

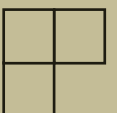
2015

Raahen, Pyhäjoen ja Siikajoen
mielenterveysyhdistys

Raahen Psyyke ry

VUOSIKERTOMUS 2015

”Yhdistystoimintaa aamupuurosta iltaryhmiin”



1. RAAHEN PSYYKE RY



Raahen Psykke ry



Raahen Psykke ry on vuonna 1986 perustettu Raahen, Pyhäjoen ja Siikajoen alueella toimiva mielenterveysyhdistys. Yhdistys tarjoaa kaikille avointa kansalaistoimintaa vapaaehtoisen mielenterveystyön parissa. Vuoden 2015 yhdistys aloitti 423 jäsenen voimin ja vuoden lopussa jäseniä oli 420. Jäsenistö koostuu mielenterveyskuntoutujista, heidän omaisistaan ja läheisistään, alan ammattilaisista sekä muista asiasta kiinnostuneista.

Yhdistyksen tavoitteena on *auttaa ja tukea mielenterveyskuntoutujia sekä heidän läheisiään*. Yhdistys pyrkii auttamaan psykiatrisessa avohoidossa olevia ja sairaalahoidosta palaavia yhteiskuntaan sijoittumisessa sekä edistämään yleistä mielenterveystyötä olemalla aktiivisessa vuorovaikutuksessa jäsenistöön, julkiseen sektoriin sekä nk. suureen yleisöön. Tavoitteena ovat myös mielenterveysongelmien ennaltaehkäisy, tiedottaminen ja vaikuttamistoiminta. Menossa olevalla kolmivuotiskaudella yhdistyksen ja Jäsentuvan toiminnassa painotetaan erityisesti **nuoriin**, heidän mukaan saamiseen ja toiminnan järjestämiseen nuorille. Lisäksi huomioidaan **ikäntyvä jäsenistö** sekä heidän tarpeensa järjestämällä ikäihmisille oma ryhmä. (Tämä ryhmä on käynnistynyt alkuvuodesta 2016).

Raahen Psykke ry:n toimintaa kuvaa hyvin sanonta ”yhdistys joka toimii aamupuurosta iltaryhmiin.” Yhdistyksessä on monipuolisen tekemisen meininki.

2. YHDISTYKSEN TOIMINTA

2.1. Jäsentupa

Yhdistys ylläpitää kohtaamispaikka **Jäsentupaa**, joka on RAY:n Ak-avustuksella toimiva kaikille avoin **matalankynnyksen kohtaamispaikka**. Ensisijaisesti tuvalla käy mielenterveys- ja päihdekuntoutujia. Jäsentuvan toiminta perustuu **vertaisuuteen ja vapaaehtoisuuteen** ja yhdistyksen monipuoliseen toimintaan järjestetään pääasiassa Jäsentuvalla (kuntien toiminta omissa kuntien kokoontumispaikoissa).

Yhdistys muutti uusiin tiloihin keväällä 2012. Jäsentupa sijaitsee Sovionkadulla Raahen keskustassa ja on avoinna joka arkipäivä. Jäsentupa on kohtaamispaikka, jossa voi käydä kahvilla, lukea päivän lehdet, käyttää tietokoneita (kaksi konetta), pelata biljardia, saada ATK-ohjausta sekä osallistua yhdistyksen monipuoliseen toimintaan. Biljardipöytä on osoittautunut hyväksi hankinnaksi. Pelaamisen kautta on helpompi osallistua tuvan toimintaan ja keskusteluihin. Jäsentupa on auki ma-to 8-15 ja pe 8-14. Iltaisin kokoontuu vertaisryhmiä. Tupa on auki joskus myös **lauantaisin**. Vapaaehtoiset ja opiskelijat ovat vastanneet pääasiassa lauantai- ja joulun aikana vapaaehtoisten työpanos on ollut merkittävä tuvan aukiolossa. Jäsentuvalla on myös **ilmaiskirppishuone** ja ryhmähuone ryhmien, koulutusten, kurssien, kokousten ym. pitämiseen.

Lisäksi tiloissa on hissi, joka on mahdollistanut myös liikuntarajoitteisten jäsenten osallistumisen toimintaan. Tuvalta löytyy myös Ohjaus- ja neuvontapiste. ON-pisteeseen on kerätty materiaalia eri palveluista, toimijoista ja teemoista. Olemme myös saaneet lainata Virta2 tiloja, jos on ollut päällekkäin useampia ryhmiä tai muuta toimintaa.

Jäsentuvan avoinna pitämisestä, siisteydestä sekä tarjottavista vastaavat eläkkeellä olevat mielenterveyskuntoutujat sekä vapaaehtoiset yhdessä työntekijöiden ja työkokeilussa olevien kanssa. Työtoimintaan osallistujat avustivat ryhmien toteutuksessa, ryhmien vetämisessä sekä osallistuivat muuhun yhdistystoimintaa tukeviin työtehtäviin. Työntekijöiden toimistotilat sijaitsevat Jäsentuvalla. Kokemusasiantuntijat ja vapaaehtoiset osallistuivat yhdistyksen toimintaan mm. esittelemällä yhdistystä ryhmille Jäsentuvalla.

Vuoden 2016 alusta alkaen työtoiminta siirtyi kuntayhtymälle ja yhdistyksen työtoimintapalkkioiden ja ryhmänvetäjäpalkkioiden maksaminen päättyi.

Joka arkiamu tarjolla oleva **puuroaamiainen** on koettu jäsenistön keskuudessa erittäin tärkeäksi toimintamuodoksi. Puuroaamiainen on sosiaalinen tapahtuma ja monelle hyvä syy lähteä aamulla liikkeelle. Puuroaamut on yhdistyksen suosituin ryhmä, se on paljon muutakin, kuin pelkkää puuroa. Aamuisin vaihdetaan kuulumisia, luetaan lehteä yhdessä ja samalla on hyvä tiedottaa tulossa olevasta toiminnasta. Puuroaamiaisen toteutuksesta vastaavat työtoiminnassa olevat henkilöt. Puuroaamiaisen maksuttomana pitäminen mahdollistuu mm. yritys yhteistyön ansiosta, sillä yhdistys saa lahjoituksena kaikki leivät aamiaiselle Leipurinkeitaalta Pattijoelta.

Vuonna 2009 toteutetun jäsenkyselyn mukaan Jäsentupa on tärkein yhdistyksen tarjoamista toiminnoista jäsenistön mielestä. Samaan tulokseen tuli Jäsenkysely, joka toteutettiin 2012 opinnäytetyönä. Vuonna 2014 tehtiin Kävijäkysely, joka tukee aikaisempia tuloksia.

2.2. Toiminta Siikajoen kunnan alueella

Vuoden 2011 alussa yhdistyksen toimintaan sulautettiin myös Ruukin Kimppa ry:n toiminta ja Siikajoen kunta tuli yhdistyksen toiminta-alueeksi. Raahen Psykye ry toimii 1.3.2011 alkaen koko Raahen Seudun Hyvinvointikuntayhtymän alueella.

2.2.1. Siikajoen Ruukin Ryhmätoiminta Apilassa

RAY:n toiminta-avustuksen turvin ja Kuntayhtymän toiminta-avustuksen avulla yhdistys vastaa vertais- ja vapaaehtoistoiminnan toteuttamisesta myös Siikajoella Ruukin kylällä. Raahen seudun hyvinvointikuntayhtymä antaa yhdistyksen toiminnalle tilat käyttöön. Ohjaaja mahdollistaa vapaaehtoisten toimimisen tukemalla ja kouluttamalla heitä. Käytännössä ohjaaja työskentelee kaksi päivää viikossa Siikajoella Ruukissa Apilan tiloissa. Ruukissa kokoontui viisi eri ryhmää. Vapaaehtoisia Ruukin toiminnassa on kolme (3).

Vuonna 2015 Ruukin toiminnasta vastasi ohjaaja. Vakituisen ohjaajan anoessa työvapaata 1.4.15 alkaen ohjaajan sijaisena toimi kesällä kaksikin eri työntekijää osa-aikaisessa työsuhteessa ja syksyllä 2015 palkattiin kokoaikainen ohjaajan sijainen. Ruukin toiminta saatiin näin pidettyä auki edellisten vuosien tapaan myös kesällä.

Toiminto	Ohjaaja/vastuhenkilö	Yhteistyötaho
Avoin Ryhmä	ohjaaja, opiskelijat	
Liikunnallinen ryhmä	ohjaaja, opiskelijat	Ruukin kunta / tilat
Kädentaitojen ryhmä	ohjaaja, opiskelijat, kansalaisopiston ohjaaja	Ruukin Ruukin kansalaisopisto
Avoin teemaryhmä (parillinen viikko)	ohjaaja, opiskelijat	
Naistenryhmä (pariton viikko)	ohjaaja, opiskelijat	

2.2.2. Luontoon –hanke

Vuonna 2013 tiivistyi yhteistyö seurakunnan kanssa Luontoon-hankkeen tiimoilta. Ruukissa on jokirantatontti, joka on seurakunnan vapaassa käytössä. Tälle alueelle rakennetaan vapaaehtoisten voimin virkistätymispaikkaa mielenterveys- ja päihdekuntoutujille. Yhdistyksemme jäsenet ovat osallistuneet talkoisiin säännöllisesti. Yhdessä tekemällä rannalle tulee tulevaisuudessa mökki ja grillipaikka sinne on jo saatu vuoden 2014 aikana. Luontorannassa pidettiin kesällä 2015 mm. onkikisoja ja lisäksi siellä voi kasvattaa kukkia ja viljellä esimerkiksi perunoita sekä poimia viinimarjoja. Rannalla kosken kohinan äärellä on hyviä paikkoja myös hiljentymiselle.

2.2.3. Kuivurikurssi

Keväällä 2015 järjestettiin Ruukissa Apilan tiloissa Kuivurikurssi yhteistyössä Raahen Psykyke ry:n ja Ruukin nuorisotoimen ja A-klinikan kanssa. Kuivurikurssi oli seurausta yhdistyksen Selvin Mielin –projektista (nykyinen Woimala-toiminta).

2.3. Pyhäjoen ja Vihannin kuntien toiminta

Kunnissa järjestetään omaa ryhmätoimintaa; Vihannissa kerran viikossa ja Pyhäjoella kahden viikon välein 2h kerralla kevään 2015 ajan toiminnanohjaajan vetämänä ja syksyllä 2015 taas ohjaajan toimesta kerran viikossa. Ryhmiä ohjaavat yhdistyksen työntekijät yhdessä vertaisohjaajien / opiskelijoiden kanssa. Teemoina vuorottelevat terveyden edistäminen, kulttuuri ja yhteiskunnallinen osallistuminen, ohjaus ja neuvonta sekä arjessa jaksaminen. Muissa kunnissa asuvien jäsenten osallistumista Raahessa järjestettäviin toimintoihin helpotetaan tiedottamalla kuljetuspalveluista, järjestämällä kimpakyytejä ym. Ryhmät kokoontuivat säännöllisesti lukuun ottamatta kesätaukoa. Lisäksi Vihannissa on kerran viikossa oma kuntosalivuoro ja uutena käynnistyi Vihannin vapaaehtoisten vetämä retkir ryhmä. Lisäksi Vihannin yläkoululla kävi yhdistyksen työntekijät toimimassa Elävänä kirjana.

Pyhäjoella yksi vapaaehtoinen huolehtii tilojen avaimen hakemisen, ovien avaamisen sekä keittää kahvit valmiiksi ennen ryhmää. Tämä aktivoi osallistumaan, mahdollistaa uudenlaisen vapaaehtoistoiminnan sekä keventää Raahesta tulevien vastuuhenkilöiden aikataulua ja työmäärää.

2.4. Ryhmä- ja kurssitoiminta

Yhdistyksen ryhmätoiminta perustuu vertaistukitoimintaan. Ryhmiä ohjaavat pääosin ryhmänohjaajakoulutuksen saaneet vertaisohjaajat ja vapaaehtoiset. Työntekijöiden ja

opiskelijoiden ohjaamisessa ryhmissä työparina toimii yleensä vertaisohjaaja. Keskusteluryhmät kokoontuvat Jäsentuvan ryhmätiloissa, liikuntaryhmät toimivat kaupungin liikuntapaikoissa. Ryhmätoiminnassa yhteistyötä tehdään Raahen Palvelukoti Oy:n, Raahen-opiston, Raahen kaupungin liikuntatoimen ja kuntayhtymän kanssa.

Ryhmänohjaajille ja vapaaehtoistoimijoille järjestettiin koulutusta sekä työnohjauksellisia tapaamisia, joissa arvioitiin ryhmien toimintaa ja kehittämistarpeita. Ryhmistä on tehty oma PowerPoint-esittely ja syksyllä pidettiin Jäsentuvalla ryhmien esittelypäivä, jossa esiteltiin ryhmät ja ryhmänvetäjät.

Kurssitoiminta on vakiintunut. Ohjaajina toimivat vapaaehtoiset, opiskelijat, kokemusasiantuntijat sekä työntekijät yhdessä vertaisohjaajan kanssa. Yhdistys mahdollistaa vertaisohjaajien osallistumisen tiedollisiin koulutuksiin, joiden opeilla he voivat ohjata kursseja jäsenistölle.

Uusia ryhmiä käynnistyy säännölliseen tahtiin ja välillä pitkään kokoontuneet ryhmät jäävät tauolle tai loppuvat. Ryhmiä perustetaan jäsenistön toiveiden pohjalta. Vuonna 2015 käynnistyi uusina ryhminä Päihdekuntoutujien omaisten vertaisryhmä yhteistyössä Raahen Psykke ry:n, Raahen seudun hyvinvointikuntayhtymän ja Raahen Kaupungin kanssa. Lisäksi Kitararyhmä käynnistyi ja se osoittautui suosituksi ryhmäksi. Kitararyhmälle saatiin Raahen kulttuurilautakunnalta avustusta kitaroiden hankintaan ja kitaratelineen tekemiseen. Uusia ryhmiä oli lisäksi venyttelyryhmä, Nuorten Klubi, Vihannin retkeilyryhmä, kokkauskurssi, Ilmaisutaidon ryhmä ja karatekurssi.

Yhdistyksen ryhmätoiminta koettiin kolmanneksi tärkeimmäksi yhdistyksen toiminnoista kävijäkyselyn 2014 tulosten mukaan.

KURSSIT ja RYHMÄT 2015:

Toiminto	Ohjaaja/vastuuhenkilö	Yhteistyötaho
Irti yksinäisyydestä-ryhmä	Vapaaehtoistoimijat	
Keilaryhmä / tauolla	Kaupungin liikunnanohjaaja, vertaisohjaaja	Kaupungin liikuntatoimi
Puikkopiiri	Vapaaehtoistoimija, työtoimintaan osallistuja, työntekijä	
Tiistain kuntosali	Vapaaehtoistoimija, oppisopimusopiskelija	
Osastoryhmä	Vapaaehtoistoimija, työntekijä	MTK, psykiatrinen osasto
Omaisten ryhmä	Vapaaehtoistoimija	Hyvän Mielen Talo ry
Musiikkiryhmä	Vapaaehtoistoimijat, työtoimintaan osallistuja	
Ilonpissarat	Vapaaehtoistoimijat	Mielenterveyden Keskusliitto
Tiistai – ateria	Raahen Seurakunta	Raahen Seurakunta
Pyhäjoen ryhmä	Yhdistyksen ohjaaja & vertaisohjaaja / opiskelijat, työtoimintaan osallistujat	Pyhäjoen kunta Hyvinvointikuntayhtymä
	Vapaaehtoistoimijat	Raahen Palvelukoti oy
Naisten kuntosali	Työtoimintaan osallistujat, vapaaehtoistoimija	Raahen liikuntatoimi
Sähly	yhdistyksen työntekijä, opiskelijat	
Torstain kuntosali	Kaupungin liikunnanohjaaja, oppisopimusopiskelija, vapaaehtoistoimijat	Kaupungin liikuntatoimi
Vihannin ryhmä	Yhdistyksen ohjaaja & vertaisohjaaja / opiskelijat, työtoimintaan osallistujat	Vihannin kunta Hyvinvointikuntayhtymä
Vihannin Kuntosali	Vapaaehtoistoimijat	
Vihannin retkir ryhmä	Vapaaehtoistoimijat	

Karaoke	Vapaaehtoistoimijat, työtoimija	
Avantouinti	Vapaaehtoistoimija	
Elokuvaryhmä	Vapaaehtoistoimijat	
Kuvaamataitoryhmä	Vapaaehtoistoimija	
Selvin Mielin –ryhmä	työntekijät, vapaaehtoistoimija	Selvin Mielin –projekti
Perjantain liikuntaryhmä / kuntosali / tauolla	työntekijä, työtoimijat, opiskelijat, vapaaehtoistoimijat	
Retkeilyryhmä	Vapaaehtoistoimijat	
Miestenryhmä	Vapaaehtoistoimija	
Korkki kiinni-ryhmä	Vapaaehtoistoimijat	
Siikajoen ryhmätoiminta (eritelty Siikajoen toiminnan kohdalla)	Yhdistyksen ohjaaja, vapaaehtoiset, opiskelijat, työtoimijat	Siikajoen kunta Hyvinvointikuntayhtymä
Nuorten kesäryhmä	Työntekijä	
Kädentaitojen ryhmä	Vapaaehtoistoimijat	
Lenkkeilyryhmä Aamuvirkut	työtoiminnassa mukana olevat	
Venyttelyryhmä	vapaaehtoistoimijat, työtoimijat	
Naistenryhmä	vapaaehtoistoimija, työntekijä	
Kokkauskurssi	vapaaehtoistoimijat	
Hengellinen ryhmä	diakonissa	Seurakunta
Narsistien uhrien tukiryhmä	vapaaehtoistoimija	Narsistien uhrien tuki ry
Ilmaisutaidon ryhmä	vapaaehtoistoimijat, kulttuurivastaavat	MTKL
Nuorten Klubi	työntekijä ja MTK:n toimintaterapeutti	RAS
Ilmaisutaidon ryhmä	Työntekijä	
Karatekurssi	vapaaehtoistoimijat	
Taloudenhallintakurssi	Työntekijä, tukihenkilö	Kuntayhtymä
Depressiokurssi Nuorille	Työntekijät	Hyvän Mielen talo
Arina Arena-ryhmä	Työtoimijat	Raahen kaupunki
Päihdekuntoutujien omaisten vertaisryhmä	työntekijä, kuntayhtymän työntekijät	Kuntayhtymä; MTT, A-klinikka
Kotirapun elokuvakerho	Kotirapun henkilökunta	Kuntayhtymä

Ryhmien ohjaajat kutsuttiin koolle kauden alussa ja lopussa kokoamaan kokemukset kuluneen kauden ryhmistä ja suunnittelemaan tulevaa. Vapaaehtoiset osallistuivat aktiivisesti myös muun toiminnan suunnitteluun ja toteuttamiseen. Ryhmänohjaajille ja vapaaehtoistoimijoille järjestettiin ohjaus- ja virkistytymistapaamisia vuoden aikana. Lisäksi elokuussa pidettiin ryhmien esittelypäivä.

Vapaaehtoisia toimi ryhmien ohjaajina ja kurssien vetäjinä (26 henkilöä), hallituksessa (8 varsinaista, 4 vara, puheenjohtaja, sihteeri ja työntekijät), tukihenkilöinä (3), lehtityöryhmässä (4), kuskeina (5), suunnittelemassa ja toteuttamassa eri toimintoja ym. yhteensä yli 70 eri henkilöä. Lisäksi eri yhteistyötahojen työntekijöitä eri ryhmien ja kurssien vetämisessä oli 10 eri henkilöä. Yhdistys tuki jäsenten osallistumista koulutuksiin järjestämällä kyydityksiä sekä maksamalla osan osallistumismaksuista. Vuonna 2015 osallistui yksi vapaaehtoinen Takuu Säätiön Omille jaloille – tukihenkilökoulutuksen jatkotapaamisiin.

Yhdistyksen koko vuoden päätapahtuma sijoittui mielenterveysviikkoon. Monipuolisten tapahtumien lisäksi mielenterveysasiat olivat julkisuudessa paikallislehtien ja muun median ansiosta.

Liitteenä kävijäseurannat kuukausittain vuonna 2015 (Liite 1).

2.5. Omaistoiminta

Omaistoiminta jatkui seutukunnallisen ryhmätoiminnan merkeissä. Ryhmä kokoontui noin kolmen viikon välein Jäsentuvalla. Omaiset vierailivat heitä kiinnostavissa paikoissa ja ryhmään kutsuttiin vierailijoita. Yhdistyksen yhteistyö Raahen seudun omaishoitajat ja läheiset ry:n kanssa aktivoitui vuonna 2014. Yhteistyötä tehtiin myös Hyvän Mielen Talo ry:n ja Omaiset ja Läheiset ry:n liiton työntekijän kanssa. Toiminnanohjaaja edusti yhdistystä Omaishoidon työryhmässä.

Lisäksi tammikuussa 2015 käynnistyi päihdekuntoutujien omaisten vertaisryhmä yhteistyössä Raahen seudun hyvinvointikuntayhtymän ja Raahen kaupungin kanssa. Ryhmä kokoontuu kerran viikossa.

Itsemurhan tehneiden omaisten vertaisryhmä ei käynnistynyt, vaikka sitä suunniteltiin.

2.6. Tukihenkilötoiminta

Vuoden 2015 keväällä järjestettiin yhteistyössä Raahen seurakunnan ja vammaistoimen kanssa vapaaehtoistoiminnan koulutus Raahessa. Tukihenkilöille ei järjestetty omia ohjauksellisia tapaamisia eikä virkistäytymistä vuoden aikana, koska tukihenkilötoiminta on vähäistä eikä yhdistykseen ole saatu koulutuksista uusia tukihenkilöitä. Tarvetta tukihenkilöille olisi. Nykyiset tukihenkilöt voivat osallistua yhdistyksen vapaaehtoisille järjestettyihin tapahtumiin.

Kokemusasiantuntijakoulutukseen osallistuneet kokemusasiantuntijat (3) ovat mukana toiminnassa mm. ryhmänvetäjinä (osastoryhmä, Irti yksinäisyydestä-ryhmä) ja tukihenkilöinä. TakuuSäätiön kautta toimintaan on koulutautunut Omille jaloille -tukihenkilö, joka on tukena taloudellisissa vaikeuksissa oleville ja velka-asioiden kanssa kamppaileville.

Raahen Psykyke ry kiittää kaikkia vapaaehtoisiaan vuoden 2015 toiminnan mahdollistamisesta, kaikista hienoista ideoista ja uskosta toiminnan onnistumiseen!

2.7. Retket, tapahtumat ja teemapäivät

Yhdistys järjesti kaksi linja-autoretkeä vuoden aikana Haaparantaan. Lisäksi osallistuttiin Jokilaaksojen Tiimi ry:n tapahtumiin. Toiminnassa painotettiin paikallista osallistumista teatterinäytöksiin, konsertteihin ja muihin oman paikkakunnan tilaisuuksiin. Yhdistys kutsui vierailijoita Jäsentuvalle sekä järjesti tapahtumia muiden toimijoiden kanssa yhteistyössä. Yhdistys mahdollisti jäsenistön osallistumisia eri tahojen järjestämiin tapahtumiin. Retkistä, ryhmistä, tapahtumista ym. toiminnasta on koottu yhteenvedo, joka on liitteenä.

2.8. Ohjaus- ja neuvonta

Jäsentuvalla on koottu pienimuotoinen ohjaus- ja neuvontapiste, johon on kerätty materiaalia eri palveluista, toimijoista ja teemoista. Teemoja ovat mm. mielenterveysasiat, velkaneuvonta, paikalliset ja valtakunnalliset palvelut sekä terveyden edistäminen. Ohjaus ja neuvonta kuuluvat kiinteänä osana työntekijöiden työhön ja sitä tehdään päivittäin. Käytännössä ohjaus ja neuvonta tapahtuvat puhelimitse, kävijöiden tapaamisilla sekä sähköpostitse. Ohjaus ja neuvonta sisältävät mm. keskustelua, kuuntelua, asioihin paneutumista sekä tiedottamista eri palveluista ja toimijoista. Jäsentuvalla työskentelevät kuntoutajat sekä vapaaehtoiset osallistuvat ohjaus- ja neuvontatyöhön.

2.9. Edunvalvonta

Edunvalvontaan panostettiin erityisesti teemapäivien ym. kautta (mielenterveys- ja päihdeasiat). Yhdistys toteutti edunvalvontaa seuraamalla yhteiskunnallisia muutoksia sekä alueella olevien palveluiden saatavuutta ja kohdentumista. Yhdistys ylläpiti yhteistyötä eri toimijoiden kanssa sekä järjesti säännöllisiä yhteistyötapaamisia. Eri työryhmiin ja palavereihin osallistumiset on koottu liitteeseen. Yhteistyöpalavereja pidettiin mm. MTT:n, Vihernikkarin ja A-klinikan kanssa.

Tavoitteena on tuoda kansalaisen ääntä kuuluviin ja kokemustietoa päätöksenteon pohjaksi. Yhdistys pyrkii vaikuttamaan kuntoutujien asemaan yhteiskunnassa ja palveluissa tiedottamisen ja eri tilaisuuksien avulla. Yhdistys kerää tietoa jäsenistön tarpeista ja informoi ne tarpeellisiin suuntiin esimerkiksi yhteistyöneuvotteluissa. Vuonna 2013 Raahe lähti mukaan ASPAn Tandem-projektiin. Tämän projektin kautta saadaan hyvin kokemuksen ääni kuulumaan ja asiakkaat pääsevät paremmin itse vaikuttamaan palveluihin. Yhteistyö jatkui myös vuonna 2015.

2.10. Osallistujamäärät

Yhdistyksen toiminta tavoitti vuoden aikana laajan osallistujajoukon. Vuonna 2015 toimintaan osallistui lähes 300 eri ihmistä. Osallistujamääriä seurataan suunnitelmallisesti. Liitteessä on kaikki eri osallistumiset vuoden aikana kuukausittain. Kaiken kaikkiaan osallistumisia tuli 16 146 (vuonna 2014 12 732 kappaletta). Todellisuudessa kävijämäärät Jäsentuvalla ovat vielä suuremmat, mutta kävijämäärien seuranta vaatii edelleen kehittämistä jatkossa. Tällä hetkellä kävijät merkitsevät itse listaan käyntinsä. Joku unohtaa merkitä, mutta joku taas laittaa viivan seurantaan, vaikka tulee pelkästään ryhmään; ryhmään osallistumiset ryhmänvetäjät merkitsevät erilliseen taulukkoon. Työntekijöiden osallistumisia eri tapahtumiin ei merkitä silloin, jos he ovat olleet vetäjinä (ryhmänvetäjä tms.). Muuten myös heidät lasketaan osallistujiksi (koulutukset, kokoukset).

3. TOIMINNAN SUUNNITTELU, ARVIOINTI JA KEHITTÄMINEN

3.1. Arviointi vuonna 2015

Yhdistyksen toiminnasta on tehty vuonna 2010 Arviointisuunnitelma. Seurannan ja arvioinnin tulos kokonaisuudessaan tässä:

Jäsenmäärän seuranta.

Jäsenmäärä vuoden alussa 423.

Jäsenmäärä vuoden lopussa 420.

Eronneiden ja erotettujen jäsenten määrä 3 henkilöä.

Jäsenetujen käyttötiedot:

- uimahallilippujen käyttömäärä 476 (vuonna 2014 1304 kpl).

Raahen Uimahalli sulkeutui toukokuun lopussa 2015 remontin vuoksi, joten siksi käyttömäärät ovat huomattavasti pienemmät verrattuna edelliseen vuoteen).

- aamupuurolle osallistumiset 5001 (vuonna 2014 3119 kpl). Kävijämäärät ovat nousseet huomattavasti ja lisäksi puuroamiainen oli tarjolla kesällä 2015, vuonna 2014 ei ollut. Tämä vaikuttaa myös lukuun.

Talouden seuranta ja arviointi.

Hallitus käsitteli yhdistyksen talouden tilanteen välitilinpäätöksiin 3 kk:n välein. Työntekijät seurasivat taloutta kuukausittain. Seurannassa toteutunutta verrattiin talousarvioon sekä edellisen vuoden toteutumaan. Talouden seuranta on määritelty tarkasti taloussäännössä. Rahastonhoitaja tarkisti laskut kerran kuussa ja tilitoimisto hoiti kirjanpidon.

Koko toiminnan jatkuva arviointi.

Yhteistyötä tehtiin muiden järjestöjen kanssa ja heidän kanssaan jaettiin kokemuksia toiminnoista (Hyvän Mielen Talo, Jokilaaksojen Tiimi ry, Mielikkitalo).

Yhteistyötahojen kanssa pidettiin palavereja, joissa kerrottiin toteutuneesta toiminnasta sekä infottiin tulevasta ja suunniteltiin yhdessä toteutettavia toimintoja. Samalla kartoitettiin, ettemme tee päällekkäistä työtä ja kukin taho tietää oman toiminta-alueensa. Yhteistyöpalaverit ovat hyvä väylä pysähtyä tiedostamaan toisten työtä ja tieto mahdollistaa edunvalvonnan ja asiakkaiden elämänlaadun paranemisen.

Yhdistystä esitellään vuoden aikana sadoille eri ihmisille. Nämä tilanteet ovat erityisen hyvä areena hyvien käytäntöjen tunnistamiseen. Eri organisaatioista vierailevat henkilöt kiinnittävät huomiota eri asioihin, kysyvät, kyseenalaistavat sekä poimivat tarkastelun kohteeksi eri asioita. Näissä tilanteissa yhdistyksen toiminnot ovat tavallaan koko ajan arvioinnin kohteena.

Raportointi.

Arviointia tehdään jatkuvalla itsearvioinnilla.

Työntekijät pitävät noin kerran viikossa työntekijäpalaverin, missä käydään mennyttä läpi sekä suunnitellaan tulevaa ja tehdään työnjako. Avoin ja aktiivinen yhteistyö työntekijöiden kesken luo turvallisuutta ja toiminta on tehokasta. Kukin tietää, mitä toinen tekee, eikä tehdä päällekkäistä työtä. Työnkuvat ovat selvät, joten toiminta on laadukasta.

Hallinnon arviointi.

Hallinnon arviointi toteutetaan vuosittain kesäkuussa pidettävässä itsearviointitilaisuudessa. Itsearvioinnin pohjana käytetään kirjassa Yhdistyksen hyvä hallinto (Perälä ym. 2008, 200-203) olevaa arviointilomaketta.

Ryhmätoiminnan arviointi.

Ryhmätoiminnan arvioinnissa palautetta pyydetään sekä ryhmien ohjaajilta että ryhmiin osallistuvilta ryhmäläisiltä. Arviointi toteutetaan kyselylomakkeilla *huhtikuussa*. Ohjaajien lomakkeessa kysytään yleisesti ryhmien tilanteesta sekä kokemuksia henkilön ohjaamasta ryhmästä. Ryhmäläisten lomakkeessa palautetta pyydetään käyntikerroista, siitä mikä henkilön saa käymään ryhmässä, mikä on erityisen hyvää, mitä ryhmän toiminnassa tulisi kehittää sekä ryhmään osallistumisen vaikutuksista muiden palvelujen käyttöön (mielenterveystoimisto ym.). Näistä palautteista tehdään yhteenveto, joka käsitellään ryhmien ohjaajien kesken ja palaute viedään hallituksen tiedoksi.

Lisäksi ryhmien ohjaajat merkitsevät kävijämäärät erilliseen Jäsentuvalla olevaan lomakkeeseen. Tämän lomakkeen pohjalta tehdään yhteenveto kuukausittain, näin ryhmien kävijämääriä voidaan seurata. Tämän seurannan avulla esimerkiksi ryhmien alkamisajankohtaa elokuulta on siirretty syyskuuhun, koska kävijämäärät olivat varsin pienet elokuussa ja kasvoivat voimakkaasti syyskuussa. Yhteenvedon pohjalta on myös arvioitu, että ryhmien kokoontumisia voi jatkaa kesäkuun puolelle, sillä osallistujat jaksavat hyvin vielä osallistua kesäkuussa. Ryhmänvetäjät ovat sisäistäneet hyvin osallistujamäärän merkitsemisen tärkeyden.

Koulutusten, retkien ja tilaisuuksien arviointi.

Kun yhdistyksessä suunnitellaan koulutusta, retkeä tai muuta tapahtumaa, vastuhenkilö täyttää yhdessä muiden toimijoiden kanssa erillisen suunnittelulomakkeen. Lomake on yhteisen suunnittelun väline, jonka avulla kaikki osalliset ovat tietoisia omasta ja toisten roolista ja tehtävistä heti suunnittelun alkuvaiheesta alkaen. Tilaisuuden jälkeen täytetään arviointilomake, joka viedään tiedoksi hallitukselle.

Suunnittelulomakkeen käyttö ei ole toteutunut suunnitellusti. Koulutuksia, retkiä ja tilaisuuksia on arvioita työntekijöiden kesken jälkikäteen sekä osallistujilta saadun suullisen palautteen avulla.

Kysely toiminnasta kiinnostuneille.

Yhdistyksen toiminnan lähtökohtana ovat jäsenistön toiveet ja tarpeet. Näitä kartoitetaan laajemmin kolmen-neljän vuoden välein toteutettavalla kyselyllä. Kysely on laadittu Raahen Psykye ry:lle syksyllä 2009, seuraava tehtiin keväällä 2012 ja uusin kesällä 2014. Kyselystä on tehty analyysi, joka julkaistaan yhdistyksen kotisivuilla, se käsiteltiin hallituksessa ja tuloksia käytiin läpi yhteistyökumppaneiden kanssa.

Verkkopalveluiden arviointi.

Yhdistyksen tulevaisuudessa ehkä merkittävin tiedonvälityksen kanava tulee olemaan toimivat kotisivut ja sosiaalinen media (facebook). Kotisivujen toimivuutta arvioidaan jatkuvasti ja palautetta saadaan käyttäjiltä aktiivisesti.

Yhteistyön arviointi.

Yhdistyksellä on laaja yhteistyöverkosto seutukunnan alueella. Toteutunutta yhteistyötä arvioidaan vuosittain vuosikertomuksen yhteydessä. Kolmen vuoden välein yhteistyökumppaneille toteutetaan kysely, jossa pyydetään yhteistyökumppaneita arvioimaan yhteistyön määrää ja laatua, yhdistyksen roolia ja merkitystä kolmannen sektorin toimijana, kehittämistarpeita yhteistyöhön liittyen sekä pyydetään arviointia yhdistyksen onnistumisesta perustehtävän toteuttamisessa.

Yhteistyötahoilta saamme palautetta yhteistyöpalavereissa sekä arjessa tavatessamme. Palaute on positiivista ja yhteistyötahojen kautta tulee kehittämisehdotuksia ja toiveita toimintaan.

Kehityskeskustelut.

Kehityskeskustelut Ray:n tuella palkatulle henkilöstölle pidetään joulukuussa. Toiminnanohjaaja toteuttaa kehityskeskustelut järjestösihteerille, vapaaehtoiskoordinaattorille ja ohjaajalle, toiminnanohjaajan kanssa kehityskeskustelun käy puheenjohtaja. Lomake toimii keskustelun pohjana, itsearviointilomakkeena sekä työntekijän työtehtävien ja kehittämistarpeiden suunnittelun pohjana.

Kehityskeskusteluja on käyty pitkin vuotta erilaisissa tilanteissa. Työntekijäpalaverit ovat myös hyvä paikka käydä yhdessä keskustelua työn sisällöstä sekä työntekijöiden jaksamisesta. Lisäksi vuonna 2015 työntekijöille järjestettiin yksi ryhmätyönohjaus.

Työyhteisön ITE –arviointi.

Ray:n tuella palkatut henkilöt täyttävät yhdessä ITE - arviointilomakkeen toukokuussa. Yhteenvedo lomakkeen tuloksista käsitellään kesäkuussa hallituksen itsearviointitilaisuudessa.

Tukihenkilötoiminta.

Yhdistyksen tukihenkilötoiminta on hiipunut, eikä toimintaan ole saatu uusia tukihenkilöitä, vaikka koulutuksia on pidetty vuosittain. Tukihenkilötoimintaa kehitetään tiedottamalla ja hyödyntämällä esimerkiksi eri sosiaali- ja terveysalan oppilaitosyhteistyötä (opiskelijoiden vapaasti valittavien kurssien suorittaminen tukihenkilötoiminnan avulla). Vuonna 2015 tukihenkilöitä oli 4. (Vuonna 2016 järjestetään vertaistukihenkilökoulutus).

3.2. Muu seuranta ja arviointi

Yhdistykselle tulee vuoden aikana lukuisia ehdotuksia uusista toimintamuodoista. Kunkin ehdotuksen kohdalla arvioidaan erikseen, tukeeko se yhdistyksen ideologiaa ja mitkä ovat yhdistyksen resurssit toteuttaa toimintaa.

Yhdistyksen vapaaehtoistoimintaan käytettyä aikaa seurataan otantana yksi kuukausi vuodessa. Vuonna 2015 ei seurattu.

4. YHDISTYKSEN HALLINTO JA TALOUS

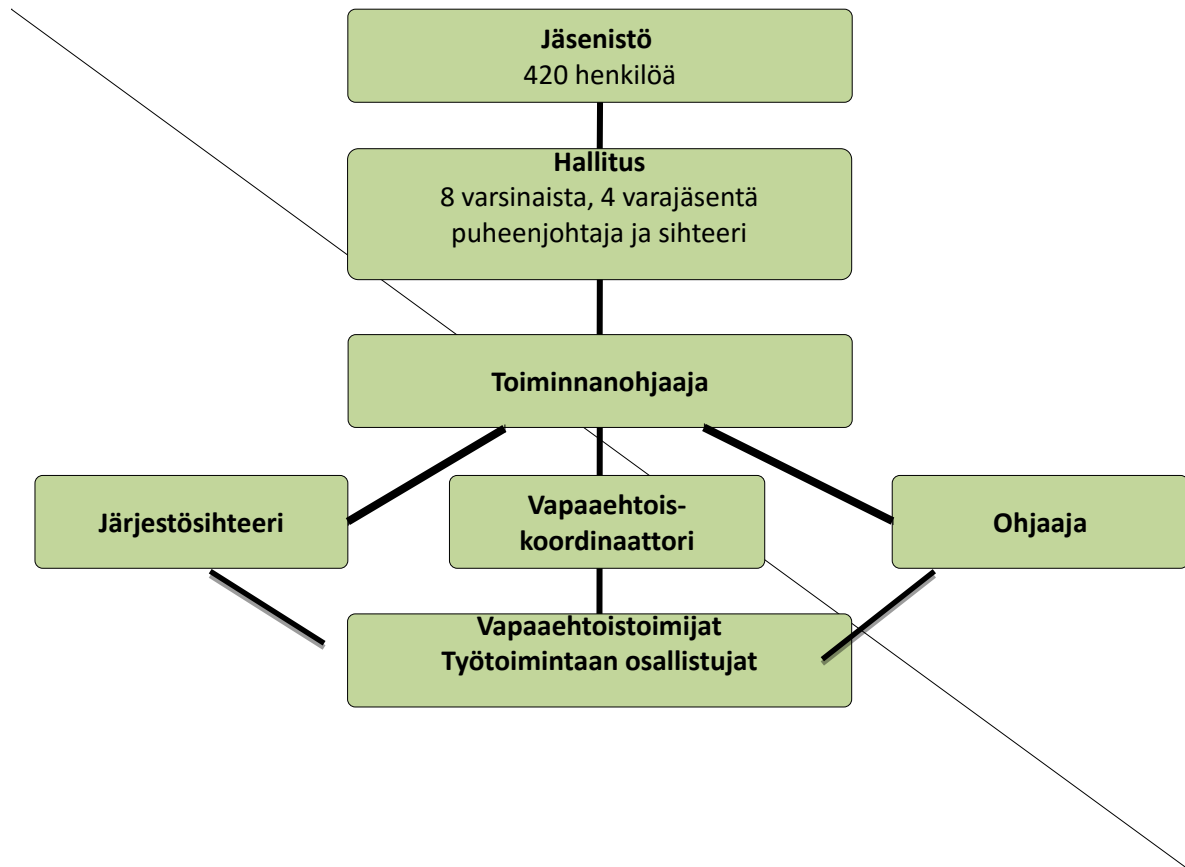
Jäsenistön valitsema 12 henkinen hallitus ja puheenjohtaja vastasivat yhdistyksen toiminnasta ja taloudesta. Hallitus kokoontui kuusi (6) kertaa ja yleisiä kokouksia pidettiin kaksi (2).

Hallitus päättää yhdistyksen toimintalinjoista, toimii työntekijöiden esimiehenä sekä suunnittelee ja valvoo yhdistyksen toimintaa. Käytännön toiminnasta vastaa toiminnanohjaaja ja päivittäisistä raha - asioista vastaa järjestösihteeri. Tilitoimisto tekee yhdistyksen kirjanpidon. Hallitus seuraa talouden toteutumaa välitilinpäätöksin.

Päärahoittajana toimii Raha-automaattiyhdistys. Ray:n lisäksi toimintaa rahoittaa Raahen Seudun Hyvinvointikuntayhtymä. Omarahoitusta yhdistys hankkii mm. jäsenmaksuilla, myyjäistuloilla sekä hankkimalla mainostajia lehteen ja kotisivuille.

Varsinaiset jäsenet	Varajäsenet
Joni Lackström, pj	Helena Viirret
Eija Arvola, vpj	Olli Ingerttilä
Maritta Virnes-Torvinen	Jukka Larsson
Jari Paldanius	Ari Salmi
Kalevi Huhtala	
Risto Heinonen	
Seija Luttinen	
Miikka Pöyhtäri	
Olavi Silvasti	

Taloudenhoitaja : Raahen tili- ja ATK-palvelu Silvola, Arja Silvola / Raahen Tili Oy, Saila Kurkela
Tilintarkastaja : Jussi Pahkala
Rahastonhoitaja : Kalevi Huhtala
Käytännön raha-asiat: Sirkka Kerttula, järjestösihteeri



Hallituksen jäseniä 2014-2015

Yhdistystä edusti

- Mielenterveyden Keskusliiton valtuustossa Maritta Virnes-Torvinen
- Jokilaaksojen Tiimi ry:n hallituksessa Maritta Virnes-Torvinen puheenjohtajana, Eija Arvola ja Niina Lukinmaa jäseninä
- Asiakasyhteistyöryhmässä Niina Lukinmaa (tarvittaessa)
- Seutukunnallisen hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen (HYTE) johtoryhmässä Niina Lukinmaa (3 kertaa)
- Omaishoidon työryhmässä Niina Lukinmaa (3 kertaa)
- Vammaisneuvostossa Jari Paldanius ja varalla Eija Arvola.

- Woimalan ohjausryhmässä Niina Lukinmaa
- Lisäksi yhdistyksen edustusta kutsuttiin moniin eri työryhmiin / Raahen Seudun hyvinvointikuntayhtymä ja työntekijäpalaveriin MTT:n, KOHOn, A-klinikan ja Vihernikkarin kanssa.

Raha - automaattiyhdistys rahoitti toimintaa 166 000 €:lla. Tuki meni kokonaisuutena työntekijöiden palkkoihin sekä Jäsentuvan yleiskuluihin. Raahen seudun hyvinvointikuntayhtymän taloudellinen tuki toiminta-avustuksena oli yhdistykselle erittäin merkittävä tuki Ray:n rahoituksen lisänä. Kuntayhtymän avustus mahdollisti kuntien ryhmätoiminnat sekä jäsen- ja vertaistoiminnan, vapaaehtoistoiminnan ja Jäsentuvan vuokratulot.

Yhdistys sai liikuntalautakunnalta avustuksen MTKL:n palloiluturnauksen kuluihin ja Kulttuurilautakunnalta avustusta kitara- ja muihin tarvikkehankintoihin.

5. TYÖNTEKIJÄT

Raahen Psykke ry:n toiminta on monipuolista ja toimialue on laajentunut kolmen kunnan alueelle vuoden 2011 alussa. Yhdistyksen tärkein toiminta on vertaistoiminta ja vapaaehtoistoiminta monissa eri muodoissa (ryhmät, tukihenkilötoiminta, ohjaus- ja neuvonta ym.). Näistä toiminnoista vastaavat tällä hetkellä kaikki neljä nykyistä työntekijää. Työntekijöiden vastualueet jakautuvat seuraavasti:

Toiminnanohjaaja toimii esimiehenä, vastaa eläkkeellä olevien mielenterveyskuntoutujien työtoiminnasta, toimii esittelijänä hallituksen kokouksissa, ylläpitää ja kehittää yhteistyötä eri tahojen kanssa sekä vastaa yhdistystoiminnasta yhteistyössä vapaaehtoisten kanssa sekä antaa ohjausta ja neuvontaa. Toiminnanohjaaja tekee seurantaa ja vastaa arvioinnin toteutumisesta sekä hankkii materiaalin sosiaalisen tilinpidon tueksi. Seurannassa ja arvioinnissa käytetään yhdistykselle tehtyä opinnäytetyötä hyväksi (lomakkeisto, aikataulutus ym.). Vuoden 2014 syksyllä – keväällä 2015 Pyhäjoen ryhmä siirtyi myös väliaikaisesti toiminnanohjaajan vastuulle ohjaajan osallistuessa Kuivuri-kurssin vetämiseen.

Järjestösihteeri vastaa käytännön taloushoidosta, tiedotuksesta, ohjaa työtoimintaan ja vapaaehtoistoimintaan osallistujia Jäsentuvan toiminnan ylläpitämisessä, toimii hallituksen sihteerinä, osallistuu tarvittaessa ohjaus- ja neuvontapalveluihin sekä toteuttaa perehdytyksen opiskelijoille, työtoimintaan osallistujille sekä vapaaehtoisille. Järjestösihteeri vastaa ryhmien käytännönasioista. Järjestösihteeri vastasi Siikajoen toiminnasta aiheutuvien kulujen hoidosta.

Ohjaajan työnkuvaan kuuluu Siikajoen (2 pv / vko), Pyhäjoen (2h/ 2 vkon välein / 1 x vko syksystä 2015 alkaen taas) ja Vihannin (2h / vko) kuntien toiminnasta vastaaminen, sekä ohjaus ja neuvonta. Ohjaaja toimii ryhmänvetäjänä. Ryhmissä on aina vertaisryhmänvetäjä mukana. Lisäksi ohjaaja työskentelee Raahessa yhden päivän viikossa vastaten vapaaehtoiskoordinaattorin kanssa jäsenoiminnan järjestämisestä. Vuoden 2015 keväällä ohjaaja osallistui Kuivuri-kurssin vetämiseen, joten Pyhäjoen ryhmän toiminta siirtyi väliaikaisesti toiminnanohjaajan vastuulle. 1.4.15 alkaen vakituinen ohjaaja anoi vuoden työvapaan yhdistyksestä ja siirtyi Raahen kaupungille, sillä Kuivuri-toiminta siirtyi kaupungin ja kuntayhtymän hallinnoimaksi Woimala-toiminnaksi. Loppukevään ja kesän ohjaajan sijaisuutta hoidettiin osa-aikaisin sijaisvoimin ja syksyllä 2015 palkattiin kokaikainen ohjaajan sijainen ja toiminta pääsi jatkumaan taas täysipainotteisesti myös kunnissa.

Vapaaehtoiskoordinaattori vastaa ryhmänvetäjien (uusien ja jo toiminnassa mukana olevien) koulutuksista, tukemisesta ja ryhmien sisällöllisestä kehittämisestä. Ohjaus ja neuvonta kuuluu kiinteänä osana vapaaehtoiskoordinaattorin työhön. Hän vastaa vapaaehtoisten koulutuksesta / tukemisesta. Lisäksi hänelle kuuluu retkien, koulutusten ja kurssien järjestäminen jäsenistölle sekä muusta jäsenoiminnasta ja vapaaehtoistoiminnasta vastaaminen. Työntekijä vastaa tukihenkilötoiminnasta; koulutusten järjestäminen, tukisuhteiden luominen, tukihenkilöiden jatkuva työnohjaus ja tuki sekä tukisuhteiden väliarviointien toteuttaminen. Työntekijä vastaa myös kokemusasiantuntijoiden hankkimisesta sekä markkinoinnista eteenpäin.

Kaikkien työntekijöiden työnkuvaan kuuluu jäsenistön, vapaaehtoisten ja työtoiminnassa olevien osallistaminen ja toimintamahdollisuuksien mahdollistaminen ja vahvistaminen, vapaaehtoistoiminnan tukeminen, mahdollisuuksien luominen, motivoiminen sekä vahvuuksien tunnistaminen ja vahvistaminen. Lisäksi kaikille kuuluu opiskelijoiden ohjaus ja ryhmien ja kurssien ohjaaminen yhdessä vertaisohjaajien kanssa sekä yhdistystoiminnan suunnittelu ja ylläpitäminen yhdessä vapaaehtoisten kanssa.



Raahen Psygyke ry:n työntekijät keväällä 2016

6. TYÖTOIMINTA

Yhdistystoimintaan oli mahdollisuus osallistua työtoiminnan kautta, elämäntilanteesta riippuen eri rahoitusmuodoilla (eläkkeellä olevat mielenterveyskuntoutujat työosuusrahalla vuoden 2015 loppuun asti, työttömät työkokeiluun). Työtoiminnassa olevat vastasivat Jäsentuvan avoinna pitämisestä ja siisteydestä, aamupuuron keittämisestä ja tarjolle asettamisesta, he leipoivat ja valmistelivat tarjottavat eri tapahtumiin ja tilaisuuksiin sekä juttelivat Jäsentuvan kävijöiden kanssa. Henkilön kiinnostuksesta ja vahvuuksista riippuen työtoiminnassa olevat osallistuivat myös muuhun yhdistystoimintaa tukeviin tehtäviin;

vertaistuen tarjoaminen Jäsentuvan kävijöille sekä muut avustavat ja yhdistystoimintaa tukevat tehtävät. Tavoitteena oli, ettei kukaan ole mukana pelkän työtoiminnan takia, vaan jokainen osallistuu myös ryhmään tai muuhun yhdistystoimintaan. Tämä tavoite toteutui hyvin. Osallistujille järjestettiin omia koulutuksia sekä virkistäytymispäiviä.

Vuoden 2015 aikana eläkkeellä olevien mielenterveyskuntoutujien työtoiminta loppuu RAY:n uusien avustuslinjausten myötä. Kaksi-kolme eläkkeellä olevaa kuntoutujaa jatkaa toiminnassa, mutta heidän sopimukset on ulkoistettu kuntayhtymälle. Yhdistys tarjoaa paikan, palkkion maksaa jatkossa kuntayhtymä (mielenterveys- tai vammaispalvelut).

Rahoitusmuoto	Määrä
Työosuusraha	3
Palkkatuki	-
Kuntouttava työtoiminta	-
Työkokeilu	11
Opiskelijaharjoittelijat	10
Yhteensä	24

Vapaaehtoistoimijoita Jäsentuvan toiminnan mahdollistamisessa oli vuoden 2015 aikana 13 eri henkilöä. Vapaaehtoiset vastasivat pääasiassa tuvan iltapäivien aukioloista yhdessä työntekijöiden kanssa.

6. TIEDOTUSTOIMINTA

Yhdistyksen jäsenlehteä julkaistiin kaksi kertaa vuodessa. Painomäärä oli 1500 kpl kappaletta ja lehteä jaettiin jäsenistön lisäksi eri tahoille; julkisiin tiloihin, kouluille ja työyhteisöihin. Yhdistyksen toiminnasta tiedotettiin yhteistyötahoille sähköpostilistan avulla säännöllisesti. Työntekijät ja vapaaehtoiset kävivät esittelemässä toimintaa eri tahoille sekä kutsuivat eri tahoja tutustumaan toimintaan. Esittelyä varten on kehitetty esittelykansiot sekä PowerPoint – esitys yhdistyksen toiminnasta ja oma esittely ryhmistä. Vapaaehtoisten roolia esittelyissä korostettiin entisestään. Lisäksi yhdistyksen esitettä jaettiin aina uusille jäsenille sekä tutustujaryhmille. Lehden lisäksi jäsenille lähetettiin yksi jäsenkirje.

Yhteistyötä paikallislehtien kanssa ylläpidettiin ja saatiin juttuja yhdistyksen toiminnasta lehtiin. Toiminnasta ja tapahtumista julkaistiin lehdistötiedotteita paikallislehdissä.

Tiedottaminen yleisistä kokouksista tapahtui syyskokouksen päättämällä tavalla paikallislehti Raahelaisessa. Toiminnasta ja tapahtumista ilmoiteltiin säännöllisesti Raahelaisen ja Raahen Seudun järjestöt toimivat – palstoilla. Ryhmistä tiedotettiin aktiivisesti kotisivuilla, facebookissa, ilmoitustauluilla ja jäsenkirjeessä. Marraskuussa mielenterveysviikon aikana paikallislehdet julkaisivat juttuja yhdistyksestä sekä viikon tapahtumista.

Vapaaehtoiskoordinaattori ja vapaaehtoiset kävivät pitämässä infon toimivista ryhmistä ja muusta toiminnasta kerran vuodessa psykiatrisilla palvelukodeilla. Lisäksi monet eri ryhmät kävivät tutustumassa yhdistykseen. Yhdistykseen kävi tutustumassa ryhmiä ja yhteisöjä eri kouluilta, oppilaitoksista ja työyhteisöistä. Vierailuja tehtiin mm. aikuiskoulutuskeskuksesta, mielenterveyskeskuksesta, asumispalveluyksiköistä sekä A – klinikalta. Yhdistys osallistui myös eri messuille; mm. nuortenmessut ja ikäihmisten messut.

7. YHTEISTYÖ

Yhteistyötaho	Toteutunut yhteistyö
Raha-automaattiyhdistys	Avustustoiminta, raportointi. Ohjaus ja neuvonta avustuksiin liittyen
Mielenterveyden Keskusliitto	Koulutukset jäsenistölle, jäsenedut jäsenistölle, Revanssi-lehti, valtakunnalliset tapahtumat, MTKL:n tarjoama tuki, ohjaus ja neuvonta yksittäisille jäsenille sekä yhdistykselle, internet-sivut, edustus valtuustossa
Raahen kaupunki	Kuntalaisten ohjaus puolin ja toisin palvelujen piiriin, tiedotustoiminta
- Vihanti	Ryhmä kunnassa (ilmaiset tilat), osallistumismahdollisuuksien tarjoaminen seutukuntien asukkaille tapahtumiin ja ryhmiin
- Liikuntatoimi	Yhteiset ryhmät, kaupungin liikunnanohjaajan ryhmät mielenterveyskuntoutujille, kaupungin liikuntatilojen maksuton käyttömahdollisuus, avustus palloiluturnaukseen
- Kulttuuritoimi	Taloudellinen tuki kitararyhmään. Yhteinen hankesuunnitelma työn alla
- Woimala ja muut kaupungin työpajat	Päihdekuntoutujien omaisten vertaisryhmä, asiakkaiden ohjaus puolin ja toisin, toiminnanohjaaja ohjausryhmässä
Raahen seudun hyvinvointikuntayhtymä	Taloudellinen tuki / toiminta-avustus
Hyvinvointikuntayhtymä, mielenterveyskeskus	Yhteistyötapaamiset 2 kertaa vuodessa, asiantuntijavierailut yhdistyksen ryhmissä ja teemapäivissä, yhdistystoimijoiden vierailut ja tiedottaminen ajankohtaisista asioista, MTK:n asiakkaiden ohjaus yhdistystoimintaan, ohjaus ja neuvonta, osastoryhmä
Hyvinvointikuntayhtymä, Kotirappu	asiakkaiden ohjaus, ryhmien esittely
Hyvinvointikuntayhtymä, Langin keskus	Kävijöiden ohjaus palvelujen piiriin puolin ja toisin, yhteistyötapaamiset vuosittain, työtoimintalaisten hoitonohtausyhteistyö
Hyvinvointikuntayhtymä, Vihernikkari	Kuntalaisten ohjaus palvelujen piiriin puolin ja toisin, yhteistyötapaamiset henkilöstön kesken 3-4 kertaa vuodessa, tiedottaminen toiminnoista puolin ja toisin
Hyvinvointikuntayhtymä, Sosiaalitoimi	Työkokeilun aikainen arviointi yhteistyössä, aktivoinnit yhdistyksen toimintaan, ohjaus ja neuvonta palvelujen piiriin.
Hyvinvointikuntayhtymä, perhetyö	Tapahtuma yhteistyössä lapsiperheille. Yhdistyksen esittely ryhmäläisille
Hyvinvointikuntayhtymä, Satelliitti	Nuoriin liittyvät asiat; tiedotus, tutustumiskäynnit Mielekäs Päivä-kurssi nuorille
Raahen Seudun Omaishoitajat ja läheiset ry	Vapaaehtoistoiminnan koulutus
Jokilaaksojen Tiimi ry	Työkokoukset, yhteiset koulutukset, tapahtumat, retket, yhdistyksen edustajat Tiimin hallituksessa

Hyvän mielen talo ry	Omaisneuvojan vierailut. Depressiokurssi / Mielipaletti
Pyhäjoen kunta	Ryhmä kunnassa (ilmaiset tilat), koulutukset, osallistumismahdollisuuksien tarjoaminen seutukuntien asukkaille tapahtumiin ja ryhmiin
Siikajoen kunta	Vertaistoiminta kahtena päivänä viikossa (ilmaiset tilat), osallistumismahdollisuuksien tarjoaminen tapahtumiin ja ryhmiin, koulutukset
Seurakunnat	Vapaaehtoistoiminnan koulutukset, Taloudenhallinta-kurssit, Joulujuhla / ruokailu, yhteinen lastentapahtuma, alennus jäsenistölle seurakunnan tiistai – ruokailusta. Ruukissa Luontoon-hanke / yhteistyö. Hengellinen ryhmä.
Muut kolmannen sektorin toimijat, mm. A-kilta, MLL, Raahen Ensi- ja Turvakoti ry ja Pelastakaa Lapset ry	Yhteinen biljarbi-ilta, Osallistujien ohjaus eri palvelujen piiriin, yhteiset koulutukset ja tapahtumat, tiedotus puolin ja toisin
Yksityiset palveluntuottajat - Raahen Palvelukoti Oy - Wäinö	Yhdistystoiminnan esittely kerran vuodessa asukkaille ja henkilöstölle. Ohjaus ja neuvonta palvelujen piiriin. Yhteydenpito henkilöstön kesken. Tilat ryhmälle.
Surunauha ry	Itsemurhan tehneiden läheistenryhmä, suunnittelu, kynttilätapahtuma
Narsistien uhrien tuki ry	Raahen vertaisryhmän käynnistäminen yhteistyössä
Takuusäätiö, Omille Jaloille-toiminta	Tukihenkilön koulutus ja tukeminen / velka- ja talousasiat
Mielenterveysseura (ennen THL)	Toimiva Lapsi ja Perhe –hanke, työntekijöiden koulutus ja työnohjaus
Velkaneuvonta Ulosotto Martat Seurakunta sosiaalitoimi ODL Kuntayhtymä Turvakoti	Taloudenhallinta-kurssit, teemapäivät

7.1. Yhteistyösopimukset vuodelle 2015

7.1.1. Hyvän Mielen Talo

Raahen Psykke ry toimii yhteistyökumppanina Hyvän mielen talo ry:n nuorille suunnatussa RAY-projektissa (03/2013-02/2017) nuorille räätälöitävän Depressiokoulu –kurssimallin ja oheismateriaalin kehittämisessä. Vuonna 2013 Hyvän mielen talo ry:n työntekijä koulutti Raahen Psykke ry:n 2 työntekijää Depressiokoulun ohjaajiksi. Ohjaajakoulutus sisälsi osallistumisen Depressiokoulu-kurssiin (10x2 t), oman yhdistyksen toiminnassa järjestettävän kurssin ohjaamisen (10x2 t) ja siihen saatavan työnohjauksen (6-8 x1-2 t) sekä teoriaopetuksen kognitiivis-

behavioraaliseen teoriaan ja psykoedukatiivisen ryhmän ohjaukseen liittyen (16 t). Yhdistyksen ensimmäinen oma kurssi oli 2013-2014 ja vuonna 2015 oli uusi kurssi nuorille.

8. KOKEMUSASIAANTUNTIJUUS

Mielenterveys- ja päihdesuunnitelma, Mieli 2015 –työryhmän ehdotukset mielenterveys- ja päihdetyön kehittämiseksi – raportissa kokemusasiantuntijoiden roolia suositellaan lisättäväksi seuraavasti: Kokemusasiantuntijoiden ja vertaistoimijoiden osallistumista mielenterveys- ja päihdepalveluiden suunnitteluun, toteuttamiseen ja arviointiin tulee lisätä, jotta palvelujärjestelmä voi ottaa nykyistä paremmin huomioon asiakkaiden tarpeet.

Kokemusasiantuntijoilla tarkoitetaan henkilöitä, joilla on omakohtaista kokemusta mielenterveys- ja päihdeongelmista, joko niistä itse kärsivänä, niistä toipuneena tai palveluita käyttäneenä tai omaisena tai läheisenä. Kokemusasiantuntijoita tulee käyttää esimerkiksi kunnan strategiatyössä, palvelujen arvioinnissa ja kuntoutustyöryhmissä. Heitä voidaan kutsua asiantuntijoiksi hoitoyksiköiden hallinnollisiin toimitelmiin. Heidän asiantuntemustaan tulee hyödyntää nykyistä enemmän myös mielenterveys- ja päihdekuntoutujien asumispalveluissa, tahdosta riippumattoman hoidon ja pakkotoimien vähentämiseen tähtäävässä työssä, sekä ulkopuolisissa asiantuntija-arvioissa. Kokemusasiantuntijatoimintaa ja siihen liittyvää palkkiojärjestelmää tulee kehittää järjestöjen ja kuntien yhteistyönä.

8.1. Kokemusasiantuntijuus yhdistyksessä

8.1.1. Taustaa

Mielenterveyden Keskusliitto koulutti vuoden 2009 aikana yhdistyksen vapaaehtoisia Iso Käsi – hankkeen merkeissä esittelemään yhdistystä, huomaamaan yhdistyksen vahvuudet ja asiat, joita voi tuoda esiin eri työryhmissä ja muissa yhteistyöverkostoissa. Jäsenistöä kannustetaan osallistumaan erityisesti paikallisiin työryhmiin, asiasta tehdään keskustelun avauksia eri yhteistyökumppaneiden suuntaan. Lisäksi yhdistyksestä on kolme koulututtanut kokemusasiantuntijaksi.

Yhdistyksen toimintaa esitellään monille eri tahoille ja ryhmille. Esimerkiksi seudun eri sosiaali- ja terveysalan oppilaitokset sekä lukion psykologian ryhmä käyvät aktiivisesti tutustumassa yhdistyksen toimintaan. Näissä ja kaikissa muissa yhdistyksen esittelytilaisuuksissa (messuilla, palvelukoti-vierailuilla ym.) on aina kokemusasiantuntija mukana.

8.1.2. Osastoryhmä

Vuonna 2012 käynnistettiin yhdistyksen ja Hyvinvointikuntayhtymän psykiatrisen osaston kanssa yhdessä Osastoryhmä, jota vetävät yhdistyksen työntekijä ja kokemusasiantuntija. Ryhmä kokoontuu osastolla noin kaksi kertaa kuukaudessa ja ryhmään ovat tervetulleita osaston potilaat. Ryhmässä kerrotaan yhdistyksen toiminnasta, keskustellaan ja jaetaan vertaisuutta. Ryhmän

tavoitteena on tiedottaa yhdistystoiminnasta, rohkaista tulemaan toimintaan mukaan ja antaa toivoa kuntoutumiseen vertaisuuden avulla. Ryhmä jatkui myös vuonna 2015.

8.1.3. ASPA:n Tandem-projekti

Raahen seudun hyvinvointikuntayhtymä oli mukana Asumispalvelusäätiö ASPA:n Tandem-projektiin. Projektin avulla kehitettiin seutukuntamme mielenterveys- ja päihdepalveluita ja kehittämisessä huomioitiin asiakkaan ääni. Työryhmässä on ollut mukana yhdistyksen ja Selvin Mielin –projektin työntekijät sekä kokemusasiantuntijat. Työskentely ja kehittäminen jatkui myös keväällä 2015. Kesällä 2015 hanke loppui.

8.1.4. Omille Jaloille-toiminta, TakuuSäätiö

TakuuSäätiön kautta toimintaan on koulutautunut Omille jaloille -tukihenkilö, joka on tukena taloudellisissa vaikeuksissa oleville ja velka-asioiden kanssa kamppaileville. Tukihenkilö on osallistunut TakuuSäätiön jatkokoulutuksiin ja vertaistapaamisiin.

9.5. Selvin Mielin –projektin juurtuminen Raahen seudulle. Kuivuritoiminta ja Woimala.

Raahen seudun hyvinvointikuntayhtymä on todennut Kuivuri-kurssin hyväksi toimintamenetelmäksi varsinkin päihdekuntoutujien kuntoutumisprosessissa. Kuntayhtymän ja Raahen kaupungin tavoitteissa on ollut saada toiminnalle resursseja, jotta se saadaan vakiintumaan osaksi niiden omaa toimintaa.

Selvin Mielin –projektin tuloksia ja projektin aikana koottua materiaalia hyödynnetään jatkossa: Raahessa alkoi keväällä 2014 kuntayhtymän ja Raahen Psygyke ry:n yhteistyönä toteutettava viikoittainen kurssitoiminta mielenterveys- ja päihdekuntoutujille, Kuivuri-kurssi. Osallistujien ohjaus ryhmään tapahtui pääosin projektin aikana luodun mallin mukaisesti ja ryhmän sisällöt mukailivat osittain Selvin Mielin - kurssien sisältöjä. Myös yksilötyöskentelyä kurssin jälkeen oli mahdollista saada. Selvin Mielin – projekti siis onnistui tavoitteessaan luoda toimintamalli, jonka hyödyt jäävät elämään vaikka projektirahoitus päättyi. Myös yhteistyötä eri viranomaistahojen ja muiden toimijoiden kesken saatiin lisättyä työryhmien ja asiakastapaamisten avulla.

Kuivuri-kurssilla oli A-klinikan työntekijä, Virta2-hankkeen vastaava työntekijä sekä yhdistyksestä ohjaaja. Ohjaajan osallistuminen kurssille mahdollistui väliaikaisilla työvastuumuutoksilla, sillä Pyhäjoen ryhmätoiminnan ollessa muutostilassa oli hyvä tehdä siihen samalla työntekijämuutos. Toiminnanohjaaja otti väliaikaisesti vastuulleen Pyhäjoen ryhmän ja ryhmä muutettiin kokoon tumaan kahden viikon välein. Lisäksi ryhmän vetämiseen saatiin uusia vapaaehtoisia, joten ryhmä on onnistuttu vetämään, vaikka toiminnanohjaaja ei ole ollut joka kerta mukana.

Keväällä 2015 Kuivuri-ohjausryhmä ja Raahen kaupunki ja Raahen seudun hyvinvointikuntayhtymä päättivät käynnistää Kuivuritoiminnan omana toimintanaan. Nimi muuttui Woimalaksi. Yhdistyksen ohjaaja anoi työvapaata ja siirtyi Woimalaan ohjaajaksi 1.4.15 alkaen kaupungin työntekijänä. Työpariksi tuli A-klinikalta kuntayhtymän päihdetyöntekijä.

YHTEENVETOA VUODESTA 2015

Suurimmat muutokset toiminnassa vuoden 2015 aikana:

- Kuivuri-kurssitoiminnan siirtyminen kaupungin ja kuntayhtymän alaiseksi toiminnaksi (Woimala).
- Ohjaajan työvapaa ja siirtyminen Woimalaan työntekijäksi.
- Ohjaajan sijaiset kesällä kaksi eri osa-aikaista ja syksyllä kokoaikainen.
- Opiskelijoita oli monista eri oppilaitoksista ja kukin toi omalla osaamisellaan ja persoonallaan mukavaa uutta aktiviteettiä yhdistyksen arkeen.
- Uusia ryhmiä käynnistyi kiittävästi (uusina mm. venyttelyryhmä, kitararyhmä, Nuorten Klubi, Vihannin retkeilyryhmä, kokkauskurssi, päihdekuntoutujien omaisten vertaisryhmä).
- Vuosi 2015 oli aktiivinen; kävijämäärät Jäsentuvalla kasvoivat, kävijät löysivät tuvan matalankynnyksen kohtaamispaikkana, mihin oli oikeasti helppo tulla olemaan, mistä löytyi vertaisuutta, monenlaista toimintaa sekä ohjausta ja neuvontaa. Biljardipöytä oli jatkuvassa käytössä ja sen avulla osallistuminen helpottui entisestään.
- Liikuntatoiminta oli monipuolista ja yhdistys liikutti ison määrän ihmisiä monin eri liikuntamuodoin. Esimerkkinä jäsenetuiset uinti- ja kuntosaliliput, joiden avulla osallistujamäärät lisääntyvät huomattavasti. Vesipekan remontti vaikutti toimintaan, sillä kuntosali- ja uintimahdollisuutta ei voitu tarjota.
- Julkisen sektorin työntekijät löysivät entistä paremmin yhdistyksen toiminnan asiakkailleen ja uusia toimintatoiveita tuli myös sieltä.

9. KEHITTÄMISHAASTEET

Yhdistyksen toiminnan kehittäminen nykyiselle tasolle on ollut mahdollista Ray:n ja kuntayhtymän tuen avulla. Yhdistys on vakauttanut paikkansa vakavasti otettavana kolmannen sektorin toimijana, jolla on laaja yhteistyöverkosto. Toiminta herättää kiinnostusta kansalaisissa yli kuntarajojen. Yhdistyksestä on onnistuttu luomaan positiivinen ja avoin mielikuva, jonka toimintaan on helppo tulla mukaan. Yleisen asenneilmaston kehittäminen on silti edelleen haaste toimijoille. Toiminnan kehittäminen laajaksi kokonaisuudeksi on ollut vuosien prosessi, johon on yhdistyksen omien toimijoiden lisäksi vaikuttanut hyvin toimiva julkinen sektori Raahan seutukunnassa. Yhdistyksen on tulevaisuudessakin toimittava kumppanuuden hengessä, mutta samalla kriittisesti tarkastella eri palvelujen saatavuutta ja laatua sekä tarvittaessa vietävä viestiä kehittämiskohteista tarvittaville tahoille.

Käytännön kehittämiskohteita:

- Nuorten mukaan saaminen;
* sairaanhoitajaopiskelijan tekemän opinnäytetyön tulosten hyödyntäminen. Opinnäytetyöllä kartoitettiin, mitä nuorten toivovat yhdistyksen toiminnalta, mikä saa nuoret tulemaan mukaan.
- Uusien vapaaehtoisten löytäminen ja mukaan saaminen (esim. eläkkeelle jäävät sosiaali- ja terveydenhuollon työntekijät).
- Vuoden 2016 alusta alkaen eläkkeellä olevien mielenterveyskuntoutujien työtoiminnan (työosuusraha) loppuminen.
- Selvin Mielin –projektin kurssimateriaalin hyödyntäminen toiminnassa.
- Toiminnan suunnitelmallisuuden ja jatkuvan arvioinnin lisääminen edelleen hyödyntäen Jokilaaksojen Tiimi ry:n arviointiosaamista.

- Osallistujamäärien seurannan edelleen kehittäminen Jäsentuvan henkilöstöä kouluttamalla sekä sopimalla yhteisistä käytännöistä kaikkien vapaaehtoistoimijoiden kesken.
- Vapaaehtoistoimijoiden riittävän tukemisen kehittäminen vapaaehtoiskoordinaattorin avulla.
- Sosionomiopiskelijoiden tekemän opinnäytetyön ”liikunnan merkitys mielenterveydelle” (valmistuu keväällä 2016) tulosten hyödyntäminen.
- Uusien ryhmien käynnistäminen (Asperger, Seta-ryhmä, Ikäihmisten ryhmä, Skitsofrenia-ryhmä, Naistenryhmä, Ilmaisutaito, Nuorten aikuisten toiminta, Äitiryhmä, Isäryhmä)
- Yhdistyksellä on taito vastata muuttuvan toimintaympäristön haasteisiin nopeasti.

Liitteet:

Liite 1, Toteutunut toiminta 2015