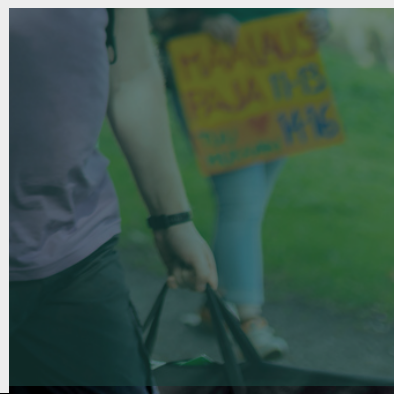
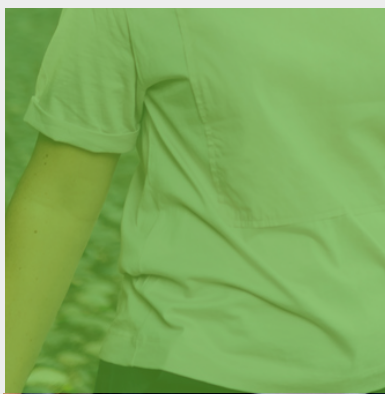
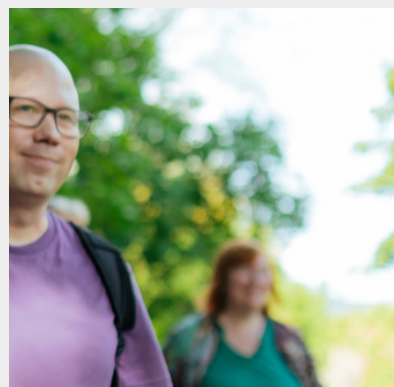
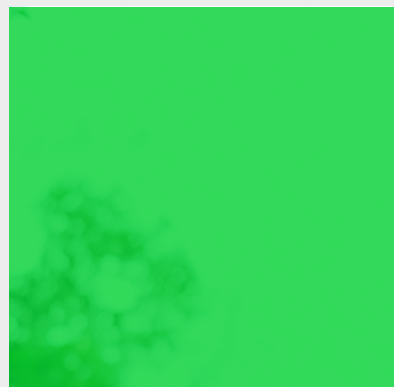


# 2024

## Toimintakertomus

**mieli**

Kainuun mielenterveys ry



# Yleistä

MIELI Kainuun Mielenterveys ry on voittoa tavoittelematon yhdistys, joka koordinoi ja hallinnoi Kainuun kriisikeskuksen, Nuorimieli-toiminnan, Yrittäjän kriisikeskus hankkeen sekä Paikka auki- avustuksen toimintaa. Yhdistys toimii Kajaanin Seminaarin Kampus alueella Pohjois-Suomen Kiinteistösjointus Oy:n vuokratiloissa, Satamakatu 3 B, hallintorakennuksessa. Yhdistyksen rahoitus muodostui vuonna 2024 Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus STEA:n AK- ja C-avustuksista, Kainuun hyvinvointialueen kumppanuusavustuksesta sekä lahjoituksista.

Yhdistys kuului työnantajaliittoon Hyvinvointiala HALI ry ja yhdistys noudatti Sosiaalialan järjestöjä koskevaa työehtosopimusta. Vuonna 2024 yhdistyksessä työskenteli keskimäärin palkattua 8 henkilöä.

Vuoden 2024 aikana toteutettiin järjestöllinen uudistus, jolla tavoiteltiin tehokkuutta ja ketteryyttä yhdistyksen toimintaan. Tämän myötä kriisikeskuksen ja Nuorimieli-toiminnan yhteistyötä syvennettiin siten, että 1.4.2024 alkaen kaikkea yhdistyksen toimintaa johti toiminnanjohtaja. Toiminnanjohtajana toimi **Peppiina Hakkarainen**, joka toimi aiemmin kriisikeskusjohtajana.

Myös vapaaehtoistoimintaa alettiin johtaa kokonaisuutena kehittämisspöällikön johdolla. Kehittämisspöällikkönä toimi **Miikka Kortelainen**, joka toimi aiemmin Nuorimieli-toiminnan toiminnanjohtajana.



# Yleistä

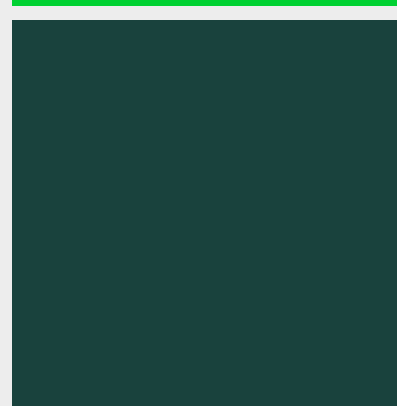
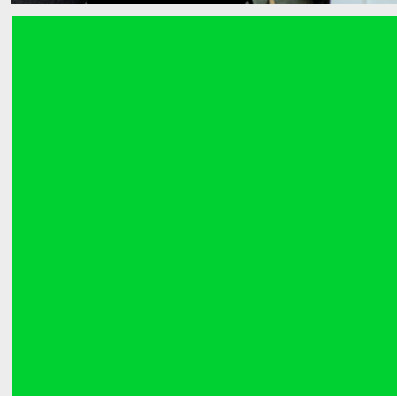
Toiminta näyttäytyy tuloksellisena sekä tilastoitujen asiakasmäärien, että toiminnasta saatujen palautteiden kautta. Yhdistyksen hallituksen kanssa toimintaa arvioitiin vuosineljänneksittäin talouden sekä toiminnan tunnuslukujen kautta.

Tarkemmat toiminnan tuloksellisuudesta kertovat dokumentit, eli STEA:lle toimitetut tuloksellisuusraportit Kainuun Kriisikeskuksen sekä Nuorimieli-toiminnan osalta ovat tämän toimintakertomuksen liitteinä.

Toimintaa on seurattu ja arvioitu säännöllisesti eri mittareilla. Käytössä on valtakunnallinen tulostittari, jossa mitataan kriisivastaanoton tuloksellisuutta. Lisäksi palautetta kysytään nuorten kohtaamisista, ryhmätoiminnasta, koulutuksista ja tapahtumista sekä oleellisilta yhteistyökumppaneilta. Toimintaa myös havainnoitiin kaikissa kohtaamisissa suusanallisten palautteiden kautta. Työntekijöiden kanssa tuloksellisuutta arvioitiin ja kehitettiin viikko- ja kuukausipalavereissa ja suunnittelupäivissä mm. tilastojen ja palautteiden osalta.

Yhdistystoiminnassa tunnustettuja riskejä ovat erityisesti epävarmuus toiminnan rahoituksen jatkumisesta, henkilöstön vaihtuvuus sekä resurssien niukkuus. Vuonna 2024 Kainuun hyvinvointialueen rahoitus pysyi tasolla jolle se putosi vuonna 2023, ja se vaikutti edelleen erityisesti kriisikeskuksen toimintaan.

Riskeihin on pyritty varautumaan hakemalla aktiivisesti uusia rahoituslähteitä ja toiminnan muotoja, tekemällä pitkäjänteistä henkilöstösuunnittelua sekä mahdollistamalla toiminnan taloudellisen tukemisen myös pienlahjoittajille sekä kontaktoimalla yritysyhteistyökumppaneita.



# Yhdistys ja talous

Hallitus vuodelle 2024 valittiin vuosikokouksessa.  
Hallituksen jäseninä toimivat seuraavat henkilöt.

Puheenjohtaja **Hanne Vasankari**

Varsinainen jäsen ja varapuheenjohtaja

**Susanna Määttä**

Varsinainen jäsen **Heidi Perttula**

Varsinainen jäsen **Piia Määttä**

Varsinainen jäsen **Antero Kyllönen**

Varsinainen jäsen **Johanna Sula**

Varsinainen jäsen **Raila Arpala**

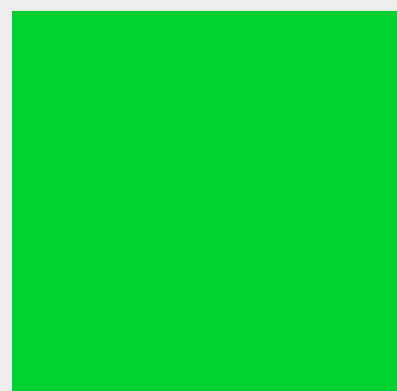
Jäsenmaksun suuruus varsinaiselta jäseneltä oli 14 € ja opiskelijalta/eläkeläiseltä 9 €.

Jäsenmaksun maksaneita jäseniä oli 46.

MIELI Kainuun mielenterveys ry:stä oli edustukset:

- Kainuun järjestöasiain neuvottelukunnassa (JANE)
- Kainuun sosiaali- ja terveysturvayhdistyksessä
- Kate - Kainuun mielenterveysohjelma -hankkeen ohjausryhmässä
- MIELI ry:n liittokokouksessa

Taloudellisesti MIELI Kainuun mielenterveys ry:n toiminta oli suhteellisen vakaalla pohjalla, joskin sitä haastoi erityisesti Kainuun hyvinvointialueen kumppanuusavustuksen pienentyminen sekä yleinen kustannusten kasvu, joka näkyi mm. kohonneina henkilöstökuluina. Tilinpäätös antaa kuvan yhdistyksen taloudellisesta asemasta.

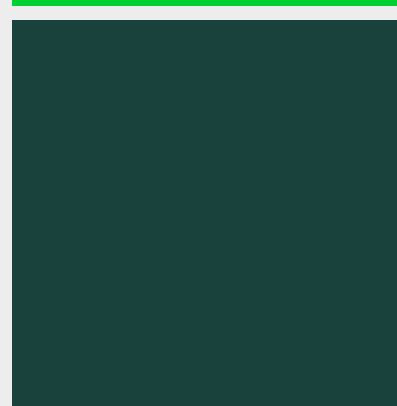
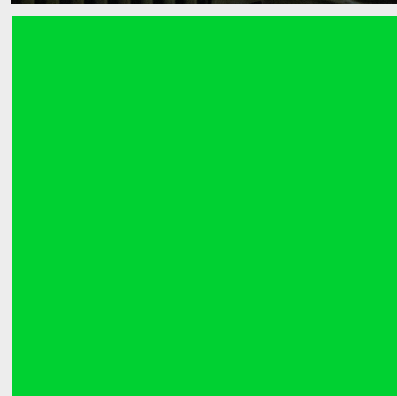


# Vapaaehtoiset

Yhdistyksen toiminnassa oli vuonna 2024 45 vapaaehtoista. Vapaaehtoiset toimivat ryhmänohjaajina, kriisipuhelimessa ja Sekasin- chatissa, yksilötukihenkilöinä, kohtaajina Walkers-autolla ja kohtaamiskahviloissa sekä olivat mukana erilaisissa tapahtumissa sekä toimivat uuden vapaaehtoistyön koulutuksen vertaiskouluttajina. Vapaaehtoiset toimivat myös ryhmänohjaajina.

Lisäksi yhdistyksen hallitus toimi vapaaehtoisvoimin.

Vapaaehtoistyön osalta toteutettiin uudistus, jossa siirryimme vapaaehtoistyön jaksottamisen malliin sekä vapaaehtoispankin käyttöön. Tämä on lisännyt toiminnassa mukana olevien vapaaehtoisten aktiivisuutta ja määrää. Kehittämistyötä on jatkettu läpi vuoden ja siihen on osallistettu vahvasti vapaaehtoisia.



# Toiminta

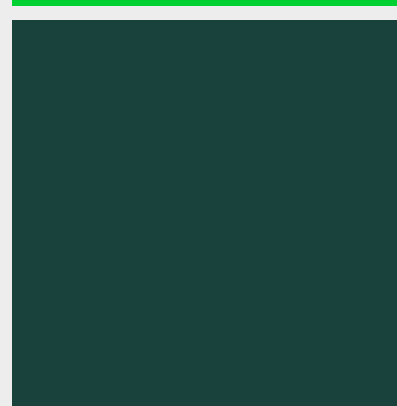
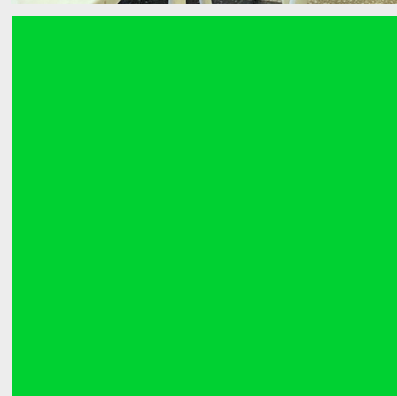
## Kainuun kriisikeskus

Kainuun kriisikeskus tekee järjestölähtöistä kriisi- ja mielenterveystyötä vaikeissa elämäntilanteissa oleville, tarjoamalla matalan kynnyksen keskusteluapua ja ammatillisesti ohjattuja ryhmiä. Kriisitapaamisten keskiössä on kriisin vakauttaminen, voimavarojen lisääminen, neuvonta- ja ohjaustyö sekä asiakkaan verkostojen käyttöönotto toipumisen tueksi.

MIELI Suomen Mielenterveys ry:n kriisikeskusverkosto ohjeistaa ja verkottaa valtakunnallisesti kriisikeskustoimintaa sekä vapaaehtoistoimintaa. Vuonna 2024 asiakasvastaanotoilla kohdattiin 403 henkilöä, 926 käyntikerralla. Asiakastyötä tehtiin maahanmuuttajataustaisten kanssa myös englanniksi tai tulkin välityksellä. Suurin tulosyö oli ihmissuhde-ongelmat, arjessa selviytymiseen liittyvät ongelmat, huoli läheisestä ja paha olo. Asiakkaista reilu neljännes oli miehiä, suurin osa naisia. Ikäryhmistä kaikki olivat edustettuina.

Vapaaehtoiset olivat mukana ammattilaisten rinnalla vastaamassa kriisipuhelimeen sekä Sekasin-chattiin. Kriisipuhelimeen vastattiin Kainuussa 1341 kertaa ja Sekasin-chatissa käytiin kaikkiaan 178 keskustelua. Vaikuttamistyötä tehtiin tapahtumien ja infojen lisäksi säännöllisissä työryhmissä.

Sosiaali- ja terveysministeriön avustuskeskus STEA, tuki vuonna 2024 Kainuun kriisikeskusta kohdennetulla AK-avustuksella 195 288 eurolla. Avustusta haetaan vuosittain. Lisäksi kriisikeskus sai Kainuun hyvinvointialueen kumppanuusavustusta 21 000 euroa.



# Toiminta

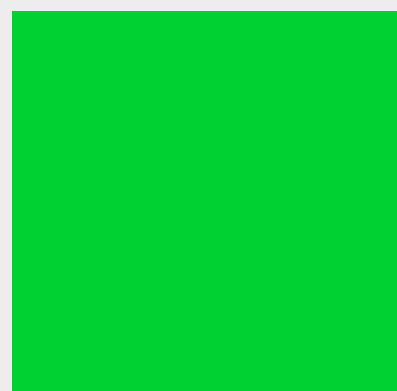
Työntekijät tekivät kaikkia työmuotoja, mutta eri vastuualueilla. Suurin osa toiminnan kuluista katettiin STEA-avustuksesta ja loput Kainuun hyvinvointialueen kumppanuusavustuksella ja lahjoitusvaroilla. Toimintaa ei voida erotella rahoituslähteen mukaan.

## Yrittäjän kriisikeskus -hanke

Yrittäjän kriisikeskus -hanke on Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus STEA:n rahoittama kehittämishanke vuosille 2021-2024, jonka päävastuullisena hakijana on MIELI Tuki-talo mielenterveys ry. Hankkeen osatoteuttajina ovat myös MIELI Kainuun mielenterveys ry ja Lapin ensi- ja turvakoti ry. Avustusta siirretään MIELI Kainuun Mielenterveys ry:lle hankeaikana enintään 189 000€. Hanke päättyi Kainuun osalta 6/2024.

Vuonna 2024 Kainuun alueen työ on keskittynyt verkostotyöhön yrittäjiä kohtaavien ammattilaisten kanssa sekä kriisivastaanottotyöhön valtakunnallisesti kriisissä oleville yrittäjille sekä heidän läheisilleen. Lisäksi Yrittäjän kriisikeskuksen toimintaan on liittynyt ryhmämuotoinen tuki yrittäjille, erityisesti luovia menetelmiä käyttäen.

Kainuun alueen työntekijä on vuonna 2024 tavannut 71 asiakasta, ja yhteislaskettu käyntimäärä on ollut 219. Asiakkaat ovat käyneet vastaanotolla keskimäärin kolme kertaa.



# Toiminta

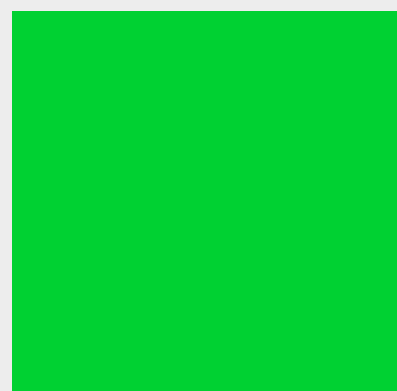
## Nuorimieli-toiminta

Vuonna 2024 Nuorimieli-toiminta jatkoi tavoitteellista työtään 14–29-vuotiaiden sekä heidän läheistensä mielenterveyden tukemiseksi Kajaanissa, Paltamossa ja Sotkamossa. Toiminta tarjosi matalan kynnyksen tukea nuorille tukihenkilö- ja ryhmätoiminnan kautta sekä järjestämällä erilaisia tapahtumia ja luentoja.

Tukihenkilötoiminnan kautta nuoret saivat henkilökohtaista tukea arjen haasteisiin, sosiaalisiin suhteisiin ja mielenterveyden vahvistamiseen. Ryhmätoiminnassa nuoret saivat vertaistukea ja mahdollisuuden käsitellä itselleen tärkeitä mielenterveyteen liittyviä teemoja. Vuoden aikana järjestettiin kaksi nuorten toimintaryhmää: alkuvuodesta Hyvän mielen viikon yhteydessä ja loppuvuodesta avoimena ryhmätoteutuksena.

Vuoden aikana Nuorimieli-toiminta järjesti lukuisia tapahtumia ja luentoja mielen hyvinvoinnin edistämiseksi. Yläkouluilla toteutettiin yhteensä 21 luentoa sekä yksi Kajaanin ammattikorkeakoululla. Lisäksi rentoutumistuokioita järjestettiin Kajaanin alueen yläkouluilla ja Kajaanin kaupungin Starttipajalle toteutettiin kaksi MTEA-koulutusta.

Hyvän mielen viikon toimintajakso ja tapahtumat toteutettiin Kajaanin lukiolla. Nuoret suunnittelivat teemaviikon tapahtumiksi päivänavauksen, rastiradan, kohtaamiskahviloita sekä päätösjuhlana järjestetyt retrobileet.



# Toiminta

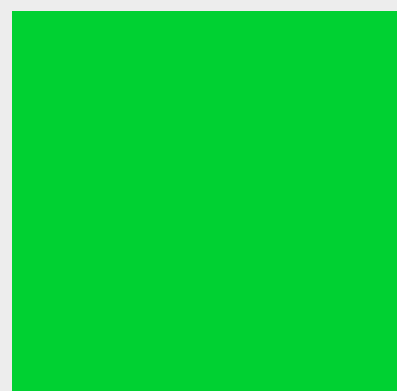
Kohtaamiskahviloita järjestettiin vapaaehtoisten kanssa Kajaanin lukiolla, Kainuun ammattiopistossa ja Kajaanin ammattikorkeakoululla. Nuorimieli-toiminta oli mukana myös monissa muissa tapahtumissa ja tilaisuuksissa. Kesällä Nuorimieli-toiminta oli toteuttamassa Walkers-toimintaa, joka järjestettiin yhteistyössä Kajaanin kaupungin nuorisotoimen kanssa. Walkers-auto kiersi niissä ympäristöissä, joissa nuoret luonnostaan viettävät aikaa. Kesän aikana toteutettiin 23 toimintakertaa, joissa kohdattiin yhteensä 697 nuorta. Walkers-toiminta tarjosi nuorille turvallisen aikuisen läsnäoloa ja mahdollisuuden keskustella mieltä askarruttavista asioista matalalla kynnyksellä.

Toimintaa rahoitettiin Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus STEA:n AK-avustuksella, jonka suuruus oli 78 750 € vuonna 2024.

## Paikka Auki -rahoitus

Paikka auki on sosiaali- ja terveysministeriön (STM) avustushjelma, josta jaetaan avustuksia sosiaali- ja terveysjärjestöille nuorten ja osatyökykyisten työllistämiseen. Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus STEA myönsi vuonna 2024 MIELI Kainuun mielenterveys ry:lle rahoitusta 11 485 €.

Rahoituksella työskenteli yksi henkilö käyden samalla oppisopimuskoulutusta Kainuun ammattiopiston IT-tukihenkilön koulutusohjelmassa. Toimistosihteerin nimikkeellä työskennelleen työntekijän työnkuva oli järjestön yleishyödylliset tehtävät, taloushallinto, kriisikeskuksen ajanvaraus ja muut tarpeelliset toiminnot.



# Keskeiset tunnusluvut

## Toiminnan keskeiset tunnusluvut

### Kriisivastaanotto

- 403 asiakasta
- 926 vastaanottokäyntiä

### Ryhmätoiminta

- 6 eri ryhmäkokonaisuutta
- 41 osallistujaa

### Kriisipuhelin

- 1341 vastattua soittoa

### Verkkokriisityö

- 178 käytyä keskustelua Sekasin-chatissa

### Koulutukset

- 4 koulutusta
- 24 koulutettua henkilöä

### Tapahtumat

- 21 tapahtumaa
- 554 tapahtumissa kohdattua

### Nuorten ryhmät, retket ja tapahtumat

- 18 toimintoa
- 1625 kohtaamista

### Nuorten koulutukset ja luennot

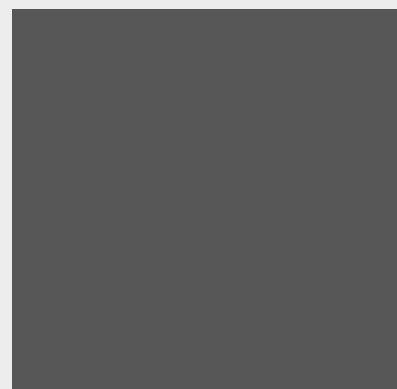
- 9 toimintoa
- 902 kohdattua nuorta

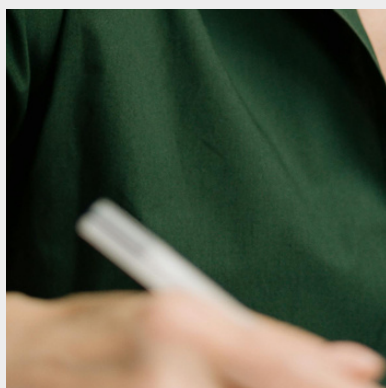
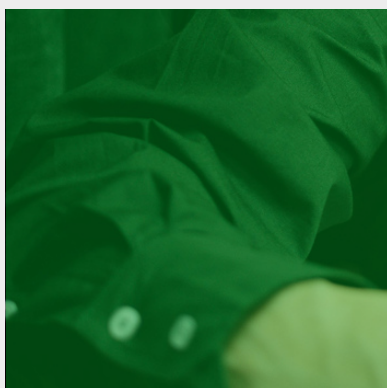
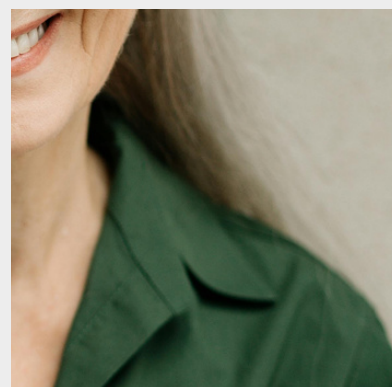
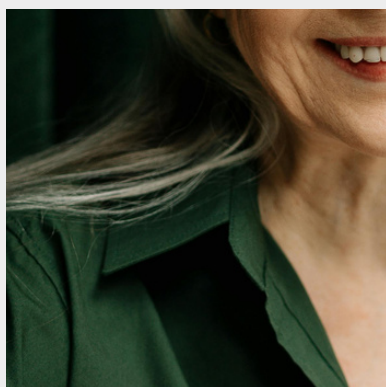
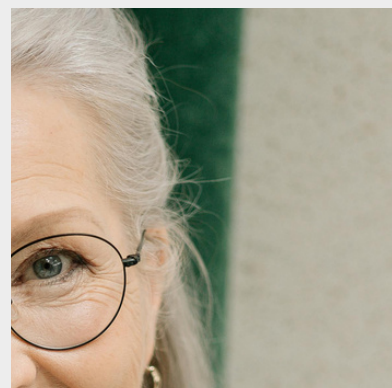
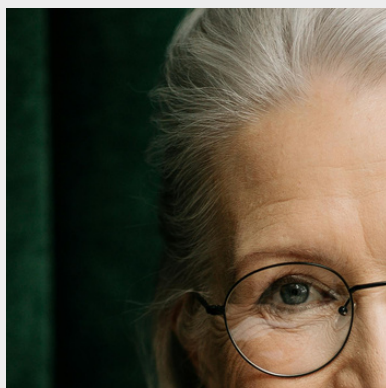
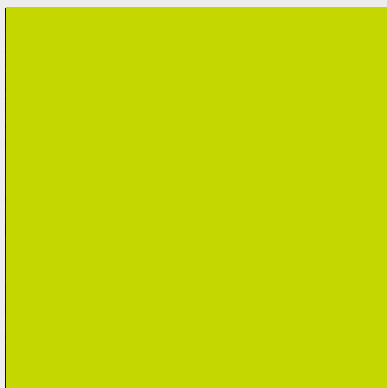
### Nuorten kohtaamiset ja yksilölliset tukisuhteet

- 21 toimintoa
- 726 kohtaamiskertaa

### Vapaaehtoisten kohtaamiset

- 62 toimintoa
- 155 kohtaamiskertaa





# mieli

Kainuun mielenterveys ry

**MIELI-talo**

Satamakatu 3 B, hallintorakennus, 87100 Kajaani

toimisto@mielikainuu.fi

puhelin 044 782 6030

mielikainuu.fi