

Toimintasuunnitelma vuodelle 2018

1 Johdanto

Kouvolan Mielenterveysseura ry on Suomen Mielenterveysseuran jäsenyhdistys. Seuran tehtävänä on edistää mielenterveyttä ehkäisevän mielenterveystyön menetelmin sekä luoda näistä asioista kiinnostuneille viihtyisä yhteisö.

Seuran perustehtävä

Kouvolan Mielenterveysseurassa edistämme eri-ikäisten mielenterveyttä ja hyvinvointia. Toimimme vapaaehtoisessa pelastuspalvelussa sekä tuemme itsenäistä asumista Kouvolan kaupungin alueella. Lisäksi seuramme aktiiveja toimii Vuoroveto mielenterveysseuran kautta valtakunnallisessa kriisipuhelimessa. Teemme yhteistyötä paikallisten toimijoiden kanssa ja olemme Kouvolan Vammaisjärjestöjen Yhdistys ry:n jäsenyhdistys.

Toiminnassa kiinnitämme erityistä huomiota tukihenkilöiden jaksamisen tukemiseen työnohjauksen, koulutuksen ja yhdessä virkistäytymisen avulla.

Kansalaistoimintaan liittyen järjestämme kaikille avoimia tilaisuuksia ja tapahtumia, joissa on mahdollisuus tutustua Kouvolan Mielenterveysseuran toimintaan.

Alkuvuonna harjoittelemmme uusien tilojen ja mahdollisuuksien käyttöä yhdistysten talolla Savonkatu 23:ssa KVVY:n alivuokralaisina.

2 Järjestötoiminta

2.1 Jäsenistö

Jäsenistö kutsutaan mukaan kesäretkelle ja seuran pikkujouluun. Jäsenistölle kerrotaan vuoden mittaan koulutustilaisuuksista ja muista osallistumismahdollisuuksista. Uusia aktiivitoimijoita hankitaan erityisesti tukihenkilökurssin kautta.

2.2 Hallinto

Hallinto pidetään ennallaan ja hankkeisiin nimetään vetäjät sekä työryhmä hankekohtaisesti. Seuran hallitus on rakennettu niin, että kullakin toimintasektorilla on edustus.

2.3 Talous

Taloudenhoidossa pyritään tarkkaan harkintaan. Tilaisuuksien järjestämisestä tehdään kustannuslaskelmat. Taloudellinen tilanne kartoitetaan neljä kertaa vuodessa ja samalla seurataan talousarvion toteutumista. Talousarvio laaditaan erikseen. Talousasioissa noudatetaan SMS:n ohjeistuksia.

4 Vaikuttaminen ja tiedottaminen

Vaikuttaminen ja tiedotus kanavoidaan yleisötilaisuuksien, median ja jäsenkirjeiden kautta. Tiedottamisen ja vaikuttamisen kehittämistä jatketaan. Pidämme kaksisuuntaisesti yhteyttä Suomen Mielenterveysseuran kanssa.

Ulkoisessa viestinnässä käytetään entistä enemmän Kouvolan sanomien järjestöpalstaa. Muu lehti-ilmoittelu harkitaan aina tapauskohtaisesti. Viestinnän ajoitus tehdään niin, että näkyvyys on parhaimmillaan tukihenkilökurssin hakuaikana. Sisäisen tiedottaminen hoidetaan kevät ja syksy viesteillä, jotka jaetaan kaikille jäsenille ja kuukausittaiset tiedotteet niille jäsenille, joilla on sähköpostiosoite.

5 Koulutus

Tärkein koulutustapahtuma on tukihenkilön peruskoulutus, joka järjestetään yhteistyössä asiantuntijoiden kanssa. Kurssi pidetään alkuvuonna. Jäsenistöä ja aktiiveja informoidaan ja kannustetaan osallistumaan erityisesti SMS:n ja KVV:n järjestämille kursseille.

6 Hyvinvointi

Jatketaan 2017 käynnistetyn hyvinvointiryhmän toimintaa. Ryhmän tarkoitus on olla toiminnallinen ryhmä, jossa harjoitellaan hyvinvointia edistäviä asioita: Ilon jakaminen, mielen virkistys, arjessa aktivoituminen, muistojen ja elämysten luominen ja mukavaa yhdessä olemista.

Ryhmä toimii päiväryhmänä kerran kuukaudessa. Kevään aikana ryhmään haetaan uusia henkilöitä seuran jäsenistä.

Ryhmän vastaavina toimivat Anja Liimatta, Saara Tapaninen ja Seija Laine

Hyvinvointia palvelee myös Kokkikerho joka kokoontuu kevät ja syyskaudella 2-3 viikon välein kaekustelemaan ja laittamaan ruokaa.

6 Tukitoiminta

Tukitoiminta mitoitetaan seuran aktiivitoimijoiden voimavarojen mukaan.

6.1 Asumisentuki (Kaarina Vuorinen ja Anja Liimatta)

Ensisijaisena toimintamuotona on tukihenkilön antama yksilötuki omassa kodissa asuvalle tuetavalle sekä ryhmätoiminta: kokkikerho ja liikuntaryhmä. Tukisuhteita lokakuussa 2017 oli 15. Kouvolan kaupungin kanssa tehdyn sopimuksen mukaan tukisopimuksia voi olla enimmillään 28. Jotta tähän päästäisiin edellyttää se jatkuvaa uusien tukihenkilöiden koulutusta ja vanhojen aktiivointia. Asumisentuki järjestää yhteisen tuettavien ja tukihenkilöiden jouluisen puurojuhlan. Tuettavat kutsutaan seuran kesäretkelle mukaa.

Koulutus: Helmikuussa alkava tukihenkilökoulutus sekä räätälöidyt tarpeen mukaiset lisäkoulutukset. Kehityshaasteena on koulutuksen saaminen reuna-alueille, koska tukihenkilötarve on siellä huomattavasti lisääntynyt. Myös miespuolisista tukihenkilöitä tarvitaan jatkossa. Kehitetään tukihenkilötoiminnan yhteisöllisyyttä.

6.2 Henkinen tuki (Ulla-Maija Tukiainen, Katriina Tuviala, Anne Liikanen)

Henkisen tuen ryhmä toimii Vapepan hälytysryhmänä viranomaisen apuna pyydettyä. Ryhmän jäsenmääräksi on sovittu 15 perus- ja jatkokoulutettua henkilöä. Hälytysvalmius on vähintään kaksi henkilöä 1-3 tunnin sisällä 24/7. Osaamisvalmiutta ylläpidetään kuukausikokouksilla ja erilaisilla Vapepan sekä SPR:n koulutuksilla ja harjoituksilla. Ryhmän jaksamista ja yhteishenkeä pidetään yllä virkistäytymistapahtuman merkeissä. Tavoitteena on pitää ryhmä toimintavalmiudessa ja tarpeen mukaan täydentää ryhmää niin, että jäsenmäärä on koko ajan 15 koulutettua ja osaavaa jäsentä. Koulutuksiin ja valmiuden ylläpitoon sekä virkistäytymiseen tarvittava taloudellinen panostus huomioidaan seuran talousarviossa. Vuosi 2018 on Henkisen tuen 25v juhlavuosi jota juhlistamme koulutus- ja virkistäytymistapahtuman merkeissä.