

VUOSIKERTOMUS

2017

Sisältö:

Vuosikertomus	sivut 1-3
Tapahtumat.....	sivu 4
Vastuuhenkilöt.....	sivu 5
Muistamiset	sivu 6

Osoite:

KVY/KMSry
Savonkatu 23
45100 Kouvola
www.kmsry.fi

VUOSIKERTOMUS 2017

1 Johdanto

Kouvolan Mielenterveysseura ry (KMS ry) on Suomen Mielenterveysseuran (SMS) jäsenyhdistys. Seuramme vuosi 2017 on sujunut vuosisuunnitelman mukaan. Kuluneena vuonna Suomen mielenterveysseura tuli toimineeksi 120 vuotta. Tämän juhlavuoden innoittamina teimme merkittävimmät tapahtumat yhdessä Vuoroveto mielenterveysseuran kanssa. Loppuvuodesta teimme jopa ehdotuksen seurojen toimintojen yhdistämiseksi. Aloitteemme johti hyödyllisiin keskusteluihin. Perustehtävät, tiedottaminen ja koulutus ovat sujuneet hyvin. Kansalaistoiminta on ollut tukemassa seuramme näkyvyyttä. Olemme saaneet uusia jäseniä, mutta seurasta eroajia on ollut enemmän. Tukihenkilönperuskoulutus tuotti meille uusia tukihenkilöitä.

2 Seuran perustehtävät

Mielenterveys on elämäntaitoa ja olennainen osa hyvinvointia sekä terveyttä. Mielenterveyttä voi vahvistaa. Kouvolan Mielenterveysseurassa olemme kuvanneet perustehtävämme seuraavasti:

- Seura edistää mielenterveyttä ja luo mielenterveyden edistämisestä kiinnostuneille viihtyisän yhteisön.
- Seuran tukihenkilöt kuuntelevat, ovat läsnä ”vierelläkulkijoina” ja auttavat tukea tarvitsevaa etenemään elämässään.
- Seura tuo esiin apua tarvitsevien ”äänetöntä hätää” ja etsii uusia keinoja auttaa heitä yhdessä kansalaisten, muiden järjestöjen ja viranomaisten kanssa.

3 Toiminta

Kouvolan Mielenterveysseuran merkittävimmät tapahtumat ja tapahtumiin osallistumiset vuonna 2017 on koottu liitteeseen 1.

3.1 Järjestötoiminta

Järjestötoimintaan kuuluu seuran johtaminen, omasta jäsenistöstä huolehtiminen, kansalaistoiminta, vaikuttamistoiminta ja kouluttaminen. Verkostoituminen palvelee näitä toimintoja erityisen hyvin. Merkittävin järjestötoiminnan kumppani on Kouvolan Vammaisjärjestöjen yhdistys ry eli KVY. KVY muutti vuoden lopussa Savonkatu 23:een Porukkataloon ja me KVY:n mukana. KVY:n uudet tilat talon 1. kerroksessa tarjoavat meille hyvät tilat kokouksille, kokkikerholle ja liikuntaryhmälle.

3.1.1 Jäsenistö

Jäseniä seurassa oli vuoden lopussa 155 henkilöä, joista neljä kunniajäsentä. Jäsenmäärä laski kuluneena vuonna kymmenellä henkilöllä. Moni henkilö, joka oli toiminut aktiivisemmin sisarseurassamme luopui meidän jäsenyydestä. Jäsenistöä on kutsuttu kesäretkelle, pikkujouluun ja kansalaistoiminnan tilaisuuksiin.

Hyvänmielenryhmä aloitti keväällä toimintansa kerran kuukaudessa päiväryhmänä. Ryhmän tarkoitus on llon jakaminen, mielen virkistys, arjessa aktivoituminen, muistojen ja elämysten luominen sekä mukavaa yhdessä olemista. Ryhmään ilmoittautui kymmenen yhdistyksen jäsentä. Kokoontumiskertoja oli viisi, joista yksi oli teatterissa käynti. Ryhmästä ovat vastanneet: Anja Liimatta, Saara Tapaninen, Seija Laine.

3.1.2 Kansalaistoiminta ja vaikuttaminen

Vuoden aikana seuran näkyvyyteen ja vaikuttamiseen on panostettu onnistuneesti. Seuran aktiivit ovat vierailleet useissa paikallisissa tapahtumissa muun muassa seniorien luona. MHAW-tapahtuma järjestettiin 17.5. kirjastossa. Marraskuun 21. päivänä järjestetyssä avoimessa koulutustilaisuudessa Elina Ylisuvanto esitelmöi kohtaamisesta ja voimavaroista. Tukihenkilökurssin yksi luento, *Kriisissä olevan ihmisen kohtaaminen*, toteutettiin yleisöluentona.

3.2.3 Kouluttaminen

Kansalaistoiminnan tilaisuudet olivat osa koulutustoimintaakin, mutta vuoden tärkein koulutus on talvella järjestetty tukihenkilön peruskoulutus. Kurssin aloitti kahdeksan henkilöä ja kuusi valmistui. Seura on tukenut aktiiveja hyväksymällä kurssimaksuja seuran maksettavaksi.

3.2.4 Tiedottaminen

Sisäinen tiedottaminen on hoidettu KMS ry:n seuraviestillä syys- ja kevätkaudella. Sisäistä tiedottamista tukee se, että kahdella kolmasosalla jäsenistä ja kaikilla vastuuhenkilöillä on sähköpostiosoite. Aktiivikauden aikana sähköpostia käyttävälle jäsenistölle on lähetetty tiedote noin kerran kuukaudessa. Ulkoisessa tiedottamisessa on Some näyttänyt tehonsa. Sen kautta saatiin puolet tukihenkilökurssin opiskelijoista. Seuralla on omat Facebook-sivut ja kuvia Instagramissa. Mieli-logon mukaiset kotisivut otettiin käyttöön ja ne ovat tuoneet yhteyden ottoja kiittävästi. Sivut ovat saaneet kiittävän vastaanoton. Seuran Mieli-logon mukainen Roll-up hankittiin tapahtumien näkyvyyden parantamiseksi. Käytämme edelleen myös aktiivisesti järjestöpalstaa Kouvolan sanomissa.

3.1.5 Talous

Seuran talous on hyvin kunnossa. Kouvolan Mielenterveysseura ry on yleishyödyllinen yhteisö. Toiminnantarkastajana toimii Timo Laine.

3.1.6 Hallinto

Hallituksen toiminnan tukena on käytetty Vuosikelloa. Yhdistyksen taloudenpidossa on noudatettu vahvistettuja kirjallisia ohjeita. Järjestötoiminnan vastuualeen rakenteet säilyivät ennallaan. Hallitus kokoontui 10 kertaa. Hallitusjäsenet on valittu niin, että kaikki toiminnot ovat edustettuina hallituksessa. Vastuuhenkilöluettelo on liitteenä 2.

3.2 Tukitoiminnot

3.2.1. Asumisen tukitoiminta,

Tukivastaavat: Kaarina Vuorinen ja Anja Liimatta ja Ilmi Raanoja

Asumisen tukitoiminnan tarkoituksena on auttaa omassa kodissaan asuvia kuntoutujia yksilötukisuhteen tai ryhmätoimintojen keinoin. Kuntoutujaa kannustetaan erilaisissa elämäntilanteissa sekä ohjataan ensisijaisesti kodin ulkopuoliseen toimintaan tai sopivan harrastuksen piiriin. Hänen omaa näkemystään kunnioitetaan.

Tuettavia oli vuoden aikana yksilö- ja ryhmätuen piirissä yhteensä 20 henkilöä. Tukihenkilöitä oli yhteensä 15. Tukisuhteessa olevia on tavattu alkupuoliskolla pääsääntöisesti kerran viikossa ja loppuosalla tapaamisia on ollut kaksi kertaa kuukaudessa. Useimpiin tuettaviin on oltu yhteydessä myös puhelimitse. Entisiin tuettaviin on myös pidetty yhteyksiä.

Tukihenkilöt tukivat kuntoutujia kodin ulkopuoliseen asiointiin ja harrastuksiin sekä KMS ry:n retkiin ja ryhmätoimintoihin. Kesällä tuettavat kutsuttiin Imatran kylpylään ja Lappeenrantaan suuntautuvalle kesäretkelle. Toimintavuoden päätti tuettavien ja tukihenkilöiden sekä seuran jäsenten yhteinen pikkujoulu Pentik Paviljongilla.

Kokkikerho on jatkanut toimintaa. Tapaamisissa on ollut seitsemästä yhdeksään henkilöön. Keväällä kutsutusti aloittanut Hyvänmielen ryhmä jatkoi toimintaa syksyllä. Mukana oli 7 tukihenkilöä. Työnohjaus jatkoi yhtenä ryhmänä. Ryhmä kokoontui kahdeksan kertaa.

Kokonaisuutena ylsimme jokseenkin v. 2016 tasolle. Edelleen emme pystyneet vastaamaan kaikilta osin kaupungin laitakylien kysyntään. Tarvitaan lisää tukihenkilöitä.

3.2.2. Henkinen tuki

Vastuuhenkilöt Anne Liikanen, Katriina Tuviala ja Ulla-Maija Tukiainen

KMS ry:n yksi toimintamuoto on Vapaaehtoisen Pelastuspalvelun (Vapepa) henkisen tuen hälytysryhmänä toimiminen. Suomen Mielenterveysseura on yksi Vapepan 52 jäsenjärjestöistä. Järjestöjen yhteenliittymää yleisen pelastustoiminnan osalta koordinoi Suomen Punainen Risti (SPR).

KMSry:n henkisen tuen ryhmän kooksi on sovittu 15 henkilöä. Vuonna 2017 alussa jäsenmäärä oli 13, ryhmään liittyi kaksi uutta henkilöä, mutta ryhmästä erosi neljä henkilöä, joten vuoden lopussa jäsenmäärä oli 11. Ryhmä kokoontui vuoden aikana 10 kertaa ja osallistujia keskimäärin 9 henkilöä joka kokouksessa, joiden päätarkoitus on hälytysvalmiuden ylläpito, siihen liittyvä koulutautuminen ja ryhmäytyminen. Henkisen tuen ryhmä toimii henkisen ensiavun tehtävissä viranomaisen pyynnöstä heidän tukeaan ja apunaan, johdettuina ja koulutettuina vapaaehtoisina.

Henkisen tuen hälytyksiä oli vuoden aikana 10 ja näihin osallistumisia yhteensä 27. Aikaa käytettiin 108 tuntia, autettuja oli 26 henkilöä. Henkisen tuen ryhmä on toiminut aktiivisesti osallistuen erilaisiin koulutuksiin, Vapepan harjoituksiin ja Vapepan "Suomi 100" juhluvuoden valtakunnalliseen "Ilmi 2017" -yhteisharjoitukseen Kouvolassa, Mielenterveysseurojen vapepa-toimijoiden tapaamiseen. Yhteistyö eri Vapepan hälytysryhmien kanssa toimi hyvin. Henkisen tuen ryhmä osallistui myös "Kouvolan kriisiverkoston" kokouksiin ja koulutuksiin.

Vapepan vuoden 2017 yksi valtakunnallinen painopistealue oli henkisen tuen kehittämistyöryhmän perustaminen ja sen ryhmän vetovastuu osoitettiin Suomen Mielenterveysseuralle. Pääsimme vaikuttamaan kehittämistyöryhmän työhön. Hetun edustus Vapepassa: Vapepan Kouvolan paikallistoimikunta: Ulla-Maija Tukiainen- Katriina Tuviala ja SMS:n edustajina: Vapepan Kymenlaakson maakuntatoimikunta: Kaisa Karhu- Ulla-Maija Tukiainen.

Arviointi:

Toimintasuunnitelma vuodelle 2017 on toteutunut toimintavalmiuden ja osallistumisen osalta hyvin, mutta ryhmän kokoa ei ole saatu kasvatettua 15 henkilöön.

KMSry palkitsi myös henkisen tuen ryhmäläisiä vapaaehtoistyöstä huomionosoituksin vuoden lopussa seuran oman huomionosoituskaavion mukaisesti. Katso seuran vuosikertomus.

4 Muistamiset ja kiitokset

Palkitsimme huomionosoituksin lukuisia seuran aktiiveja. Palkitseminen tapahtui Joulujuhlassa 10.12. Kymen Palviljongissa. Paikalla oli 52 juhluvierasta. Suuri kiitos seuralle antamastanne ajasta ja hyvää mieltä tuottavasta työstänne.

Lämmin kiitos kuuluu myös kaikille seuran toiminnassa mukana olleille. Jokainen työpanos, niin iso kuin pienikin, on arvokas Kouvolan Mielenterveysseuralle. Seura on niin vahva kuin sen jäsenet ja seuraa vahvistaa kyky toimia yhdessä muiden yhteisöjen kanssa. Palkitut on lueteltu liitteessä 3.

Liite 1

Tapahtumat ja tapahtumiin osallistumiset (muut kuin hallituksen, tiimien ja työnohjausten vakiintuneet kokoontumiset)

- 19.1. SMS 120 juhluvuoden avaus 60 henkilöä *)
- 6.2. – 12.3. Tukihenkilökurssi, kurssilaisia 8 henkilöä
- 22.2. Yleisöluento, Jyrki Joensuu noin 35 henkilöä
- 2.4. Teatterissa Anjalassa 'Ilman rahaa' *)
- 17.5. MHAW lloa toivoa ja voimaa kirjallisuudesta Kvl kirjastossa 50 henkilöä *)
- 2.6. Toiminnan esittely ja musiikkia - Kuusankosken torilla
- 8.8. Kesäretki Lappeenrantaan ja Imatran kylpylään, mukana 28 henkilöä
- 10.9. Kynttiläilta Virtakivessä, mukana 20 henkilöä *)
- 13.11. Kaikille avoin seminaari matalankynnyksen palveluista *)
- 21.11. Keskustelutilaisuus 'Kohtaaminen ja vuorovaikutus' Kvl kirjasto 51 henkeä. *)
- 10.12. Seuran joulujuhla ja muistamiset, 52 henkilöä

Kevään aikana Vuoroveto Mielenterveysseuran kanssa suunnittelukokouksia 4 kertaa

*) Näitä hankkeita toteutettiin yhdessä Vuoroveto mielenterveysseuran kanssa.

Liite 2

Hallitus:

Puheenjohtaja 2017-2018 <u>Kausi 2017-2018</u>	Timo Honkanen	040 517 6101	timo.j2.honkanen@gmail.com
Jäsen	Anitta Ollikainen	040 702 4553	anitta.ollikainen@pp.inet.fi
- Varajäsen, talousvast.	Kirsti Vaurula	050 430 6108	kvaurula@gmail.com
Jäsen	Tarja Ulmanen	040 514 5640	ulmanen.ari@gmail.com
- Varajäsen	Jorma Ruippo	040 048 0945	jorma.ruippo@netti.fi
Jäsen, sihteeri	Lea Helminen	040 534 9713	lea.helminen@gmail.com
- Varajäsen	Anja Liimatta	050 582 8334	anja.liimatta@elisanet.fi
<u>Kausi 2018-2019</u>			
Jäsen	Kaarina Vuorinen	040 044 5794	kaarina.vuorinen@pp.inet.fi
- Varajäsen	Ilmi Raanoja	040 098 2246	ilmi.raanoja@pp.inet.fi
Jäsen	Seija Laine	040 737 6170	opottala@hotmail.com
- Varajäsen	Marjo Pellinen	040 527 0475	marjo.pellinen2@luukku.com
Jäsen, varapuheenjohtaja	Katriina Tuviala	040 844 1661	katriina.tuviala@posti.com
- Varajäsen	Anne Liikanen	040 545 4775	anne.liikanen@pp3.inet.fi

Toimintojen vastuuhenkilöt**Asumisen tukitoiminta:**

Kaarina Vuorinen 040 044 5794 kaarina.vuorinen@pp.inet.fi
Ilmi Raanoja 040 098 2246 ilmi.raanoja@pp.inet.fi

Henkinen tuki, Vapepan hälytysryhmä:

Katriina Tuviala 040 844 1661 katriina.tuviala@posti.com
Anne Liikanen 040 545 4775 anne.liikanen@pp3.inet.fi

Järjestö- ja hyvinvointitoiminta

Tarja Ulmanen 040 514 5640 ulmanen.ari@gmail.com
Anitta Ollikainen 040 702 4553 anitta.ollikainen@pp.inet.fi
Seija Laine 040 737 6170 opottala@hotmail.com

Työnohjauksen yhteyshenkilö:

Työnohjaajat:

Leena Sahamies 040 752 1645 leena.sahamies@evl.fi
Sirpa Heikkinen 050 490 3568 sirpa.heikkinen2@gmail.com

HETU:n purkutyönohjaajat:

Anne Liikanen 040 545 4775 anne.liikanen@pp3.inet.fi
Pekka Turunen 040 075 1298 pekkajuhani.turunen@pp.inet.fi

Muita tärkeitä puhelinnumeroita

SMS:n valtakunnallinen kriisipuhelin 010 195 202

Vuoroveto-Mielenterveysseura

Kriisikeskus 040 417 5175 www.vuoroveto.fi

KVY: Toimisto (044 3114210)

Katja Valkeinen 040 744 9439 www.kvyry.fi

JUHLAVUODEN MUISTAMISET

: Kunniakirjat:

Timo Honkanen,
Pirkko Klemolin
Helena Rouvinen
Anitta Ollikainen
Heikki Pokki
Seija Laine
Lea Helminen
Kaisa Karhu.

Onnistun-mitali:

Anne Korhonen
Katriina Tuviala.

Onnistun-patsas:

Tarja Ulmanen
Marja-Leena Mauno
Pekka Turunen
Ulla-Maija Tukiainen.

Kunniajäsenyys:

Ilkka Haapamäki