ja ohjaus, puutarhatoiminta sekä Pappilantien tilat rahoitetaan Espoon kaupungin kohdeavustuksesta.

3.4 Osuuskunta Avustamo

Emy on yksi osuuskunta Avustamon omistajista. Osuuskunta mahdollistaa sosiaalisen yritystoiminnan. Osuuskunnan kautta voidaan tarjota henkilöille ennakonpidätyksen alaisia töitä. Emylle mahdollinen arvonlisäverollinen toiminta toteutetaan osuuskunnassa.

4. TIEDOTTAMINEN

4.1 Emy - tiedote ja Avomielin - lehti

Yleensä 16-sivuinen EMY-tiedote ilmestyy kerran kuukaudessa ja se postitetaan jäsenille sekä etenkin asiakkaitaan Emyn toiminnan piiriin kannustaville yhteistyökumppaneille. Lisäksi tiedotetta jaetaan kohtaamispaikoissa, tapahtumissa, messuilla ja muissa tilaisuuksissa. Tiedotteen levikki on keskimäärin 800-950 vihkoa kuukausittain. Tiedote on saatavilla myös Emyn internetsivuilla. Tiedote esittelee yhdistyksen ajankohtaiset tapahtumat, retket, ryhmät ja muut kuulumiset. Lisäksi tiedotteessa kerrotaan yhdistyksen toi-

mintaan osallistuvia mahdollisesti kiinnostavista kursseista ja muista mahdollisuuksista. Tiedotteessa yhdistyksen toimintaan osallistuvat voivat ilmaista omia mielipiteitään ja tilaa on varattu monenlaisille kirjoituksille, runoilille ja kuville. Lehden kanteen valitaan kuukausittain vaihtuva kuvataidetyö yhdistyksen kuvataideryhmäläisten kohtaamispaikkojen näyttelyseinältä. Painettuna tiedotusmateriaalina yhdistyksellä on lisäksi yleisesite, Finfami Uusimaa ry:n kanssa yhteiset käyntikortit terveysasemilla sekä Kutsu-hankkeen tiedotusmateriaali (kutsukortti ja esite kumppaneille). Pääkaupunkiseudun mielenterveysyhdistysten yhteinen lehti Avomieli ilmestyy kerran vuodessa Mielenterveysmessuille. Lehti on 16-sivuinen tabloid, joka sisältää yhdistysten jäsenten, työntekijöiden ja yhteistyötahojen kirjoituksia lehden vaihtuvan teeman mukaan.

4.2 Kotisivut ja sosiaalinen media

Yhdistyksellä on kattavat WordPress-pohjaiset kotisivut osoitteessa www.emy.fi. Sivuja päivitetään vähintään kerran kuukaudessa. Sivuilta löytyy toimintakalenteri, tietoja yhdistyksestä ja yhdistyksen toiminnasta sekä siitä, miten helposti Emyn toimintaan pääsee mukaan. Kotisivuilta löytyy muun muassa lomake palautetta, yhteydenottoa ja aloitteita varten. Emyllä on oma yhdistysprofiili Facebookissa, jonne päivitetään kuvia ja ajankohtaisia asioita muutaman kerran kuukaudessa eri työntekijöiden toimesta. Muita sosiaalisen median sovellutuksia otetaan käyttöön tarpeen mukaan esimerkiksi ryhmäviestintään. Avomieliin yhteistyön puitteissa on käytössä kotisivu www.avomieliin.fi, josta löytyy linkit muihin yhdistyksiin ja julkaistut Avomieliin-lehdet.

4.3 Emy esittäytyy ja on näkyvillä

Yhdistys osallistuu ja on mukana järjestämässä eri tahojen kanssa tapahtumia ja tilaisuuksia. Emy myös osallistuu muiden tahojen järjestämiin tapahtumiin ja messuihin. Esimerkkeinä näistä mainittakoon Mielenterveysmessut, Asunnottomien yö, Kyläkarnevaalit, mielenterveysalan seminaarit ja koulutukset. Näissä tapahtumissa Emy tiedottaa olemassaolostaan ja toiminnastaan niin esitteiden kuin puheenvuorojenkin avulla. Hallituksen jäsenet, toiminnanjohtaja, työntekijät ja hallituksen valtuuttamat jäsenet edustavat yhdistystä aktiivisesti ja sovitusti eri tilaisuuksissa ja tapahtumissa. Näymme mediassa niin tapahtumien mediatiedotteiden kautta kuin yhdistyksemme toiminnasta tehtyjen artikkelien ja uutisten kautta. Käytämme tapahtumien markkinointiin monipuolisesti kaupunkilaisten suosimia paikkoja, kuten kirjastoa ja Yhteis palvelupisteitä. Hyödynnämme espoolaiset.fi palvelua ja Espoon Järjestöjen Yhteisön sähköpostilistoja, Mielenterveyden keskusliiton viestintää, sähköpostiverkostoja ja RAY:n Inhimillisiä uutisia.

5. KUTSU - ETSIVÄN JA LÖYTÄVÄN TUEN HANKE

Kutsu-hanke tähtää uuden tavoittamisen tavan rakentamiseen mielenterveys- ja/tai päihdeongelmaisten tai sosiaalisesti eristäytyneiden ihmisten kutsumiseksi mukaan mielenterveyttä tukeviin toimintoihin. Kutsu on STEA-rahoitteinen kuntien ja järjestöjen yhteistyön teemarahoitukseen liittyvä etsivän ja löytävän tuen kehittämishanke, joka toimii yhteistyössä Espoon kaupungin kanssa vuosina 2016-2018. Hankkeen kohderyhmää ovat yksinäisyyttä kokevat sosiaalisesti eristäytyneet 29 - 65-vuotiaat mielenterveys- ja päihde- ja teettömyystukea tarvitsevat espoolaiset, joiden on vaikea lähteä kotoa liikkeelle. Hanketyönä kehitetään yhteistyökumppanuuksiin liittyviä rakenteita, luodaan uusia yhteistyösuhteita, kohdataan ja lievitetään yksinäisyyttä sekä kehitetään aktiivinen vertaistukihenkilö- ja vertaisohjaajaverkosto Emyyn ja yhteistyökumppaneille. Vuonna 2018 hanke toimii täydellä teholla kahden työntekijän, yhteistyökumppaneiden, vapaaehtoisten ja opinnäytteitään tekevien opiskelijoiden voimin tavoitteiden suuntaisesti. Hankkeesta laaditaan keväällä 2018 rahoittajalle väliraportti, joka muistuttaa sisällöltään tuloksellisuus- ja vaikutusselvitystä.

6. TALOUS JA HALLINTO

6.1 Toiminnan rahoitus

Arvioidut menot ovat noin 843.000 €:a jos arvioidut avustukset toteutuisivat ja tuloja arvioidaan olevan saman verran. Talousarviota sopeutetaan vuoden 2018 alussa, kun tiedetään avustusten toteutuminen.

Yhdistys hakee avustuksia STEAlta:	v. 2018	(v. 2017 saatu)
Kohtaamispaikkojen toimintaan	252.000 €	(219.000 €)
Kutsu Etsivän ja löytävän tuen hanke	124.000 €	(123.000 €)
Uutena nuorten aikuisten hanketta (Tuu messiin)	124.000 €	
<u>Yhteensä STEAlta haetaan avustuksia</u>	<u>500.000 €</u>	

Kohdeavustusta haettu Espoon kaupungilta 114.000 €

Espoon kaupungin kanssa aikaisemmin tehtyjä yhteistyösopimuksia ei enää uusita, vaan jatkossa rahoitus Emy:n välityömarkkina-, kahvio- ja puutarhatoimintaan sekä Pappilantien tilat haetaan Espoon kaupungilta kohdeavustuksena. Kohdeavustushakemuksessa rahoitusta haetaan 114.000 € ja lisäksi tiloihin liittyvää käyttöarvoa on 49.000 €.

Yhdistys hakee muita avustuksia arviolta	33.500 €
AVUSTUKSET YHTEENSÄ	noin 696.500 €

Taloushallinnosta pääosa (palkanlaskenta, laskutus, ostolaskut, maksut, kirjanpito) toteutetaan Emy:n omana työnä (Visma Oy:n Nova-ohjelmisto). Taloushallinnon palveluja (jaksotukset, palkkojen jaot kustannuspaikoille, väli- ja tilinpäätökset sekä konsultointi) ostetaan Reilu Hallinto Oy:ltä. Tilintarkastajana toimii Ahti Mannila HTM.

6.2 Vakituiset työntekijät

Vakituiset työntekijät vastaavat yhteisesti yhdistyksen perustoiminnasta. Työntekijät miettivät yhdessä toiminnanjohtajan kanssa erityiset toimialansa, jossa huomioidaan yksilölliset vahvuudet. Yhdistyksen järjestötoiminta, kohtaamispaikkojen toiminta, työtoiminta, Kauklauden puutarha, asukastalo Kylämaja ja Avomielin yhteistyö mukaan lukien toiminnanjohtajan sisältävät talousarvion puitteissa 7 työntekijän työpanoksen. Näistä neljä työntekijää saisi palkkatukea. Kokoaikaisiksi (38 h/vk) muunnettuna on 6,2 henkilötyövuotta. Kutsu-hankkeessa on kaksi kokoaikaista työntekijää. Uuteen nuorten aikuisten hankkeeseen on suunniteltu kahta kokoaikaista työntekijää. Kaikkinensa töissä olisi 11 työntekijää, kokoaikaiseksi muunnettuna 10,2 työntekijää. Lisäksi ryhmänohjaajia tuntityöntekijöinä. Lisäksi Espoon Järjestöjen Yhteisön EJY Sektorin kautta palkataan palkkatuella mahdollisesti lisää järjestötyöntekijöitä.

Työntekijät kokoontuvat lähes viikoittain tiimikokoukseen ”palapeliin”, jossa sopivat työnjaosta. Vähintään kerran vuodessa työntekijät ja hallitus pitävät yhteisen suunnittelu- ja kehittämispäivän. Työntekijät saavat tarvittaessa työnohjausta tai ryhmätyönohjausta. Työterveyshuolto on Mehiläisessä.

6.3 Yhdistyksen käytössä olevat tilat

Kohtaamispaikka Lilla Karyll on Espoon kaupungin omaisuutta ja kohdeavustukseen perustuen yhdistyksen käytössä. Kohtaamispaikka Meriemyn tilat yhdistys on vuokrannut käyttöönsä Espoon ja Kirkkonummen takseilta. Toimisto- ja kokoontumistilaa Emyllä on Espoon keskuksessa järjestötila Villa Apteekissa (Pappilantie 5). Villa Apteekista on Emylle osoitettu käyttöön talon toinen kerros. Emy antaa näistä tiloista Espoon ympäristöyhdistys ry:lle toimistotilan ja keramiikkapajalle työskentelytilan. Villa Apteekissa on myös ryhmille (mm. Moniääniset, AA, Sahaja-jooga) kokoontumis-, koulutus- ja toimintatilaa, jotka ovat kaikkien käytössä talotoimikunnassa sovituin pelisäännöin.

Yhteistyön kautta Emy on mukana Leppävaarassa sijaitsevalla Raitin Pysäkillä, joka on avoin kansalaiskahvio ja kohtaamispaikka. SPR Kehä-Espoolla on Espoon kaupungin kanssa sopimus Raitin Pysäkin toiminnasta. Emyllä on sopimus yhteistyöstä Raitin Pysäkillä ilman taloudellisia sitoumuksia. Matinkylän asukastalo Kylämaja on matalan kynnyksen kohtaamispaikka. Emyllä on asukastalossa mahdollisuus käyttää ryhmä- ja toimintatiloja. Espoon järjestöjen yhteisön Unelma Tapiolassa on kokoontumistiloja varattavissa. Emyllä on myös mahdollisuus hyödyntää sovittaessa Espoon Tuomiokirkkoseurakunnan Unelman kammaria, Espoon keskuksen Me-talon tiloja, Trapesan tiloja sekä mahdollisuuksien mukaan muidenkin kumppanien tiloja.

6.4 Koulutus

Yhdistys kannustaa toimintaansa osallistuvia osallistumaan Mielenterveyden keskusliiton koulutukseen. Yhdistys maksaa omavastuuosuudet kursseille osallistujille hallituksen ohjein. Yhdistys tukee toimintaan osallistuvien erilaista oma-aloitteista koulutautumista hakemusten perusteella ja hallituksen päätöksin. Emy voi lähettää ulkomaille opintomatkalta kaksi osallistujaa. Yhdistys tiedottaa toimintaansa osallistuville erilaisista heitä mahdollisesti kiinnostavista seminaareista, kursseista ja kuntoutuksesta kuukausitiedotteessa.

Työnantajana yhdistys kannustaa ja tukee työntekijöitään ylläpitämään osaamistaan ja kehittämään ammattitaitoa. Yksittäisiin yhdistyksen kannalta hyödyllisiin koulutuksiin ja tilaisuuksiin osallistutaan mahdollisuuksien mukaan (mm. STEA:n tilaisuudet, seminaarit, MTKL koulutukset ja -tapaamiset). Yksi toiminnanohjaajista opiskelee sosiaalialan ylempää ammattikorkeakoulututkintoa.