



Espoon mielenterveysyhdistys EMY ry

Esbo Mentalhälsöförening EMF rf

Pappilantie 7

02770 Espoo

p. (09) 859 2057

espoonmielenterveys@emy.fi

www.emy.fi

TOIMINTASUUNNITELMA 2019

Et tarvitse lähetettä tai diagnoosia –
kutsumme sinut mukaan!



SISÄLLYS

1. ESPOON MIELENTERVEYSYHDISTYS EMY ry	3
1.1 Emy yhdistyksenä sekä toimintaa ohjaavat arvot ja 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 Osallistujalähtöisyys toiminnassa	7
2.7 Palvelut yhdistyksen toimintaan osallistujille	7
2.8 Tukihenkilö- ja vertaistukihenkilötoiminta	7
2.9 Etuus- ja vaikuttamistoiminta	7
3. SOSIAALISTA KUNTOUTUSTA TYÖN RAJALLA	8
3.1 Kahviotoiminta Jorvin Terrassikahviossa ja Kannusillan Nekassa	8
3.2 Välityömarkkinoiden mahdollistaminen	8
3.3 Puutarhatoiminta yhdessä Espoon kaupungin aikuissosiaalityön 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. EMYN KEHITTÄMISHANKKEET	9
5.1 Kutsu - Etsivän ja löytävän tuen hanke (käynnissä)	9
5.2 Tuu messiin! Inspiraatiota ja voimavaroja kansalaistoiminnasta nuorille aikuisille (käynnissä)	9
5.3 Kutsu 2 - ketään ei jätetä (haettu)	9
6. TALOUS JA HALLINTO	9
6.1 Toiminnan rahoitus	9
6.2 Työntekijät	10
6.3 Yhdistyksen käytössä olevat tilat	10
6.4 Koulutus	10

1. ESPOON MIELENTERVEYSYHDISTYS EMY ry

1.1 Emy yhdistyksenä sekä toimintaa ohjaavat arvot ja tavoitteet

Espoon mielenterveysyhdistys EMY ry (Emy) on espoolainen yhdistys, joka on tarjonnut mielekästä tekemistä, seuraa 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 vertaistuellinen keskustelutoiminta 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 Kauniainen 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 tavoitteet

- Vähentää yksinäisyyttä.
- Edistää osallisuutta.
- Parantaa sekä Espoossa että lähialueilla asuvien mielenterveyskuntoutujien voimavaroja ja toimintamahdollisuuksia.
- Lisätä kohderyhmän vaikutusmahdollisuuksia.
- Tukea heikoimmassa asemassa olevia.
- Herättää ymmärrystä mielenterveysongelmia kohdanneita kohtaan.
- Kehittää, juurruttaa ja vahvistaa hyviä käytäntöjä ajan hermolla.

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 kokousten 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 kehittämisen- ja arviointipäivän elokuussa yhdessä työntekijöiden kanssa. Silloin mietitään seuraavan vuoden tavoitteita, toimintasuunnitelmaa ja talousarviota sekä arvioidaan kulunutta vuotta kerätyn arviointitiedon pohjalta. Hallitus voi asettaa työryhmiä suunnittelemaan ja toteuttamaan yksilöityä hallituksen valtuuttamaa toimintaa.

1.3 Yhteistyö ja kumppanuudet

Emyn yhteistyökumppanuudet on esitelty oheisessa 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, 14 Tuu messiin -hanke

Toimija	Yhteistyömuoto													
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Amiedu											x	x		
Aspa-säätiö		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	x	x
Elinkeinoelämän keskusliitto						x								
Esittävän taiteen koulu ESKO	x			x										
EDISTIA	x	x	x		x			x	x				x	
Espoon Järjestöjen yhteisö EJY ry		x	x	x	x	x		x	x				x	
Ohjaamo Espoo		x							x					x
Terveysasemat Espoon kaupunki & Oma Lääkärisi		x							x				x	
Espoon kaupunki (aikuissosiaalityö)	x	x	x	x	x			x	x	x		x	x	x
Espoon kaupunki (kirjasto, yhteispalvelu)	x	x	x	x					x				x	x
Espoon kaupunki (kulttuuripalvelut, Kaikukortti)		x			x			x					x	x
Espoon kaupunki (liikuntapalvelut)		x		x	x				x			x	x	x
Espoon kaupunki (mielenterveys- ja päihdepalvelut)	x	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					
Arjessa Oy		x											x	
HUS HYKS Jorvin alueen psykiatria	x	x		x	x			x	x			x	x	x
Hyvä Arki ry		x							x					
Hyvä koti ry								x	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	x	x
Laurea-ammattikorkeakoulu	x		x		x						x	x	x	x
Kulttuuria kaikille/Kaikukortti		x			x				x					
Lilinkotisäätiö								x						
Manna-Apu ry		x	x					x					x	
Matinkylän monitoimiset			x					x					x	x
Mielenterveyden keskusliitto			x			x	x		x					
Mieli Maasta ry									x					
Niemikotisäätiö								x						
Oulun Hyvän mielen talo						x			x					
Pelastusarmeija (Väinöläkoti)		x	x											

Psykoterapeuttipiskelijät (useita koulutustahoja)		x									x		x	x	
Mehiläinen Hoivapalvelut Oy		x													
STEA								x	x				x	x	
Samaria rf		x					x						x		
SeKaVan Tuki ry				x											
Sininauha (-säätiö, Oy, Aimo-toiminta)		x	x					x							
Solaris-lomat ry			x												
Sosped säätiö							x								
SPR (Kehä-, Lounais, ja Keski-Espoo)	x	x	x	x				x					x		
Suomen Moniääniset ry		x		x				x							
Uudenmaan Martat ry	x				x								x		
Vantaan Nicehearts ry		x	x	x				x	x			x	x	x	
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14

Selite: 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, 14 Tuu messiin! -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, kasvisten käytön lisäämiseen ja kertakäyttöastioiden välttämiseen. Pidämme Lilla Karyllissa pienimuotoista kirpputoritoimintaa tarjotaksemme mahdollisuuden käyttökelpoisten vaatteiden ja esineiden kierrätykseen. Käytämme järjestetyssä 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 kimpakyytejä tapahtumiin ja tilaisuuksiin. Käytämme Reilun kaupan kahvia ja teetä sekä kohtaamispaikoissamme että kahviossamme.

1.5 Varainhankinta

Toisinaan tapahtumien yhteydessä myymme tuotteita yhdistyksen varainhankintana. Uusien varainhankinnan keinojen kehittäminen on yhdistyksen agendalla. Osallistumme aktiivisesti Pieni Ele - vaalikeräykseen vaalien yhteydessä.

2. KOHTAAMISPAIKKOJEN TOIMINTA

Emyn toiminta perustuu yhdistyksen toiminnassa mukana olevien vahvan haluun työskennellä vapaaehtoisesti yhdistyksen hyväksi. Vapaaehtoistyö on yhdistyksen tärkein voimavara. Emyn kohtaamispaikkojen toimintaan osallistuu valistuneen arvion mukaan noin 1500 eri henkilöä vuodessa, 80-100 päivässä.

2.1 Kohtaamispaikat

Emyllä on kolme kohtaamispaikkaa: Lilla Karyll Espoon keskuksessa (Pappilantie 7) ja Meriemy Kivenlahdessa (Merenkäynti 3), jotka molemmat ovat avoinna työntekijöiden voimin arkisin klo 9-16.30 ja useimpien viikonloppuisin vapaaehtoisvoimin: Meriemy lauantaisin ja Lilla Karyll sunnuntaisin klo 12-16. Lisäksi pitkinä juhlapäyhinä, 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 sohvalle. 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, aukioloaikoja voidaan pidentää entisestään. Kohtaamispaikkojen toimintaa tilastoidaan vieraskirjojen avulla. Kohtaamispaikkojen kävijöitä kehoitetaan jättämään nimensä ja kotikuntansa tai ainakin puumerkkinsä joka käynnillä vieraskirjaan. Vieraskirjan merkinnät lasketaan kunkin kuukauden vaihduttua ja tilastoidaan yhdistyksen pilvipalvelun taulukkoon.

Emy on saanut STEAlta rahoituksen uuden kohtaamispaikan käynnistämiseksi. Uusi tila vuokrattiin Olarista osoitteesta Maapallonkatu 8 E-F maaliskuussa 2018. Uusi kohtaamispaikka on erityisesti mielenterveyttä tukevien ryhmien kokoontumistila, ja siellä järjestetään myös ikäerityistä toimintaa. Uudella kohtaamispaikalla pyritään vähentämään yhä useamman espoolaisen yksinäisyyttä sekä mahdollistamaan kansalais-toimintaa ja vertaistukea alueen kasvavan väestön tarpeisiin.

Emy on hakenut STEAlta kohtaamispaikkojen avustuksen korotusta uuden toiminnanohjaajan palkkaamiseksi yhdistykseen. Uuden toiminnanohjaajan työosarkaa olisi erityisesti Kutsu-hankkeessa kehitettyjen, uusien henkilöiden mukaan kannustamiseen liittyvien, työtapojen jatkaminen sekä vapaaehtois- ja vertaistukitoiminnan koordinointi.

2.2 Talkootoiminta kohtaamispaikoissa

Emyn kohtaamispaikoissa Lilla Karyllissa ja Meriemyssä järjestetään kaikille avoimia talkoita. Kohtaamispaikkojen siisteydestä sekä piha- ja kunnostustöistä huolehditaan sekä kuukausittainen tiedote postitetaan talkoovoimin. Lilla Karyllissa talkoot on joka arkipäivä ja Meriemyssä maanantaisin, keskiviikkoisin ja perjantaisin. Talkoisiin osallistumista varten saavutaan paikalle ennen klo 10 aamulla ja ilmoitaudutaan mukaan. Talkoisiin voi osallistua kuka tahansa, kuitenkin Emyn toiminnan päihteettömyyttä kunnioittaen. Talkoiden aluksi jaetaan yhdessä päivän talkootyöt ja sitten suunnitellaan, mitä tehdään päivän lounaksi ja ruvetaan hommiin. Kiitoksena talkootyöstä jokainen talkoolainen saa syödäkseen talkoovoimin valmistetun lounaan. Yksi tai kaksi työntekijöistä on päivittäin talkoovastaavina. Talkoovastaava on läsnä ja huolehtii kohtaamispaikan päivän koordinoinnista ja toiminnan ohjaamisesta. Talkootoimintaa tilastoidaan kirjaamalla osallistujien etunimet muistiin, 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 lähes neljäkymmentä kaikille avointa ryhmää. Osa ryhmistä on liikunnallisia (mm. jalkapallo, futsal, sähly, keilaus, kuntosali, sulkapallo), osa ryhmistä on toiminnallisia (mm. kuvataideryhmät, bänditaitoryhmä, teatteriryhmä, lauluryhmä) ja osa on keskusteluryhmiä (mm. keskusteluryhmä kaksisuuntaista mielialahäiriötä sairastaville, tukiryhmä ahdistuneille). Ryhmänohjaajina toimivat vapaaehtoiset, yhdistyksen työntekijät ja tuntipalkatut ryhmänohjaajat sekä opiskelijaharjoittelijat. Kynnys osallistua Emyn ryhmiin pidetään matalana, minkä vuoksi ryhmät ovat osallistujilleen maksuttomia ja useimmat avoimia kaikille. Ryhmänohjaajille tarjotaan koulutusta ja virkistystä ja heidän tukijoinaan toimii Emyn työntekijät. Ryhmätoimintaan haetaan tukea Visiolta ja Espoon liikunta-toimelta haetaan avustusta liikunnallisiin ryhmiin. Uusia ryhmiä perustetaan kohderyhmän toiveiden, tarpeiden ja kiinnostuksien mukaan. Ryhmät kokoontuvat joko Emyn käytössä olevissa tiloissa tai muualla, esimerkiksi koulujen liikuntasaleissa tai yhteistyökumppanien tiloissa.

Ryhmätoiminnan osallistujamääriä tilastoidaan kaksi kertaa vuodessa yhdistyksen palvelimelle talteen raportointia varten. Ryhmätoiminnan osallistujamäärät vaihtelevat neljästä osallistujasta jopa kolmeenkymmeneen 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 vähintään viisi leiriä vuoden aikana. Maanantaista perjantaihin kestävä talvileiri ja syysleiri järjestetään noin kahdeksällejäsenelle jäsenelle seurakunnan leirikeskuksessa. Kesäleiri järjestetään kesäkuussa Stora Blindsundin saarella. Sierlan viisipäiväinen leiri elokuun lopulla noin kahdeksalle kymmenelle jäsenelle järjestetään Espoon kaupungin leirikeskuksessa. Syksyllä järjestetään kalastuksen ystäville kolmen yön pituinen kalastusleiri Inkoossa. Tuettu loma pyritään järjestämään joka toinen vuosi, seuraava loma on maaliskuussa 2019. Emyn kehittämishankkeet voivat järjestää myös leiritoimintaa hankkeen kohderyhmälle.

Retkillä tutustutaan muihin mielenterveysyhdistyksiin, kulttuuritarjontaan ja osallistutaan muihin menoihin. Retkiä tehdään liikunta- ja kulttuuripaikkoihin, tapahtumiin, näyttelyihin, milloin minnekin. Toiveiden mukaan järjestetään myös lyhyitä matkoja esimerkiksi Tallinnaan tai Suomen muihin kaupunkeihin. Retkiä

järjestetään kuukausikokouksessa päätetyn mukaan, ja tarvittaessa retkiin osallistuu Emyn työntekijä. 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 yli 16-vuotiaille henkilöille suunnattu kortti, jolla voi hankkia maksuttomia pääsylippuja Kaikukortti-verkostossa mukana olevaan kulttuuritarjontaan itselle, omille lapsille tai omille lastenlapsille.

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 vappujuhliissa, kesän avaavat puutarhajuhat, elojuhlat pidetään sadonkorjuun aikaan, pikkujoulut vietetään joulua odotellessa, jouluruokaa nautitaan perinteitä kunnioittaen joulua edeltävänä perjantaina ja jouluaatto vietetään Meriemyssä. 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 Osallistujalähtöisyys 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 palautelaatikat, 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 vastuuhenkilöt, tuodaan esille uudet ehdotukset toimintaan liittyen. Aloitteet ja ehdotukset kanavoituvat kuukausikokousten kautta myös hallitukselle. Emyssä on käynnistetty vuonna 2018 yhteiskehittäjäryhmä, jonka pohdittavaksi tiettyjä teemoja annetaan.

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 iltapäivisin ja 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 tarjoavat maksuttomia palveluitaan yhdistyksen toiminnan piirissä oleville. Yhdistys tiedottaa toimintaan osallistuville myös monenlaisista muista maksuttomista tai edullisista kuntoutumista tukevista ja elämänlaatua parantavista mahdollisuuksista, kuten kurseista.

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 terveystalouden oppilaitoksiin kertomaan kokemuksistaan, kuntoutumisesta ja yhdistyksen merkityksestä. Etuus- ja vaikuttamistoimintaa liittyvistä teemoista keskustellaan Avomieliin-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 Jorvin Terassikahviossa ja Kannusillan Nekassa

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 Terassikahviossa, 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. Kahviotoimintaa harjoitetaan myös Kannusalin Nekka -tilassa erikseen sovittuina ajankohtina.

3.2 Välityömarkkinoiden mahdollistaminen

Emy mahdollistaa kuntouttavan työtoiminnan, työkokeilun ja työharjoittelun paikkoja yhteistyössä Espoon työvoimanpalvelukeskuksen kanssa. Palkkatuetuun työhön otetaan työntekijöitä yhdistykseen joko suoraan Emy:n kirjoille tai Emy:n Sektorin 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 työvoimanpalvelukeskus ja Espoon aikuissosiaalityö.

3.3 Puutarhatoiminta yhdessä Espoon kaupungin aikuissosiaalityön kanssa

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

Yleensä 16-sivuinen EMY-Tiedote ilmestyy kerran kuukaudessa, ja se postitetaan jäsenille sekä etenkin asiakkaitaan Emy:n toiminnan piiriin kannustaville yhteistyökumppaneille. Lisäksi tiedotetta jaetaan kohtauspaikoissa, tapahtumissa, messuilla ja muissa tilaisuuksissa. Tiedotteen levikki on 800-950 vihkoa kuukausittain. Tiedote on saatavilla PDF-muodossa Emy:n internetsivuilla. Tiedote esittelee yhdistyksen ajankohtaiset tapahtumat, retket, ryhmät ja muut kuulumiset. Lisäksi tiedotteessa kerrotaan yhdistyksen toimintaan osallistuvia mahdollisesti kiinnostavista teemoista ja mahdollisuuksista. Tiedotteessa yhdistyksen toimintaan osallistuvat voivat julkaista kirjoituksia, runoja ja kuvia. Lehden kanteen valitaan kuukausittain vaihtuva kuvataidetyö yhdistyksen kuvataideryhmäläisten kohtaamispaikkojen näyttelyseinältä. Painettuna tiedotusmateriaalina yhdistyksellä on lisäksi yleisesite, Kutsu-hankkeen tiedotusmateriaali (kutsukortti ja esite kumppaneille) sekä Tuu messiin! -hankkeen käyntikortti ja esite. Pääkaupunkiseudun mielenterveysyhdistysten yhteinen lehti Avomieliin ilmestyy kerran vuodessa Mielenterveysmessuille. Lehti on 16-sivuinen tabloid, joka sisältää yhdistysten jäsenten, työntekijöiden ja yhteistyötahojen kirjoituksia lehden vaihtuvan teeman mukaan. Kaikki Avomieliin -lehdet ovat luettavissa Avomieliin -kotisivuilla.

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 aktiivinen yhdistysprofiili Facebookissa (@emyespool), jonne päivitetään kuvia ja ajankohtaisia asioita muutaman kerran kuukaudessa eri työntekijöiden toimesta. Muita sosiaalisen median sovellutuksia otetaan käyttöön sovitusti tarpeen mukaan. Avomieliin yhteistyön puitteissa on käytössä kotisivu www.avomieliin.fi.

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, Olaritempaus ja Matinraitin Kyläkarnevaalit. Näissä tapahtumissa Emy tiedottaa olemassaolostaan ja toiminnastaan niin esitteiden kuin puheenvuorojenkin avulla. Hallituksen jäsenet, toiminnanjohtaja, työntekijät ja hallituksen valtuuttamat jäsenet edustavat yhdistystä sovitusti eri tilaisuuksissa ja tapahtumissa. Näymme mediassa yhdistyksemme toiminnasta tehtyjen artikkelien ja uutisten kautta. Käytämme tapahtumien markkinointiin monipuolisesti kaupunkilaisten suosimia paikkoja sekä kirjastoa ja Yhteis palvelupisteitä. Hyödynnämme espoolaiset.fi palvelua (vuonna 2019 uusimallaiset.fi) ja Espoon Järjestöjen Yhteisön sähköpostilistoja, Mielenterveyden keskusliiton viestintää, sähköpostiverkostoja Inhimillisiä uutisia.

5. EMYN KEHITTÄMISHANKKEET

5.1 Kutsu - Etsivän ja löytävän tuen hanke (käynnissä)

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 2016-2019. Hankkeen kohderyhmää ovat yksinäisyyttä kokevat sosiaalisesti eristäytyneet 29 - 65-vuotiaat mielenterveys- ja päihde- ja psyyttömyystukea 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 2019 hanke toimii vielä puoli vuotta täydellä teholla kahden työntekijän, yhteistyökumppaneiden, vapaaehtoisten ja opinnäytteitään tekevien opiskelijoiden voimin tavoitteiden suuntaisesti. Hankkeesta laaditaan vuonna 2019 rahoittajalle loppuraportti ja hankkeessa kehitetyt hyvät käytännöt kuvataan Innokylään sekä juurrutetaan soveltuvin osin osaksi Emyn perustoimintaa ja muita hankkeita.

5.2 Tuu messiin! Inspiraatiota ja voimavaroja kansalaistoiminnasta nuorille aikuisille (käynnissä)

Tuu messiin! -hanke käynnistyi keväällä 2018. Tämä kahden työntekijän resursoima hanke keskittyy espoolaisten mielenterveys- ja/tai päihdeongelmia kohdanneiden ja/tai sosiaalisesti eristäytyneiden 18-32-vuotiaiden nuorten aikuisten tavoittamiseen mukaan vapaa-ajan mielekkääseen, elämänhallintaa tukevaan ja syrjäytymiskierteitä katkovaan järjestö- ja harrastetoimintaan. Hankkeessa kehitetään järjestötoimintaa osallistujalähtöisesti yhdessä kohderyhmän kanssa. Hankkeessa järjestetään ryhmätoimintaa, kohtaamisia ja tapahtumia yhdessä nuorten aikuisten kanssa sekä luodaan uusia kumppanuuksia nuoria aikuisia kohtavien tahojen ja Emyn välille.

5.3 Kutsu 2 - ketään ei jätetä (haettu)

Emy on hakenut 1.10.2018 STEAlta jatkoa Kutsu-hankkeelle (muutoshakemus). Jatkohanke keskittyisi osallisuusverkoston luomiseen alueen toimijoiden välisen kohderyhmälähtöisen yhteiskehittämisen tueksi. Osallisuusverkosto vastaisi sektorirajat ylittäen erityisesti järjestöjen tarpeisiin tässä ajassa, jotta kenekään ei tarvitse jäädä yksin ja vaikeassa elämäntilanteessa elävistä henkilöistä myös potentiaalinen osallistujajoukko tuettaisiin mukaan elämänlaatua vahvistaviin ja mielenterveyttä tukeviin toimintoihin.

6. TALOUS JA HALLINTO

6.1 Toiminnan rahoitus

Arvioidut menot ovat noin 869.000 €:a jos arvioidut avustukset toteutuisivat ja tuloja arvioidaan olevan saman verran. Talousarviota sopeutetaan vuoden 2019 alussa, kun tiedetään avustusten toteutuminen.

Yhdistys hakee avustuksia STEAlta:	v. 2019	(v. 2018 saatu)
Kohtaamispaikkojen toimintaan	277.000 €	(252.000 €)
Kutsu Etsivän ja löytävän tuen hanke nostamatta oleva	54.000 €	(124.000 €)
Nuorten aikuisten hanke (Tuu messiin!)	122.000 €	(124.000 €)
Paikka auki II	25.000 €	
Kutsu 2 jatko-osa ("Ketään ei jätetä")	58.000 €	
<u>Yhteensä STEAlta haetaan avustuksia</u>	<u>536.000 €</u>	<u>(500.000 €)</u>
Kohdeavustusta haettu Espoon kaupungilta	115.000 €	(114.000 €)

Rahoitus Emyn välityömarkkina-, kahvio- ja puutarhatoimintaan sekä Pappilantien tilat haetaan Espoon kaupungilta kohdeavustuksena. Kohdeavustushakemuksessa rahoitusta haetaan 115.000 € ja lisäksi tiloihin liittyvää käyttöarvoa on 49.000 €.

Yhdistys hakee muita avustuksia arviolta	29.000 €
<u>AVUSTUKSET YHTEENSÄ</u>	<u>noin 729.000 €</u>

Taloushallinnosta pääosa (palkanlaskenta, laskutus, ostolaskut, maksut, kirjanpito) toteutetaan Emyn 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 HT.

6.2 Työntekijät

Työntekijät vastaavat yhdistyksen toiminnan koordinoinnista. Työntekijät miettivät yhdessä toiminnanjohtajan kanssa erityiset toimialansa, jossa huomioidaan yksilölliset vahvuudet. Yhdistyksen järjestötoiminta, kohtaamispaikkojen toiminta ryhmineen, retkineen ja leireineen, kehittämishankkeet (2 kpl), työtoiminta, Kauklahden puutarha ja Avomielin yhteistyö mukaan lukien toiminnanjohtajan sisältävät talousarvion puitteissa 13 työntekijän työpanoksen. Työntekijöistä kuusi saa palkkatukea. Lisäksi ryhmänohjaajia on tunti-työntekijöinä.

Työntekijät kokoontuvat lähes viikoittain tiimikokoukseen "palapeliin", jossa sopivat työnjaosta. Vähintään kerran vuodessa työntekijät ja hallitus pitävät yhteisen suunnittelu- ja kehittämispäivän. Työntekijät saavat tarvittaessa työnhajausta tai ryhmätyönohjausta. Työterveyshuolto on järjestetty 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 ja Olarin tilat Aikala Consulting Oy:lta. Toimisto- ja kokoontumistilaa Emyllä on Espoon keskustassa järjestöaloilla Villa Apteekissa (Pappilantie 5). 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 hyödyntää sovitusti Espoon Tuomiokirkko-seurakunnan Unelman kammaria, Espoon keskuksen me-talon tiloja, kirjastojen tiloja, Trapesan tiloja sekä mahdollisuuksien mukaan muidenkin kumppanien tiloja.

6.4 Koulutus

Yhdistys kannustaa toimintaansa osallistuvia osallistumaan Mielenterveyden keskusliiton koulutuksiin. 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.