



TOIMINTAKERTOMUS 2021

Vantaan Mielensterveysyhdistys Hyvät Tuulet ry



Lauhatuuli
Leinikkitie 22 C
01350 Vantaa
09 - 8734386

Myöhätuuli
Lammaslammentie 17 A
01710 Vantaa
09 - 8532328

vantaan.mielensterveys@hyvattuulet.fi

Sisälllys

1. VANTAAN MIELENTERVEYSYHDISTYS HYVÄT TUULET RY.....	3
2. TOIMINTAYMPÄRISTÖ JA KÄVIJÄMÄÄRÄT.....	5
2.1. TOIMINTAYMPÄRISTÖ.....	5
2.2. KÄVIJÄMÄÄRÄT.....	6
3. HALLINTO.....	6
4. TALOUS.....	7
5. HENKILÖSTÖ.....	8
6. TYÖYHTEISÖN HYVINVOINTI JA KEHITTÄMINEN.....	9
7. JÄSENISTÖ.....	10
8. JÄSENTOIMINTA.....	11
8.1. MIELENTERVEYSKUNTOUTUJIIEN ÄÄNI KUULUVIIN.....	11
8.2. ARKITOIMINTAA HYVÄT TUULET RY:SSÄ.....	11
8.3. MUU JÄSENTOIMINTA.....	13
8.4. TERVEELLISTEN ELÄMÄNTAPOJEN TUKEMINEN.....	15
8.5. UUSIEN KOHDERYHMIEN TAVOITTAMINEN.....	15
9. TIEDOTUS.....	16
9.1. ULKOINEN TIEDOTUS.....	16
9.2. SISÄINEN VIESTINTÄ.....	17
10. YHTEISTYÖ.....	17
10.1. AVOMIELIN-YHTEISTYÖ.....	18
10.2. MIELENTERVEYDEN KESKUSLIITTO.....	18
10.3. VANTAAN KAUPUNKI.....	19
10.4. HUS.....	19
10.5. VANTAAN SEURAKUNNAT.....	20
10.6. YHTEISTYÖ OPPILAITOSTEN KANSSA.....	20
10.7. TOIMINTA VÄLITYÖMARKKINOILLA.....	20
11. TOIMINNAN ARVIOINTI JA KEHITTÄMINEN.....	20
11.1. JÄSENPALAUTE.....	22
11.2. HALLITUKSEN KEHITTÄMISPÄIVÄT.....	22

Liitteet

1. Organisaatiokaavio..... (Liite 1)
2. Viikko-ohjelmat..... (Liite 2)

1. Vantaan Mielensterveysyhdistys Hyvät Tuulet ry

Vantaan Mielensterveysyhdistys Hyvät Tuulet ry on vuonna 1984 perustettu ja 1986 rekisteröity mielensterveyskuntoutujien etujärjestö. Yhdistys on voittoa tavoittelematon yhteisö. Hyvät Tuulet ry kuuluu Mielensterveyden keskusliittoon.

Yhdistyksen tarkoituksena on edistää mielensterveystyötä, yhdistää ja aktivoida vantaalaisia mielensterveyskuntoutujia sekä pyrkiä saattamaan yhteistoimintaan ystäviä, viranomaisia ja muita osallisia. Yhdistys pyrkii toiminnallaan edistämään jäsentensä mielensterveyttä, ehkäisemään yksinäisyyttä ja syrjäytymistä, kehittämään mielensterveyspalvelujen saatavuutta, laatua ja tasoa sekä tekemään ennaltaehkäisevää mielensterveystyötä. Yhdistyksen yhtenä tärkeänä tavoitteena on saada kuntoutujien ”ääni” kuuluviin erilaisia kunnallisia päätöksiä tehtäessä, eli toimia omalta osaltaan mielensterveyskuntoutujien edunvalvojana.

Yhdistys tarjoaa jäsenilleen ja kaikille toiminnasta kiinnostuneille matalan kynnyksen periaatteella toimintaa, virikkeitä, mielekäästä tekemistä ja vertaistukea sekä mahdollisuuden vapaaehtoistyöhön. Yhdistyksellä on kaksi kodinomaista toimitilaa, joissa jäsenet voivat kartuttaa sosiaalisia kontaktejaan sekä kokea kuuluvansa ryhmään. Yhdistys tarjoaa jäsenilleen keskustelu- ja valistustilaisuuksia, eri harrastusalojen kerhoja, opintotoimintaa sekä retkiä ja matkoja. Yhdistys on kuntoutujalle mahdollisuus olla aktiivitoimija vertaistensa parissa.

Toiminta perustuu vapaaehtoisuuteen ja vertaistukeen sekä vahvaan verkostotyöskentelyyn. Toimintaan osallistuminen tapahtuu jäsenten omilla ehdoilla ja omien voimavarojen mukaan. Vertaisryhmät, samankaltaiset kokemukset ja esimerkit rohkaisevat selviytymään elämässä. Vertaisryhmät perustuvat kokemusten jakamiseen ja arkipäivän asiantuntijuuteen. Kokemus ymmärretyksi tulemisesta kasvattaa toivon ja voimaantumisen tunnetta.

Toimikautena 2021 yhdistys jatkoi hyviksi havaittuihin käytäntöihin perustuvaa työtä mielensterveyskuntoutujien parissa kahdessa matalan kynnyksen kohtaamispaikassa.

Painopistealueina olivat seuraavat 7 asiaa:

1. Toiminnan laajentaminen sekä toiminnan lisääminen verkossa

- tavoitteena on löytää uusia mielensterveyskuntoutujia mukaan eri verkkotoimintojen kautta ja lisätä heidän käyttötaitojaan tietotekniikan avulla sekä laajentaa tasavertaista vertaistoimintaa keskustelualusta Discordin kautta yhä laajemmalla alueella.
- luoda uusia ryhmätoimintoja verkkoon mielensterveyskuntoutujille ja heidän omaisilleen sekä eri kulttuureista saapuville maahanmuuttajille

2. Nuorten aikuisten mielensterveyskuntoutujien tavoittaminen

- tavoitteena saada 10 uutta syrjäytymisvaarassa, yksinäistä sekä sosiaalisia tilanteita pelkäävää nuorta mukaan vertaistuelliseen toimintaa
- nuorten yhteisöllisyyden vahvistaminen yhdessä tekemisen kautta

_ yhteistyön vahvistaminen järjestö-kaupunkikunta -sektorilla sekä eri toimijoiden ja viranomaisten kanssa Vantaalla jalkautamalla eri toimipisteisiin

3. Työssäuupuneiden ja masennuksesta kärsivien henkilöiden mielenterveyden tukeminen mielekkään vertaistuellisen toiminnan kautta

Hyvät Tuulet ry koee tärkeäksi huomioida toiminnassaan myös ne ihmiset, jotka tarvitsevat tukea pysyäkseen mukana työelämässä ja yhteiskunnassa. Yhdistys jatkaa toimintaa vuonna 2021 järjestämällä mielenterveyttä tukevia ryhmiä ja tilaisuuksia.

- Tavoitteena on löytää 10 uutta uupumisvaarassa tai jo uupunutta henkilöä, tukea heitä vertaistuen avulla ja auttaa heitä löytämään voimavaroja ja selviytymiskeinoja arkeen.
- Toimintaa järjestetään iltaisin, jolloin myös työssäkäyvien ja opiskelijoiden on mahdollista osallistua niihin. Tilaisuuksissa kävijöillä on mahdollisuus tavata asiantuntijoita, yhdistyksen työntekijöitä ja vertaisia sekä saada tietoa ja konkreettisia keinoja mielenterveyden ylläpitoon. Yhdistyksen työntekijät pyrkivät tarvittaessa myös auttamaan asiakkaita ammattilaisten avun hakemisessa. Useiden tutkimusten mukaan joka neljäs (4.) työntekijöistä sairastuu työuupumukseen jossain vaiheessa työuraansa.

4. Maahanmuuttajataustaisten mielenterveyskuntoutujien saaminen mukaan toimintaan

- yhteistyön tiivis jatkaminen Vantaan neljän (4) maahanmuuttajien neuvontapisteen sekä erilaisten maahanmuuttajajärjestöjen kanssa että Vantaan kaupungin maahanmuuttajapalveluiden kanssa.
- maahanmuuttajataustaisten henkilöiden tavoittaminen ja heidän mielenterveytensä tukeminen tarjoamalla mahdollisuutta osallistua matalankynnyksen toimintaan.
- tarjoamalla edelleen mahdollisuutta harjoitteluihin (suomen kielen käyttö ja työelämään sekä kulttuuriin tutustuminen)
- VETO-verkosto -vertaistoimijat.fi -yhteistyön jatkaminen vuonna 2021 ja yhdistyksen toiminnan tutuksi tuominen maahanmuuttajille

5. Vapaaehtoistyön mahdollistaminen yhdistyksessä

- Koska yhdistyksen toiminta pohjaa vahvasti vertaistukeen, toimintaan tarvittaisiin lisää vapaaehtoisia ohjaamaan ryhmiä ja toimimaan kokemusasiantuntijoina.
- Tavoitteena on myös kehittää vapaaehtoistoimintaa ryhdikkäämmäksi ja saada mukaan lisää aktiivisia toimijoita. Vapaaehtoisille järjestetään toiminnan tueksi kuukausittain keskusteluryhmä ja mahdollisuus virkistäytyä toimintaan osallistumalla.

6. Verkostotyön kehittäminen

- Verkostotyöskentelyä syvennetään ja laajennetaan koko Vantaan alueella sekä jatketaan pääkaupunkiseudulla toimivien mielenterveysyhdistysten Avomielin-yhteistyötä.
- Tärkeiksi yhteistyökumppaneiksi ovat kuluneina vuosina nousseet Helsingin ja Uudenmaan sairaanhoitopiiri, Vantaan kaupunki (sosiaali- ja terveystoimi sekä nuorisopalvelut, jossa olimme mukana MOODI-hankkeessa ja sen jälkeen jatkamme Hyvän mielen ryhmää yhdessä Tikkurilan

Klubitalon kanssa) sekä alueen järjestötoimijat.

- Verkosto- ja yhteistyötä syvennetään myös yksityisesti tuetun asumisen palvelua tarjoavien yritysten kanssa.
- Yhdistys on solminut yhteistyökumppanien aiesopimuksen Vantaan A-Killan kanssa kokemusasiantuntijatyön (KAP-hanke) kehittämiseksi. Pääyhteistyökumppani sai rahoituksen STEA:lta vuoteen 2023 saakka.

7. tavoitteena on tukea, täydentää sekä vahvistaa kunnallista (Vantaan) palvelujärjestelmää tarjoamalla jatkuvuutta ja pysyvyyttä mielenterveyskuntoutujan arkeen

2. Toimintaympäristö ja kävijämäärät

2.1. Toimintaympäristö

Yhdistyksellä on kaksi olohuonetyyppistä matalan kynnyksen kohtaamispaikkaa: Lauhatuuli Simonkylässä ja Myöhätuuli Pähkinärinteessä. Vantaan yhdyskuntarakenne ja pitkät välimatkat edellyttävät kahden toimipisteen ylläpitämistä. Molemmissa toimipisteissä on olohuone- ja ruokailutilat, keittiö, askartelu- ja atk-tilat, toimisto sekä Lauhatuulella lisäksi käsityötila ja musiikki/liikunta/neuvotteluhuone.

Yhdistys on yleensä auki ympäri vuoden, olemme kokeneet erittäin tärkeäksi järjestää toimintaa myös koko kesän, kun muualla on lomien ja säästöjen takia palvelut tauolla tai heikommin saatavissa. Vuonna 2021 pääsimme aloittamaan varsinaisen toiminnan vasta kesäkuun alusta, alkuvuoden toimipaikat olivat kiinni ja toimintaa oli vain verkossa.

Yhdistys on ollut aikaisempina vuosina auki vapaaehtoisvoimin jopa joulun pyhinä, monien jäsenten ohentuneista sosiaalisista verkostoista johtuen yksinäisille on järjestetty paikka missä olla muiden seurassa juhlapyhien aikaan.

Lauhatuulen toimipiste muutti huhtikuussa 2016 suurempiin ja käyttökelpoisempiin (300 neliötä) tiloihin Simonkylässä, olemme olleet todella tyytyväisiä uusiin tiloihin ja varsinkin hienoon keittiöön. Samaan kerrokseen oli muutamaa viikkoa aikaisemmin muuttanut Vantaan Järjestörinki, jonka yhteydessä on avoin asukastila alueen asukkaille. Yhdessä muodostamme Kansalaistoiminnan-keskus Leinikin; Järjestörinkiin kuuluvat vantaalaiset järjestöt käyttävät Leinikin tiloja ja Lauhatuulella on omat tilat. Mitään väliovea ei ole vaan olemme tavallaan osa avointa 900 neliön tilaa. Leinikki on Vantaan ensimmäinen kansalaistoiminnan-keskus.

Toimipaikat olivat vuonna 2021 auki seuraavasti:

Lauhatuuli

ma-pe klo 9-15

Nuorten aikuisten ilta (18-35v) maanantaisin klo 15.30-17.30

Työssäaupuneiden ryhmä maanantaisin klo 18.00-19.30

Myöhätuuli

Ma-pe klo 9-15

Nuorten aikuisten ilta (18-35v) tiistaisin klo 16–18.00

Työssäuupuneiden ryhmä tiistaisin klo 18.30-20.00

Lauhatuulessa ja Myöhätuulessa toimivat yhdistyksen ryhmät ja kerhot. Arkipäivinä on mahdollisuus edulliseen (4€) lounasruokailuun. Keittiö toimii myös kahvilana. Tarjolla on koko päivän edullisesti virvokkeita, leivonnaisia, sämpylöitä ja hedelmiä. Yhdistys järjestää erilaista toimintaa myös toimitilojen lähiympäristössä, esimerkiksi liikuntaryhmiä ja retkiä erilaisiin kohteisiin. Lähialueilla tapahtuvalla toiminnalla pyritään ehkäisemään syrjäytymistä ja tukemaan kuntoutujia löytämään palveluita ja sosiaalisia kontakteja lähiympäristöstään.

2.2. Kävijämäärät

Yhdistyksessä oli vuoden 2021 lopussa 205 jäsentä. Toimipisteissä oli vuoden 2021 aikana yhteensä 2 465 käyntikertaa. Kävijämäärien rajuun laskuun vaikutti koronapandemia, yhdistys oli noin puolet vuodesta kiinni. Syksyllä aukioloaikoina kävijöitä oli aikaisempaa huomattavasti vähemmän, ja loppuvuodesta jouduimme pitämään vielä kahtena viikkona kiinni. Kävijämme ovat suhteellisen iäkkäitä ja monet kuuluvat riskiryhmiin, joten he eivät vielä ole uskaltaneet lähteä liikkeelle kotoa.

Huomioitavaa on se, että kävijämäärien seuranta tapahtuu toimipaikkakohtaisten vieraskirjojen avulla, todellisuudessa kaikki kävijät eivät kirjoita siihen nimeään. Yhdistyksen todelliset kävijämäärät ovat arviolta noin 10 % vieraskirjoihin kirjattuja käyntejä suuremmat. Hyvät Tuulet ry:n kävijämäärät kasvoivat vuoteen 2017 asti, mikä kertoo yhdistyksen olemassaolon ja toiminnan tarpeellisuudesta Vantaalla.

Hyvät Tuulet ry kävijämäärät v.2009-2021

Vuosi	2009	2013	2017	2020	2021
Lauhatuuli	4611	7119	7844	2505	1525
Myöhätuuli	2790	4015	4655	1764	940
Yhteensä	7401	11134	12499	4267	2465

Vuonna 2021 yhdistyksen toimipaikat avattiin vasta kesäkuun alussa. Alkuvuosi toimittiin vain verkossa paitsi ruokajaot tehtiin ulko-ovelta keskiviikkoisin Myöhätuulessa ja torstaisin Lauhatuulessa. Vuoden 2021 aikana yhdistyksessä oli arkisin käyntikertoja 2 465. Yhdistyksen käyntimäärien keskiarvo arkisin oli 18/ päivä.

Lauhatuulen kävijämäärien kehitys

Lauhatuuli oli vuonna 2021 auki 137 arkipäivää, lauantaisin ei pidetty auki. Lauhatuulessa kävi arkipäivisin keskimäärin 11 henkilöä.

Myöhätsuulen kävijämäärien kehitys

Myöhätsuuli oli vuonna 2021 auki arkisin 124 arkipäivää, poikkeuksellisesti lauantaisin ei pidetty auki. Myöhätsuulussa kävi arkipäivisin keskimäärin 7,5 henkilöä.

3. Hallinto

Hyvät Tuulet ry:n hallitus koostuu yhdistyksen jäsenistä, ja kahdesta HUS:n asiantuntijajäsenestä. Hallituksessa on puheenjohtajan lisäksi kuusi jäsentä ja kolme varajäsentä. Toimikausi on kaksi vuotta ja puolet hallituksesta on vuosittain kerrallaan erovuorossa. Hallituksen jäsenille määriteltiin vastuualueet ja tehtävät, he toimivat työntekijöiden apuna vapaaehtoisina. Hallitus kokoontuu noin kolmen viikon välein. Yhdistyksen toiminnanohjaajat tekivät yhteistyötä hallituksen kanssa. Hallituksen puheenjohtaja toimii toiminnanohjaajien esimiehenä. Toiminnanohjaajat toimivat puolestaan omien yksiköidensä esimiehinä.

Yhdistys järjestää vuosittain kaksi sääntömääräistä kokousta: kevät- ja syyskokouksen. Kevätkokouksessa 18.5. vahvistettiin tilinpäätös, myönnettiin vastuuvapaus hallitukselle sekä esitettiin vuoden 2020 toimintakertomus ja tilintarkastajan lausunto. Syyskokouksessa 21.9. jäsenet valitsivat yhdistyksen hallitukseen puheenjohtajan, jäsenet ja varajäsenet erovuorossa olevien tilalle vuodelle 2022. Lisäksi syyskokouksessa vahvistettiin vuoden 2022 toimintasuunnitelma ja talousarvio, jäsenmaksun ja kannatusjäsenmaksun määrä sekä valittiin tilintarkastajat.

Vuoden 2021 hallitus:

Merja Saksanen.....puheenjohtaja
Marja-Leena Satonen.....jäsen, varapuheenjohtaja
Päivi Cavonius-Baran.....jäsen, taloudenhoitaja
Janne Alahelinen.....jäsen
Hannu Hytönen.....jäsen
Kalevi Suuronen.....jäsen

Virpi Tahvanainen.....varajäsen, erosi 13.3.2021
Timo Koivulavarajäsen
Pekka Teppo.....varajäsen

Leena Lemola.....HUS:n asiantuntijajäsen
Miikka Honkatukia.....HUS:n asiantuntijajäsen

Hallitus kokoontui vuonna 2021 kaksitoista (12) kertaa sääntömääräisten kokousten lisäksi. Hallituksen jäsenille ei maksettu toiminnasta palkkaa eikä palkkioita.

4. Talous

Vantaan Mielenterveysyhdistys Hyvät Tuulet ry:n toimintaa rahoittivat vuonna 2021 Veikkaus (STEA) ja Vantaan kaupunki. STEAn tuki oli 201 567 € ja Vantaan kaupungin 36 000 €. Lisäksi Vantaan kaupunki maksaa toimitilatukena Myöhätsuulen vuokran. Viola Ranin säätiöltä yhdistys sai 15 000 € vuosivastuun.

Vuonna 2015 Hyvät Tuulet ry nimettiin merkittävää yhteiskunnallista työtä tekeväksi järjestöksi (MYT) ja ja siitä lähtien on voimassa ollut yhteistyösopimus kaupungin kanssa.

Omavarainhankintaan kuuluivat jäsenmaksut, opiskelijoiden ohjauspalkkiot, liikuntavuorojen, kerhojen ja retkien omavastuuosuudet, kahvilatoiminta.

Yhdistyksen kirjanpidon ja palkanmaksun hoiti vuonna 2021 tilitoimisto Torpan Tili Oy (yhdistyi toisen toimiston kanssa vuoden 2021 aikana, uusi nimi D-House). Tilintarkastajana vuonna 2021 toimi HTM Kirsti Kieksi.

Taloudellinen tilanne kartoitettiin kuukausittain hallituksen puheenjohtajan, varapuheenjohtajan ja taloudenhoitajan toimesta ja talousarvion toteutumista seurattiin tiiviisti jokaisessa hallituksen kokouksessa. Kaikki isommat hankinnat tehtiin joko kilpailuttamalla tai hintoja vertailemalla.

Jäsenmaksu oli 15 € kalenterivuodessa. Tästä summasta maksetaan Mielenterveyden keskusliitolle 4 €/jäsen. Kannatusjäsenmaksu oli 80 €.

5. Henkilöstö

Vuoden 2018 STEAn rahoituspäätöksen myötä yhdistyksen pitkäaikainen unelma toteutui, saimme palkata molempiin toimipisteisiin järjestötyöntekijän. Kaksi uutta vakituista, pysyvää työntekijää on luonut toimintaan vakaan pohjan ja antanut mahdollisuuden järjestää iltatoimintaa.

Järjestötyöntekijöiden toimenkuvassa painottuu nuorille aikuisille kuntoutujille suunnattu iltatoiminta ja iltaryhmien aloittaminen vielä työelämässä oleville työuupumuksesta/masennuksesta kärsiville.

Toimintaa on nykyään paljon ja se on monipuolistunut huomattavasti, joten vielä kehittyäkseen yhdistyksellä pitää olla päteviä työntekijöitä. Näin isossa yhdistyksessä toiminnanohjaajilla on paljon hallinnollisia tehtäviä, jäsenille ja heidän kanssaan keskustelemiselle jää pakostikin liian vähän aikaa. Tässä pysyvä järjestötyöntekijä helpottaa huomattavasti toiminnanohjaajan työtaakkaa ja pystyy myös viettämään enemmän aikaa jäsenten kanssa. Jäsenet kaipaavat keskustelua ja toimintaa työntekijöiden kanssa, jatkuva työntekijöiden vaihtuminen on aikaisemmin tuonut tältä osin turvattomuutta ja jopa ahdistusta jäsenistölle.

Molemmissa toimipisteissä oli myös lisänä tukityöllistettyjä pitkäaikaistyöttömiä järjestöavustajina, keittiötyöntekijöinä ja siistijöinä (vuoden aikana yhteensä 12). Tukityöllistetyt voidaan palkata vuodeksi kerrallaan, joten vaihtuvuutta on koko ajan. Yhdistyksen työntekijärakenne, jossa tukityöllistetyt ja työkokeilijat ovat sosiaalialalle kouluttamattomia ja vain korkeintaan vuoden (3kk-1v) työsuhteilla, haittaa jonkin verran sekä työssä jaksamista että työyhteisön yhteisöllisyyden rakentamista.

Yhdistyksemme toimii välityömarkkinoilla tarjoten niin tukityöllistetyilleen kuin työkokeilijoilleenkin matalan kynnyksen työtilaisuuden ja näin tarttumapintaa työelämäänsä. Hyvät Tuulet ry tukityöllistetyt, työkokeilijat ja erilaiset harjoittelijat ovat keskeinen apu yhdistyksen arjen pyörittämisessä. Tukityöllistämivuodesta muutama pitkäaikaistyötön on saanut uuden kipinän opiskeluun tai saanut sen jälkeen oikean työpaikan.

Lähihoitaja- ja sosionomiopiskelijoita pyritään pitämään jatkuvasti mukana toiminnassa, vuonna 2021 heitä oli 4-10 viikon jaksoissa yhteensä 3. Vuonna 2021 oli myös yksi sairaanhoitajaopiskelija.

Yhdistyksen organisaatiokaavio on liitteenä (LIITE 2).

Vuoden 2021 henkilökunta.

Lauhatuuli

Anne Niemi	toiminnanohjaaja	23.8.16- 3.2.21	STEA
Virva Kaislaniemi	toiminnanohjaaja	26.4.21-	STEA
Lauri Piiparinen	järjestöyöntekijä	15.2.21-	STEA
A	järjestöavustaja	10.8.20- 9.8.21	palkkatuki
B	järjestöavustaja	10.8.21-	palkkatuki
C	keittiöyöntekijä	17.8.20- 16.8.21	palkkatuki
D	keittiöyöntekijä	10.10.20- 9.10.21	palkkatuki
E	keittiöyöntekijä	7.6.-5.12.21	työkokeilu
F	keittiöyöntekijä	6.12.21-	palkkatuki
G	keittiöyöntekijä	12.7.21-	palkkatuki
	siistijä	27.7.21-	palkkatuki

Myöhätuuli

Pirjo Heikkinen	toiminnanohjaaja	25.9.18 – 1.2.21	STEA
Tytti Villanen	toiminnanohjaaja	6.4.2021 -	STEA
Ville Heinikari	järjestöyöntekijä	13.3.17-12.3.18	palkkatuki
	järjestöyöntekijä	13.3.18- 3.3.21	STEA
Juhana Langinvainio	järjestöyöntekijä	1.4.-14.7.21	STEA
Mirva Pajanne	järjestöyöntekijä	6.9.21-	STEA
H	järjestöavustaja	2.12.19- 1.3.21	palkkatuki
B	järjestöavustaja	7.6.21-9.8.21	
I	järjestöavustaja	13.9.21-	palkkatuki
J	keittiöyöntekijä	11.11.19-10.2.21	palkkatuki
K	keittiöyöntekijä	18.11.19- 9.4.21	palkkatuki
L	keittiöyöntekijä	13.9.- 22.11.21	palkkatuki

Minnan, Nataliian ja Albertin työ kesti sen takia kauemmin, että heillä oli keväällä 2020 kolmen kuukauden palkaton jakso yhdistyksen ollessa kiinni.

6. Työyhteisön hyvinvointi ja kehittäminen

Vuonna 2021 Hyvät Tuulet ry jatkoi työntekijöiden työhyvinvointia tukevaa toimintaa. Työnohjausta oli harvemmin keväällä kun yhdistys oli kiinni eikä ollut työntekijöitä, mutta syksyllä se jatkui kerran kuussa toiminnanohjaajilla ja järjestöyöntekijöillä.

Koska tukityöllistetyillä ei yleensä ole mitään kokemusta mielenterveyskuntoutujista, uusille työhön tuleville järjestetään yleensä keväällä perehdytys-/koulutuspäivä mielenterveysyhdistyksessä työskentelemisestä. Vuonna 2021 se pidettiin syksyllä (21.10), kun uusia työntekijöitä oli lähes kaikki.

Toiminnanohjaajat pitivät omissa toimipisteissään henkilökunnalle työntekijäpalaverit viikoittain. Siinä käytiin läpi seuraavan viikon tapahtumat, ohjelma ja tarvittaessa työnjako.

Kuukausittaisia yhteistyökokouksia molempien toimipisteiden toiminnanohjaajien ja järjestötyöntekijöiden sekä puheenjohtajan kesken pidettiin vain silloin kun yhdistys oli auki, eli muutaman kerran. Palaverien tarkoituksena oli vahvistaa toimipisteiden yhteistyötä, tukea työntekijöiden hyvinvointia ja vahvistaa verkostotyöskentelyä.

Toiminnanohjaajat ja järjestötyöntekijät osallistuvat yleensä myös Avomielin -yhteistyön ”Tukijat”-tapaamisiin, joissa mielenterveysyhdistysten työntekijät tapaavat toisensa vuosittain virkistäytymään, vaihtamaan kokemuksia ja miettimään uusia ideoita työhönsä. Vuonna 2021 tätä tapaamista ei keväällä järjestetty.

7. Jäsenistö

Yhdistyksen matalan kynnyksen kohtaamispaikkojen toiminta perustuu vapaaehtoisuuteen ja vertaistukeen, jäsenet ovat aktiivisia toimijoita. Hyvät Tuulet ry on yhteisö, jossa jokainen jäsen voi toimia omien voimavarojensa ja kiinnostustensa mukaisesti yhteisten pelisääntöjen puitteissa. Yhdistys tarjoaa jäsenilleen monipuolista toimintaa sekä tukea toimintaan osallistumisessa. Yhdistyksen toiminnassa kaikki tähtää jäsenten hyvinvoinnin ja elämänhallinnan vahvistumiseen. Jäsenyys ja toiminta yhdistyksessä perustuvat vapaaehtoisuuteen; lähetteitä ei tarvita eikä diagnooseja kysellä.

Jäsenistö on avainroolissa yhdistyksen toiminnan suunnittelemisessa, toteuttamisessa ja kehittämisessä. Jäsenet tulivat kuulluiksi yhdistyksen arjessa, jäsenkyselyissä ja palautteissa sekä kerran kuukaudessa järjestettävillä jäsenkahveilla. Jäsenkahveilla hallituksen edustajat tiedottivat yhdistyksen ajankohtaisista kuulumisista ja hallituksen päätöksistä. Samalla tilaisuus toimi areenana avoimelle keskustelulle ja ideoinnille. Tilaisuudessa käsiteltiin myös palautelaatikkoon kertyneet palautteet ja retkitoiveet. Jäsenkahveille osallistuttiin kummassakin toimipisteessä aktiivisesti. Lisäksi jäsenillä oli päivittäin mahdollisuus keskustella toiminnanohjaajien ja järjestötyöntekijöiden kanssa. Vuonna 2021 jäsenkahveja järjestettiin vain 6 kertaa koronarajoitusten takia.

Harrasteryhmiä jatkettiin ja perustettiin syksyllä 2021 pääasiassa jäsenten toiveiden mukaan, keväällä toimittiin vain verkossa. Discordissa oli levyraateja, tietokilpailuja ym. Yhdistyksen jäsenille annettiin palautetta vapaaehtoistyöskentelystä yhdistyksessä ja heitä kannustettiin osallistumaan enemmän toimintaan sekä ottamaan vastaan vapaaehtoistehtäviä omien voimavarojensa ja kykyjensä mukaan.

Kuntoutujat saavat toisiltaan tukea ja palautetta arjen tiimellyksessä. Mikäli jonkun jäsenen voinnissa tapahtuu selvää muutosta suuntaan tai toiseen, toiset kuntoutujat antavat hänelle palautetta. Mikäli vointi huononee, yhdistyksestä tuetaan tarvittaessa etsimään oikeita palveluita tilanteeseen. Yhteisö tuo näin suojaa ja turvaa vaihtuviin elämäntilanteisiin.

Yhdistyksen periaatteisiin ei kuulu hoito eikä terapia, jokaisella niitä tarvitsevalla on asiakassuhde omaan lääkäriinsä tai hoitopisteeseensä.

8. Jäsentoiminta

8.1. Mielensterveyskuntoutujien ”ääni” kuuluviin

Hyvät Tuulet ry pyrki saamaan kuntoutujien ”äänen” kuuluviin yhteiskunnallisessa päätöksenteossa – toimien omalta osaltaan mielensterveyskuntoutujien edunvalvojana. Käytännössä tämä toteutui esimerkiksi osallistumalla erilaisiin verkostopalaveri-ihin, kutsumalla kunnallisia päätöksentekijöitä tutustumaan toimintaan sekä suorilla kontakteilla päätöksentekijöihin.

Yhdistys on neuvottelukunnan perustamisesta asti ollut mukana Vantaan omaistoiminnan neuvottelukunnassa, jonka avulla mielensterveyskuntoutujien ja heidän omaistensa asioita viedään Vantaalla eteenpäin monen eri sektorin kautta.

Yhdistyksen edustajia on myös ollut vuosia jäsenenä Vantaan vammaisneuvostossa. Tämä on hyvä väylä saada mielensterveyskuntoutujien asioita tiedoksi ja eteenpäin, pysyä mukana kaupungin suunnitelmissa sekä saada ajankohtaista tietoa kunnallisista päätöksistä sekä muiden mukana olevien yhdistysten suunnitelmista, resursseista ja päätöksistä.

Yhdistyksen edustajia on viime vuosina ollut mukana Mielensterveyden Keskusliiton hallituksessa, työryhmissä ja valtuustossa. Yhdistyksemme jäsen entisestä valtuustosta valittiin loppuvuodesta 2020 pidetyssä liittokokouksessa liiton hallitukseen vuosiksi 2020-2022.

Yhteistyö HUS:n psykiatristen poliklinikoiden ja osastojen sekä Vantaan kaupungin sosiaali- ja terveystoimen henkilökunnan kanssa on myös luonut kanavan saada kuntoutujien ”ääntä” kuuluviin erilaisissa asioissa. Hyvät vuorovaikutussuhteet mahdollistavat keskustelun vaikeistakin asioista ja kokemuksiimme kuullaan.

8.2. Arkitoimintaa Hyvät Tuulet ry:ssä

Yhdistyksen arkitoiminta tukee monipuolisesti elämänhallinnan taitoja kannustaen terveellisiin elämäntapoihin ja säännölliseen arkirytmiiin. Käytännössä tämä toteutui mahdollisuutena terveelliseen kotiruokalounaaseen, ulkoiluun ja/tai liikuntahetkiin, monipuolisiin ryhmätoimintoihin sekä vertaistukeen muiden jäsenten kanssa.

Opinto- ja harrasteryhmiä järjestettiin viikko-ohjelman mukaan (LIITE 3) molemmissa toimipisteissä. Pääsääntöisesti ryhmiä ohjasivat yhdistyksen jäsenet. Yleensä yhdistys aktivoi jäseniään etenkin liikunta- ja kulttuuriharrastusten pariin, mutta vuonna 2021 yritettiin vain jatkaa harrastuksia koronarajoitusten puitteissa.

Kädentaito-ryhmissä (Käsityö, askartelu, puunkaiverrus) toiminnot ylläpitävät toimintakykyä kokonaisvaltaisesti, ja opettavat uusia taitoja. Ryhmissä tehtiin paljon hyötykäyttöön sopivia tuotteita ryhmäläisten motivaation ja innostuksen mukaan. Myös omia vaatteita sai korjata ja tuunata. Ekologinen ajattelu toimii perustana askartelussa ja käsityöissä, materiaalina käytetään paljon kierrätysmateriaaleja.

Liikunnalliset ryhmät ovat monipuolistuneet. Jo vuosia on ollut tapana käydä päivittäisellä kävelylenkillä lounaan jälkeen. Liikuntaharrastusten tukemista jatkettiin tarjoamalla jäsenille matalan kynnyksen tilaisuuksia aloittaa liikunta. Tarjolla oli mahdollisuus käydä keilaamassa, pelaamassa biljardia ja muita pöytäpelejä, vesijuoksussa/uimassa, sählyssä sekä kunto-salilla ohjattuna ja ilman

ohjausta. Lisäksi jäsenille annettiin 50% tuki maksusta Vantaan kaupungin liikuntaryhmiin, sen voi saada kaksi kertaa vuodessa, keväällä ja syksyllä.

Kielten opiskeluryhmänä oli Myöhätuulessa syksyllä englannin keskusteluryhmä.

Tietokoneet olivat jäsenten käytössä. Jäseniä opastettiin tietokoneen käytössä tarpeiden mukaan, molemmissa toimipisteissä on ns. ATK-tukihenkilö. Tarvittaessa jäsen sai IT-tukea ja perusopetusta, ja apua verkkoasioinnissa. Monilla jäsenistä ei ole varaa hankkia tietokonetta itselleen, joten he voivat käyttää verkkopankkia ja asioida Kelassa, sosiaalitoimistossa ym. yhdistyksen koneella.

Vertaisryhmät kokoontuivat viikoittain, maanantaisin Myöhätuulessa ja torstaisin Lauhatuulessa. Ne ovat avoimia kaikille mielenterveyskuntoutujille. Vertaisohjaajina toimivat yhdistyksen jäsenet, jotka ovat saaneet koulutuksen vertaisryhmien ohjaamiseen. Myöhätuulessa kokoontui kerran kuussa torstaina Moniääniset ry:n järjestämä ääniä kuulevien ryhmä.

Omahoitoryhmissä eri alojen asiantuntijat opastivat muun muassa terveyteen, hyvinvointiin ja taloudelliseen toimeentuloon liittyvissä teemoissa noin kerran kuukaudessa. Ryhmät ovat vapaamuotoisia keskustelutilaisuuksia kaikille mielenterveyskuntoutujille. Niiden tarkoituksena on aktiivoida itsehoitoa ja vahvistaa potilaan ajattelun muutosta passiivisesta hoidon kohteesta aktiiviseksi hoidosta vastaavaksi osallistujaksi. Yhteistyötahoina ovat muun muassa Mielenterveyden Keskusliitto, HUS ja Vantaan kaupungin sosiaali- ja terveystoimen asiantuntijat ja eri alojen järjestöt. Vuosina 2020-2021 omahoitoryhmät olivat tauolla, tavoitteena on jatkaa omahoitoluentoja vuonna 2022.

Terveys- ja hyvinvointipalvelut: Yhdistyksessä jaettiin loppukevästä EU-ruoka-avustuskasseja, yhteensä 1000 kg ruokatarvikkeita.

Maaliskuussa 2018 teimme yhteistyösopimuksen ”Yhteinen pöytä”- järjestön kanssa ja siitä lähtien yhdistykseen on tuotu kauppojen ylijäämäruokaa jaettavaksi jäsenille keskiviikkoisin Myöhätuulessa ja torstaisin Lauhatuulessa. Tätä ruokajakoa jatkettiin läpi vuoden aikataulun mukaan vaikka toimipaikat olivat kiinni, ruokakassit annettiin ovelta.

Muuta toimintaa: Kunnostus- ja siivoustöitä tehtiin talkootyöllä molemmissa toimipisteissä.

Myöhätuulessa jäsenillä on pyykinpesumahdollisuus. Pähkinärinteen viljelypalstatoiminnasta on saatu yhdistykseen kukkia ja maistiaisia ”omasta pellostasta”.

Koska yhdistys oli kiinni yli puolet vuodesta, nämä arkitoiminnot toteutuivat vain aukioloaikoina eli kesäkuusta lähtien. Tammi-helmikuussa järjestötyöntekijä piti Facebookissa live-ryhmää, aiheena levyraati, tietokilpailu, lehtien kuulumiset ja keskustelut erilaisista aiheista. Yhdistyksellä oli paljon etätoimintaa, Teams-kahvit muutamia kertoja viikossa, aktiivinen Discord-alusta jossa myös työntekijäpäivystys joka päivä. Työssäupuneiden ryhmä aloitti syksyllä tapaamiset, mutta vähitellen siirryttiin Teamsiin kokonaan. Vaikka yhdistys oli auki, pedettiin silti teams-kahveja ja Discordissa oli aktiivista keskustelua.

8.3. Muu jäsenoiminta

Retket ja tutustumiskäynnit

Viikko-ohjelman lisäksi yhdistyksen toimintaan kuuluvat erilaiset retket ja tutustumiskäynnit. Retkiä yhdistys toteuttaa sekä päiväretkinä lähiympäristöön, että pidempinä retkinä. Kesällä, kun kerhotoiminta on tauolla, retkiä tehdään viikoittain vaihteleviin kohteisiin. Retket suunnitellaan yhdistyksen jäsenten toiveiden pohjalta, ja niillä on paljon osallistujia. Lyhyemmillä retkillä omavastuu on aina puolet kustannuksista. Sen sijaan pidemmillä, koko päivän kesäretki ja Tallinnan retket, omavastuu on pienempi, mutta tällaisia retkiä ei koronasta johtuen tehty kesällä 2021.

Retket vuonna 2021

Kesäkuu	01.06.	Retki Tikkurilan torille (5)
	08.06.	Retki Omenapuutarhaan Malminkartanoon (4)
	15.06.	Retki Haltialan kotieläintilalle (9)
	22.06.	Retki Vallisaareen (5)
	29.06.	Retki Kuusijärvelle (5)
Heinäkuu	06.07.	Retki Jokiuoman puistoon Louhelaan (4)
	09.07.	Risteily Helsingin edustalla (9)
	13.07.	Retki Suomenlinnaan (5)
	27.07.	Retki Hakaniemen torille (4)
Elokuu	07.08.	Retki Porvooseen museolähtökäytävällä (11)
	10.08.	Retki Ateneumiin, Ilja Repin (11)
	17.08.	Retki kirjasto Oodiin (5)
Syyskuu	05.09.	Teatteriretki "Tähdet, tähdet", Vantaan näyttämö (10)
	18.09.	Teatteriretki "4.48 Psychosis" (1)
	20.09.	Retki Halkolammelle Myöhätuulesta (5)
Lokakuu	04.10.	Satumetsä-retki Myöhätuulesta
	07.10.	Retki Halkolammelle Myöhätuulesta (5)
Marraskuu	05.11.	Retki Kädentaitomessuille Tampereelle (3)
	17.11.	Äijäkerhon retki lätkämatsiin Tikkurilaan
	24.11.	Retki Tallinnaan yhdessä Vantaan työttömien kanssa (12)
	26.11.	Teatteriretki "mä rakastan sua ja Abbaa", Vantaan teatteri (2)

Kesällä pidettiin molemmissa paikoissa piknikkejä lähiympäristössä ja osallistuttiin myös Järjestöringin ohjelmallisiin piknikeihin.

Retkiin voidaan lukea myös matineaelokuvat, joita esitettiin päivänäytöksinä Bio Grandissa Tikkurilassa ja Kino Myyrissä Myyrmäessä keskiviikkoisin ja lauantaisin edullisella jäsenhinnalla.

Vuonna 2021 tehtiin siis vain 21 retkeä, kun yleensä vuoden mittaan niitä on 35-50.

Tapauumat ja juhlat

Vuoden 2021 aikana yhdistys ei pystynyt järjestämään perinteisistä juhlista kuin juhannusjuhlan, muut vuosittaiset perinnejuhlat jouduttiin perumaan (myös joulujuhla).

Juhlatilaisuudet ovat jäsenillemme merkittäviä ja ne tavoittavatkin suuren osan jäsenistöstä. Yhteiset juhlat tukevat yhdistyksen näkökulmasta yhteisöllisyyttä ja yksilön näkökulmasta yhteisöön

kuulumisen tunnetta. Ohentuneista sosiaalisista verkostoista johtuen usein juuri juhlapyhät ovat jäsenille yksinäistä ja psyykkisesti haastavaa aikaa. Tällöin yhdistyksestä saatava sosiaalinen tuki on jäsenille korvaamatonta. Tämän vuoksi esim pitkinä juhlapyhinä yhdistystä pidetään tarpeen mukaan auki vapaaehtoisvoimin.

Näiden tapahtumien puuttuminen oli todella harmi, mutta ehkä seuraava vuosi on sitten jo parempi. Kannoimme suurta huolta jäsenistä, koska mielenterveyskuntoutujat ovat todella heikossa asemassa kun pitää olla vain kotona ja olla tapaamatta ketään.

Arkipäiviin osuvat yleiset liputuspäivät ja juhlapäivät huomioitiin toimipisteissä silloin kun toimipaikat olivat auki. Kahvikupin äärellä kerrottiin juhlapäiviin liittyvää historiaa, miksi ko. päivää vietetään ja mitä perinteitä siihen liittyy. Muita juhlia kuten syntymäpäiviä, läksiäisiä ja muistotilaisuuksia järjestettiin jäsenten aloitteista.

Maaliskuussa 2018 aloitettiin yhdistyksessä ns puolen kuun puuro eli kerran kuussa perjantaina tarjottiin jäsenille kunnan aamupala puuroineen ja voileipineen, se saavutti suuren suosion heti. Lounas sinä päivänä oli aina keittolounas, kun tukevan aamupalan jälkeen haluttiin kevyttä ruokaa. Vuonna 2020 luovuttiin keittolounaastakin, runsasta aamupalaa oli tarjolla klo 9.30-12 myös vuonna 2021 syksyllä.

Lauhatuudessa oli syksyllä sairaanhoitajaopiskelija, joka piti lokakuussa verenpaineenmittauspäiviä. Hänen kanssaan sai jutella verenpainetaudin ennaltaehkäisystä ja kertoa samalla myös muita kuulumisia.

Lisäksi yhdistys yleensä järjestää erilaisia yleisötilaisuuksia yhteistyössä sidosryhmien ja yhteistyökumppaneiden kanssa kuten "Iloliikkuja-tapahtuma" sekä "Marrasiltamat

Tapahtumat vuonna 2021

Kesäkuu	18.6.-11.7.	Taidenäyttely Galleria K, Arttu Sailo "Pahantekijät"
	20.6.	Juhannusjuhla Myöhätuudessa (30)
Elokuu	23.8	Tuulan taidenäyttelyn avajaiset
Syyskuu	28.9.	Avomielin keilaturnaus (25)
Lokakuu	6.10.	Sepon taidenäyttelyn avajaiset (10)
	14.10.	Yhdistyksen 35v-juhlit Myöhätuudessa (20)
	15.10.	Yhdistyksen 35v-juhlit Lauhatuudessa (20)
Marraskuu	9.11.	Yhdistyksen 35v-juhlit yhteistyökumppaneille (31)
	10.11.	Avomielin Marrasiltamat (5)
	21.11.	Kynttilätapahtuma Tikkurilan kirkolla (28)
	23.11.	Esitelmä Afganistanin kulttuurista (7)

	23.-28.11.	Mielenterveysmessut verkossa
Joulukuu	7.12.	Itsenäisyyspäivän kahvit (12+8)
	9. ja 13.12.	Piparien leivontaa
	22.12.	Joulupuuro ja torttukahvit (10+19)

Myös tapahtumien kohdalla koronavuosi näkyy selvästi, yhdistyksellä oli vain 15 tapahtumaa kun niitä yleensä on vuosittain 50-70.

Koulutukset ja kuntoutuskurssit

Jäsenille tiedotettiin Mielenterveyden Keskusliiton (MTKL) ja muiden järjestöjen koulutuksista, tilaisuuksista, kuntoutuskursseista ja virkistyslomista toimipisteiden ilmoitustauluilla. Henkilökunta avusti tarvittaessa jäseniä niihin hakeutumisessa. Netissä oli paljon koulutuksia, luentoja ja seminaareja, joihin toivottiin jäsenten osallistuvan.

Mahdollisuuksien mukaan tuettiin taloudellisesti jäsenten osallistumista yhdistyksen toimintaa tukeviin koulutuksiin. Tuen saaneilta edellytettiin joko suullista tai kirjallista raportointia koulutuksen annista sekä uuden osaamisen hyödyntämistä yhdistyksen arjessa, esimerkiksi ohjaamalla ryhmiä tai auttamalla tarvittaessa keittiötöissä (hygieniatodistus). Yhdistyksessä on tällä hetkellä useita koulutettuja vertaisohjaajia. Hygieniapassi on kaikilla työntekijöillä ja noin tusinalla vapaaehtoisia; he voivat tarvittaessa tuurata keittiössä.

Yhdistyksessä järjestetään yleensä 5-10 erilaista koulutusta jäsenille ja työntekijöille, vuonna 2021 niitä oli vain kolme.

- 25.8.21 Uupuneet ry:n kanssa luento verkossa "Uupumaton tulevaisuus" , 4 kertaa vuonna 2021 ja 3 kertaa vuonna 2022
- 21.10.21 Uusien työntekijöiden perehdytys- koulutus
- 23.11.21 Mielenterveyden Ensiapu I -koulutus, 3 päivää

8.4. Terveellisten elämäntapojen tukeminen

Viimeisimpien tutkimusten mukaan ruokavaliolla on keskeinen merkitys mielenterveydelle: runsaasti kasviksia, hedelmiä ja marjoja sisältävä ruokavaliio on hyväksi myös mielelle. Lisäksi terveellisellä ruokavaliolla ennaltaehkäistään esimerkiksi sydän- ja verisuonisairauksia.

Yhdistyksemme tarjosi jäsenilleen kohtuuhintaista (4€) ja terveellistä kotiruokaa, joka rakentaa pohjaa kokonaisvaltaiselle hyvinvoinnille. Yhteiset lounashetket ovat yhdistyksen toiminnan sydän. Maittavan ruoan äärellä on luontevaa kohdata muita ihmisiä ja keskustella erilaisista asioista, tai sitten olla hiljaa ja kuunnella muita. Yhdistys panosti edelleen lounasaterioiden ja kahvilatarjoilujen terveellisyyteen, joka päivä oli salaattia ruuan kanssa. Monelle, varsinkin yksin asuvalle, yhdistyksessä nautittu lounas on päivän ainoa lämmin ateria. Lounas antaa ihmisille mahdollisuuden ruokailla edullisesti ja

terveellisesti, ja antaa syyn lähteä kotoa ihmisten pariin. Ruokailu vertaisten parissa on myös sosiaalinen tapahtuma ja ehkäisee osaltaan syrjäytymistä.

Lounaan lisäksi "puolen kuun puuro" -tarjoilua eli kerran kuussa perjantaisin jäsenet saivat tulla klo 9.30-12 terveelliselle aamupalalle, tarjolla oli puuroa, leikkeleitä, voileipiä, vihanneksia ja hedelmiä.

Monet mielenterveyslääkkeet tunnetusti aiheuttavat painonnousua. Terveellinen lounas ja liikuntamahdollisuuksien lisääminen yhdistyksen toiminnassa tukee painonhallintaa.

8.5. Uusien kohderyhmien tavoittaminen

1. Nuorille aikuisille (18-30v) kuntoutujille tarkoitettu toiminta on yhdistyksessä aloitettu keväällä 2015, mutta vastuuhenkilöiden puuttuessa toiminta oli ensin vähäistä. Kun STEA myönsi palkkarahat kahdelle järjestötyöntekijälle, nuorten aikuisten toiminta aloitettiin alkuvuodesta 2018 markkinoinnin ja tiedotuksen tehostamisella. Siitä asti ryhmä on toiminut molemmissa toimipisteissä kerran viikossa, lisäksi tehtiin retkiä, osallistuttiin tapahtumiin ym. Nuoria aikuisia on saatu jonkin verran mukaan myös muuhun päivätoimintaan, esim harrasteryhmiin.
2. Aloitimme elokuussa 2018 myös ihan uuden iltatoiminnan, järjestötyöntekijät markkinoivat ja tiedottivat alkuvuodesta tästä laajalti. Ryhmä on tarkoitettu vielä työelämässä/opiskelemassa oleville työuupumuksesta ja/tai masennuksesta kärsiville, haastavaa on ollut saada tieto menemään heille. Nämä henkilöt eivät voi osallistua toimintaan päiväaikaan, joten tarjoamme heille iltaryhmiä, joista saa vertaistukea, tietoa ja mahdollisuuden keskusteluun.

Ryhmät ovat vähitellen käynnistyneet, osallistujia alkaa jo olla ihan hyvin. Työntekijät jalkautuivat tiedottamaan ryhmistä, mutta uuden toiminnan juurruttaminen ja tunnetuksi tekeminen ei tapahdu hetkessä. Olemme kuitenkin toiveikkaita ja uskomme ryhmien tarpeellisuuteen.

3. Maahanmuuttajataustaisten jäsenien toimintaan mukaan saaminen on lähtenyt hitaasti käyntiin. Leinikissä on yksi Vantaan maahanmuuttajien neuvontapisteistä ja yhteistyö heidän ja muiden vantaalaisten neuvontapisteitten kanssa on aloitettu. Muutamia maahanmuuttajataustaisia kuntoutujia on liittynyt yhdistykseen vuoden 2021 aikana, mutta eniten maahanmuuttajiin olemme tutustuneet työntekijöiden kautta. Eri kulttuuritaustaisia työntekijöitä ja vapaaehtoisesti yhdistykseen tulleita suomen kielen opiskelijoita (tarvitsevat kielen puhumiseen harjoitusta mm opiskelua varten) on vuoden 2021 aikana ollut 4 henkilöä.

9. Tiedotus

9.1. Ulkoinen tiedotus

Vuonna 2021 yhdistyksen tavoite oli edelleen lisätä vantaalaisten tietoutta yhdistyksen toiminnasta. Yhdistyksen nettisivut uudistettiin ja uusi esite painettiin. Yhdistys ei pystynyt vuonna 2021 panostamaan näkyvyyteen osallistumalla erilaisiin tapahtumiin koska niitä ei ollut. Mutta yritimme panostaa mainontaan parantamalla verkkonäkyvyyttä (Facebook ja Instagram), päivittämällä ahkerasti nettisivuja sekä toimittamalla uudistettuja esitteitä ja käyntikortteja erilaisiin tiloihin.

Yhdistyksen toiminnan esittely talon ulkopuolella

Yhdistys ei osallistunut toimintakauden 2021 aikana virtuaalisille Mielenterveysmessuille, perinteiset Vantaan Hyvinvointimessut oli peruttu, samoin muutamat paikalliset markkina-/messutilaisuudet. Niissä päämääränä on ollut tavoittaa potentiaalisia jäseniä ja yhteistyökumppaneita sekä luoda ja lujittaa yhteistyöverkostoja. Yhdistys varasi yleensä tilaisuuksista esittelypöydän, jossa yhdistyksen vapaaehtoiset jäsenet ja työntekijät kertovat toiminnasta apunaan yhdistyksen esittelymateriaalit, mutta tällaista toimintaa ei nyt sitten ollut ollenkaan.

Yhteistyösuhteita vahvistettiin etenkin Vantaan mielenterveystoimijoihin. Yhteyttä pidettiin Vantaan kaupungin sosiaali- ja terveystoimeen sekä kuntalaispalveluihin, seurakuntiin ja seurakuntayhtymään, Peijaksen sairaalan (HUS) psykiatriisiin osastoihin ja poliklinikoihin sekä lähialueiden asumisyksiköihin. Kaikille yhteistyökumppaneille on toimitettu käyttöön yhdistyksen esittelykansio, jonka avulla voi tutustua yhdistykseen kuvien kera.

Haluaisimme näkyvyyttä myös ihan tavallisissa tapahtumissa, jotta tunnettavuus lisääntyisi ja ennakkoluulot kuntoutujia kohtaan häviäisivät. Vuonna 2021 emme olleet mukana Vantaan Taiteiden Yössä Myyrmäessä, Tikkurilan joulubasaaria eikä Leinikin joulumarkkinoita ollut ollenkaan. Osallistuimme Vantaan Varian hyvinvointimessuille oppilaitoksissa 11.10.-12.10.

Säännölliset yhdistyksen esittelytilaisuudet Peijaksen sairaalan psykiatrisella P2-osastolla oli myös peruutettu alkuvuodesta, mutta syksyllä siellä käytiin. Ne on aloitettu jo keväällä 2014 ja vierailujen tarkoituksena on kertoa Hyvät Tuulet ry:n toiminnasta suoraan ihmisille, jotka voisivat hyötyä yhdistyksen toiminnasta. Tavoitteena on kannustaa ihmisiä ensin tutustumiskäynnille yhdistykseen, ja tämän jälkeen tukea liittymään mielekkäiksi kokemiinsa yhdistyksen toimintoihin ja myös mahdollisuuden vapaaehtoistyöhön omien voimavarojen mukaan.

Yhdistyksen toiminnan esittely toimipisteissä

Tavoitteena oli tehdä Hyvät Tuulet ry:tä sekä sen toimintaa ja toimipisteitä tutummiksi sekä luoda uusia yhteistyömalleja lähialueen toimijoiden kanssa. Vähitellen ihmiset alkavat tietää Lauhatuulen uuden toimitilan sijainnin, ja tutustujia riittää.

Tutustujat ja vierailijat toivotettiin lämpimästi tervetulleiksi toimitiloihin. Henkilökunta ja/tai aktiivijäsen esitteli yhdistyksen toimintaa. Tutustujia kävi hyvin harvakseltaan vuonna 2021, heitä tulee yleensä työntekijän kanssa (psykiatrinen sairaanhoitaja, depressiohoitaja, sosiaali-työntekijä tai asumisohjaaja) 1-10 kerrallaan. Sosiaali- ja terveysalan oppilaitoksista ei käynyt opiskelijaryhmiä (5-20) tutustumassa tai tekemässä jotain projektia jäsenten kanssa, mutta muita tutustujia kyllä kävi.

Muut ulkoisen viestinnän tiedostuskanavat

Yhteistyökontakteissa hyödynnettiin aktiivisesti jäsenistön yhteyksiä muihin yhdistyksiin, yrityksiin ja yhteistyötahoihin. Hyvät Tuulet ry:n toiminnasta voi lukea myös Avomielin- yhteisön yhteisiltä nettisivuilta (www.avomielin.fi). Pääkaupunkiseudun mielenterveysyhdistysten yhteinen Avomielin-lehti ilmestyy kerran vuodessa, marraskuussa Mielenterveysmessuille. Lehdessä julkaistaan yhdistysten jäsenten kirjoittamia juttuja ja tietoa Avomielin -yhdistyksistä.

Muuton jälkeen yhteistyö Vantaan Järjestöringin ja siihen kuuluvien järjestöjen kanssa on käynnistynyt, mutta mitään yhteistä projektia ei vuonna 2021 järjestetty. Olemme tiedottaneet toiminnastamme myös uusimaalaiset.fi -sivuilla.

9.2. Sisäinen viestintä

Vuonna 2021 lähetettiin perinteisten 4 jäsenlehden sijaan 7 lehteä jäsenille kotiin. Lehdissä kerrottiin ajankohtaista tietoa yhdistyksen tapahtumista, puheenjohtajan ja toiminnanohjaajien terveiset, jäsenten terveisiä eri tapahtumista ja jäsenten tekemiä piirroksia, runoja sekä tarinoita.

Sääntömääräisten kokousten kutsut ilmoitettiin jäsenkirjeessä keväällä ja syksyllä.

Lehtien määrää lisättiin koska oli tarvetta tiedottaa jäsenille sulkemisajan aikaisista toiminnoista verkossa, Facebookissa ja Discordissa. Ja niille, joilla ei nettiä tai älypuhelinole, lehti on ainoa tiedotuskanava. Tosin pienimuotoista soittorinkiä pidettiin myös. Tämän myötä havahduttiin huomaamaan että jäsenten puhelinnumerot ja sähköpostiosoitteet olisi hyvä olla yhdistyksessä.

Yhdistyksen sisäistä tiedotusta parannettiin muun muassa laittamalla selkeät mainokset retkistä ja tapahtumista hyvissä ajoin ilmoitustauluille. Tapahtumista ilmoitettiin myös yhdistyksen omilla verkkosivuilla (www.hyvattuulet.fi) sekä Facebookissa ja Instagrammissa.

Jäsenet saivat myös MTKL:n Revanssi-lehden 4 kertaa vuodessa jäsenetuna.

Tärkeä tiedotuksen väylä oli myös jäsenkahvit kerran kuussa, ne mahdollistivat suoran keskustelun ja yhteisen suunnittelun jäsenistön kanssa.

Sisäistä viestintää pyritään kehittämään myös hallituksen ja työntekijöiden välillä säännöllisillä palavereilla ja tiedotteilla.

10. Yhteistyö

Toimintasuunnitelman tavoitteiden mukaisesti verkostoissa työskentely oli aktiivista vuoden 2021 aikana. Yhteistoiminnan avulla kehitetään mielenterveyspalvelujen saatavuutta ja laatua yhdessä muiden toimijoiden kanssa, ja saadaan mielenterveyskuntoutujien ”ääni” kuuluviin erilaisissa tilanteissa. Lisäksi verkostoissa voi jakaa kokemuksia, oppia uusia asioita ja kuulla päivityksiä tärkeistä asioista.

Yhteistyötä jatkettiin vuonna 2021 muun muassa seuraavien tahojen kanssa:

- Vantaan kaupungin sosiaali-, terveys- ja liikuntatoimi, kuntalaispalvelut, Nuorten Ohjaamo, työllisyyspalvelut, maahanmuuttajapalvelut, nuorten aikuisten palvelut ja sosiaalityö
- Vantaan seurakuntayhtymä ja seurakunnat (Tikkurila, Hämeenkylä)
- Peijaksen sairaalan (HUS) psykiatrian yksiköt: osastot ja poliklinikat
- Yhteinen pöytä
- Mielenterveyden Keskusliitto
- FinFami ry, Vantaan Omaistoiminnan neuvottelukunta
- Vantaan Järjestörinki ja sen jäsenyhdistykset
- Mieli ry, Vantaan alueen Mieli ry
- Pääkaupunkiseudun mielenterveysyhdistykset (Avomielin-yhteistyö) sekä
 - Moniääniset ry

- Kaksisuuntaiset ry

- Vantaan vammaisneuvosto
- Vantaan A-kilta
- Tikkurilan Klubitalo Eskot
- Vertaistoimijat.fi (VETO-verkosto)
- Lions Club Pähkinärinne ja Pähkinärinnesseura
- Espoon Järjestöjen Yhteisö ry (EJY)
- Vantaan erilaiset asumispalveluyksiköt
- Uupuneet ry
- Oppilaitokset: Laurea Ammattikorkeakoulu, Vantaan ammattiopisto Varia, Keski-Uudenmaan ammattiopisto Keuda, Kiipulan ammattiopisto, Amiedu, Stadin ammattiopisto, DIAK ja Diakoniaopisto, Omnia Espoo

10.1. Avomielin-yhteistyö

Vuonna 2021 osallistuttiin edelleen antoisan Avomielin-yhteistyöhankkeen kaikkiin kokouksiin ja tapahtumiin, yhteistyötä on tehty jo yli 10 vuotta. Yhteistyöhankkeen muodostavat Espoon mielenterveysyhdistys EMY ry, Helsingistä Tukiyhdistys Karvinen ry, Tukiyhdistys Majakka ry, Helmi ry, Sympati rf ja Taiteen Sulattamo sekä Vantaan Mielenterveysyhdistys Hyvät Tuulet ry

Yhdistysten kesken toteutetaan yhteisiä retkiä ja osallistutaan erilaisiin tapahtumiin, esimerkiksi Mielenterveysmessuille yhteisellä standilla. Vuonna 2021 messut järjestettiin virtuaalisesti, vain osa Avomielin-yhdistyksistä osallistui. Yhdistykset viettävät yleensä myös yhteisiä juhlia, esim. Marrasillamat lokakuussa, ja julkaisevat yhteistä Avomielin-lehteä jaettavaksi Mielenterveysmessuilla. Lisäksi jo seitsemänä vuonna on järjestetty yhdistysten kesken leikkimielisiä turnauksia kuten keila-, minigolf-, mölkky- ja biljarditurnaus ja onkikilpailut. Niissä kilpaillaan hyvässä hengessä viiden hengen joukkueilla ja voittopokaalit kiertävät yhdistyksissä.

Yhdistysten luottamushenkilöt viettävät yhteisiä virkistystapaamisia vuosittain, samoin yhdistysten työntekijät tapaavat keskenään vuosittain. Näitä tapaamisia ei vuonna 2021 järjestetty.

10.2. Mielenterveyden keskusliitto

Yhdistyksen jäsenet osallistuvat yleensä Mielenterveyden keskusliiton järjestämiin tapahtumiin. Iloliikkujatapahtumissa ollen mukana suunnittelemassa ja toteuttamassa tapahtumia yhdessä Mielenterveyden keskusliiton, Avomielin -yhdistysten, Niemikotisäätiön, Auroran fysioterapian ja liikuntapalveluiden, Läntisen mielenterveysyksikön, Helsingin kaupungin liikuntaviraston ja Suomen moniääniset ry:n kanssa. Vuonna 2021 iloliikkujatapahtumaa ei järjestetty.

MTKL:n liittokokous oli syksyllä 2021 virtuaalisena, ensimmäistä kertaa. Edustajamme oli siellä mukana ja tuli valituksi keskusliiton hallitukseen.

10.3. Vantaan kaupunki

Hyvät Tuulet ry solmi keväällä 2015 Vantaan kaupungin kanssa kumppanuussopimuksen, ja se uusitaan 1-2 vuoden välein. Yhdistyksemme nostettiin silloin merkittävää yhteiskunnallista työtä tekemäksi järjestöksi (MYT), joita Vantaalla on kymmenen. Tiivistimme yhteistyötä toisen MYT-järjestön eli Vantaan Järjestöringin kanssa vuonna 2015 ja teimme kaupunginhallitukselle ehdotuksen Kansalaistoiminnan keskus ”Leinikin” perustamisesta 960 neliön tiloihin. Kaupunki hyväksyi

suunnitelman, joten Vantaan Tilakeskus vuokrasi käyttöömme tilan, josta 300 neliötä tuli yhdistyksemme käyttöön ja loput Järjestöringille. Koska vuokrattu tila oli ennen ollut hoitokoti, siihen tehtiin iso remontti elokuusta 2015 alkaen. Molemmille järjestöille tuli siis omat tilat, pääsimme aloittamaan tiiviin yhteistyön kansalaistoiminnan keskuksessa keväällä 2016. Leinikki on Vantaan ensimmäinen kansalaistoiminnan keskus, jossa järjestöjen toiminnan lisäksi on myös avoin asukastila alueen asukkaille.

Terveyskeskusten depressiohoitajilla ja muutamalla muulla työntekijällä on yhdistyksen esittelykansiot, he voivat ohjata asiakkaitaan tutustumiskäynnille. Muutamassa terveyskeskuksessa on myös käyty esittelemässä toimintaa sairaanhoitajille ja esim. diabeteshoitajille. Aikuissosiaalityöstä käy työntekijöitä tutustumiskäynneillä asiakkaan kanssa.

Yhdistyksemme on mukana kaupungin nuorten aikuisten palveluiden ja sosiaalityön MOODI-hankkeessa, jossa nuorille aikuisille järjestetään Hyvän mielen ryhmä monitoimitalo Liidossa Tikkurilassa. Ryhmän ohjaajina toimivat yhdistyksemme järjestötyöntekijä yhdessä Tikkurilan Klubitalon työntekijän kanssa. MOODI-hankkeen päättyessä 2020 yhteistyö jatkui ja ryhmää pidetään Klubitalon kanssa yhdessä

Kaupungin liikuntapalveluja käytämme paljon, ja yhtä kuntosaliryhmää ohjaa Tikkurilan terveysaseman fysioterapeutti.

10.4. HUS

Yhteistyö HUS:n psykiatrian toimipisteiden kanssa on viime vuosien aikana kehittynyt molemmin puolin toimivaksi. Poliklinikoilta ja osastoilta käy kuntoutujia tutustumassa yhdistykseen säännöllisesti, ja yhdistyksen työntekijät sekä vapaaehtoiset käyvät pyydettyä esittelemässä yhdistystä HUS:n omissa tilaisuuksissa ja erilaisissa koulutuksissa. Monet HUS:n työntekijät ovat vuosien aikana käyneet yhdistyksen omahoitoryhmissä puhumassa erilaisista aiheista.

Geropsykiatrian ja mielialahäiriöpoliklinikoilla järjestetään ns. masennuksen kertauskurssia niille potilaille, joita ollaan siirtämässä erikoissairaanhoidon piiristä omalle terveysasemalle hoitoon. Kurssin yhtenä aiheena on kolmannen sektorin toiminta, jolloin käymme esittäytymässä ja tarjoamassa mahdollisuutta vertaistukeen ja vapaaehtoistyöhön avohoidon tueksi.

Huhtikuusta 2014 yhdistyksen jäseniä ja työntekijöitä on myös käynyt Peijaksen sairaalan psykiatrisella osastolla kerran kuussa esittelemässä Hyvät Tuulet ry:n toimintaa. Esittelijät käyvät P2-osastolla, mutta kuulijoita tulee myös osastoilta P1 ja P3. Myös opiskelijat ja uudet työntekijät ovat osallistuneet infoihin. Infot oli peruttu koronasäädösten vuoksi alkuvuodesta, mutta syksyllä niitä pidettiin.

Hyvät Tuulet ry:n hallituksessa on vuodesta 2012 ollut asiantuntijajäsenenä HUS:n edustaja, ja nyt seitsemättä vuotta jo kaksi edustajaa. Tämä mahdollistaa tiiviin kontaktin ja hyvän tiedonkulun.

10.5. Vantaan seurakunnat

Seurakuntien järjestämiä tapahtumia, esim mielenterveyskuntoutujille järjestettyjä pääsiäis- ja joulukirkkoja, ja jouluruokailuja ei vuonna 2021 järjestetty. Myöskään seurakuntien järjestämää kevätretkeä ei järjestetty.

Ainoa yhteistyön muoto 2021 oli marraskuussa Tikkurilan uudella kirkolla järjestetty kynttilätapahtuma itsemurhan tehneiden omaisille.

10.6. Yhteistyö oppilaitosten kanssa

Yhteistyö pääkaupunkiseudun oppilaitosten kanssa on tuonut yhdistykseen sosionomi- ja lähihoitajaopiskelijoita. Vuosittain opiskelijaharjoitteluja ohjataan paljon, vuonna 2020 oli vain ?. Jokainen opiskelija suunnittelee ja toteuttaa harjoittelun aikana opinto- tai harrasteryhmän, juhlan tai retkipäivän. Harjoittelu mielenterveyskuntoutujien etujärjestössä tarjoaa opiskelijalle mahdollisuuden kehittää monipuolisesti taitojaan asiakkaan kokonaisvaltaisen kuntoutumisen tukemisessa sekä ryhmien ohjaamisessa.

Opiskelijat ovat tuoneet positiivista ilmapiiriä ja raikkaita näkemyksiä yhdistyksen arkeen. Opiskelijoiden läsnäolo rikkoo positiivisessa mielessä arjen liiallista rutinoitumista ja tuo yhdistykselle tuulahduksen uutta sosiaali- ja terveysalan osaamista. Vuorovaikutus opiskelijoiden ja jäsenten välillä vahvistaa jäsenten sosiaalisia taitoja.

Aikaisemmin lähihoitajaopiskelijoita käy yhdistyksessä pitämässä luovan toiminnan teemapäiviä, muun muassa musiikkia, teatteria ja rentoutusta. Sosionomiopiskelijat ovat tehneet lopputyönään yhdistykselle muun muassa laatukäsikirjan ja koko jäsenistölle lähetetyn jäsenkyselyn.

Vuonna 2021 opiskelijoita oli Stadin ammatti- ja aikuisopistosta sekä Laureasta, yhden opiskelijan harjoittelu oli yhteistyössä Vantaan mielenterveysseura Mieli ry:n kanssa.

10.7. Toiminta välityömarkkinoilla

Yhdistys on toiminut vuodesta 2011 välityömarkkinoilla matalan kynnyksen työllistäjänä tarjoten työkokeilua ja tukityöllistymismahdollisuuksia pitkäaikaistyöttömille ja kuntoutujille. Yhdistyksessä on myös harjoittelijoita työelämään tutustujina, he ovat pitkäaikaistyöttömiä ja/tai kuntoutujia. Harjoittelijoita saatiin muun muassa Vantaan TE- toimiston ja Kiipulan ammattiopiston kautta.

11. Toiminnan arviointi ja kehittäminen

Yhdistyksellä oli vuonna 2021 paljon toimintaa, joka on tukenut tavoitteita. Tosin melkein puolet vuodesta yhdistys oli kiinni eli toimintaa ei ollut kuin verkossa. Seuraavassa hieman arviointia miten vuodelle asetetut toimintasuunnitelman tavoitteet ovat toteutuneet:

1. toiminnan laajentaminen sekä toiminnan lisääminen verkossa

Yhdistyksen toiminta käytännössä siirtyi verkkoon vuoden 2021 alussa, kun kohtaamispaikat menivät kiinni koronarajoitusten takia. Verkossa tapahtuvan toiminnan kehittäminen oli alkanut vuonna 2020 ja vuonna 2021 verkkotoiminta oli jo tutumpaa kaikille. Alkuvuoden etätoimintaan kuuluivat etenkin Facebook-live -lähetykset ja Discord-chat, joissa työntekijät kohtasivat kävijöitä joka arkipäivä, klo 9-15 välillä. Hyvien Tuulten Discord-keskustelukanava oli avoinna 24h ja se vakiinnutti oman kävijäkuntansa. Maaliskuussa Discordissa aloitettiin levyraati, mitä jatkettiin kerran viikossa koko

vuoden. Verkkotoiminnassa kokeiltiin työntekijän avaamia etäkahveja, joita pidettiin TEAMS-sovelluksen kautta. Nuorten aikuisten ryhmät ja työssä uupuneiden ryhmä kokoontuivat kevään ajan vain etänä ja etätapaamisia myös osin jatkettiin ryhmäläisten toiveista. Yhdistyksen kävijöille annettiin tarvittaessa tukea verkkotapaamisiin ja näin mukaan tuli uusia jäseniä. Täysin uusien mielenterveyskuntoutujien tavoittaminen pelkästään verkkotoiminnalla oli haastavaa. Kesällä ja syksyllä 2021, kun kohtaamispaikat olivat jälleen avoinna, yhdistyksessä panostettiin enemmän lähtötoiminnan käynnistämiseen kuin verkkotoimintoihin. Palautekyselyjen mukaan kohtaamispaikkojen avautuminen oli todella tärkeää kävijöille.

2. Nuorten aikuisten (alle 30-v) mielenterveyskuntoutujien tavoittaminen

Nuorten aikuisten tavoittaminen oli haastavaa 2021. Elettiin vielä koronarajoitusten aikaa, eikä nuoria voinut nähdä keväällä kasvotusten lainkaan. Tilannetta hankaloitti järjestötyöntekijöiden vaihtuminen juuri korona-aikaan. Uusilla työntekijöillä oli hankaluuksia saada kontaktia aiemmin mukana olleisiin nuoriin. Yhdistyksellä oli nuorten aikuisten ryhmät Länsi-Vantaalla Löydöstuvalla, Itä-Vantaalla Lauhatuudessa ja Nuorten monitoimitila Liidossa, Tikkurilassa. Tikkurilan Hyvän mielen ryhmää pidettiin yhteistyössä Tikkurilan klubitalon kanssa ja se oli ryhmistä suosituin. Nuorten aikuisten ryhmät kokoontuivat vuoden aikana 27 kertaa ja kohtaamisten määrä nuorten kanssa oli 101. Uusia ryhmäläisiä saatiin mukaan muutama. Järjestötyöntekijät vahvistivat yhteistyötä Vantaan kaupungin eri tahojen kanssa nuorten aikuisten tavoittamiseksi. Yhteistyö ja jalkautuminen jatkuu vuonna 2022.

3. Työssäuupuneiden ja masennuksesta kärsivien henkilöiden mielenterveyden tukeminen mielekkään vertaistuellisen toiminnana kautta

Työssä uupuneiden ryhmätoiminta oli vuonna 2021 aktiivista ja sai hyvää palautetta osallistujilta. Iltaryhmät kokoontuivat yli 30 kertaa – joista suuri osa oli etänä TEAMSin kautta. Etäryhmä koettiin helpoksi ja mielekkääksi tavaksi osallistua. Ryhmissä toteutui hyvin ajatus vertaistuesta ja kokemusten jakamisesta, mikä vahvisti osallistujien toiveikkuutta. Ryhmään osallistui asiantuntijavieraita mm. ratkaisukeskeinen lyhytterapeutti ja vireysvalmentaja. Syksyllä 2021 ryhmäläiset saattoivat osallistua kerran kuukaudessa "Uupumaton tulevaisuus" -asiantuntijaluennoille. Ryhmään osallistui vuoden mittaan 14 henkilöä, joista suurin osa oli uusia ryhmässä. Ryhmästä jäätiin myös pois oman toipumisen takia, mikä kertoo osaltaan ryhmän palvelleen tarkoitustaan.

4. Maahanmuuttajataustaisten mielenterveyskuntoutujien saaminen mukaan toimintaan

Korona-aika vähensi uusien kuntoutujien tavoittamista toimintaan – niin myös maahanmuuttajataustaisten. Kun kohtaamispaikat olivat kiinni, niin mukaan olisi voinut tulla vain etänä. Yhdistyksen toiminta on avointa eritaustaisille ihmisille. Jos suomen kielen taito on heikko, voi olla kynnys lähteä täysin suomenkielisiin ryhmiin. Tässä auttaa toiminnalliset ryhmät, jossa pärjää heikommallakin suomen kielellä. Yhdistyksessä oli vuonna 2022

työharjoittelussa opiskelijoita eri kulttuuritaustoista. Olimme mukana myös kotoutumista edistävässä VETO-verkostossa. Maahanmuuttajataustaisille vantaalaisille voitaisiin jatkossa suunnitella toimintaa yhteistyössä muiden yhdistysten, etenkin maahanmuuttajille suunnattua toimintaa järjestävien, kanssa.

5. Vapaaehtoistyön mahdollistaminen yhdistyksessä

Yhdistyksessä toimi jälleen lukuisia vapaaehtoisia. He ohjasivat ryhmiä ja retkiä; järjestivät tapahtumia tai esiintyivät tapahtumissa; auttoivat joskus keittiössä ja siivouksessa; kävivät kaupassa; esittelivät yhdistyksen toimintaa Peijaksessa sekä keräsivät Pieni ele - keräystä.

Vapaaehtoistoiminnan mahdollisuuksia oli paljon. Uusien vapaaehtoisten aktivoiminen yhdistyksessä oli kuitenkin vaikeaa. Vapaaehtoisia saattoi turhauttaa, että kohtaamispaikoissa kävi aikaisempaa vähemmän ihmisiä eikä järjestettyyn ryhmään tai retkeen löytynyt aina osallistujia. Vapaaehtoisten tapaamiset aloitettiin taas tauon jälkeen. Työntekijät tukivat vapaaehtoisia aina tarvittaessa mm. tiedotuksessa. Vapaaehtoisia kutsuttiin yhdistyksen retkille ja juhliin.

6. Verkostotyöskentelyn kehittäminen

Yhdistyksen verkostotyö oli vuonna 2021 aktiivista koronasta huolimatta. Yhteistyötä jatkettiin tuttujen kumppaneiden kanssa ja joitakin uusiakin tuli mukaan. Uutena yhteistyökumppanina oli Uupuneet ry, mikä tekee valtakunnallista vertaistukityötä työuupumuksen ennaltaehkäisemiseksi. Hyvät Tuulet lähti mukaan Uupuneet ry:n valtakunnalliseen webinaarisarjaan, mikä toteutettiin syksyllä 2021 jatkuen keväälle 2022. (Uupumaton tulevaisuus – luentosarjassa oli mukana asiantuntijavieraita ja se tavoitti sekä ammattilaisia että uupumukseen sairastuneita. Syksyn 2021 viidellä luonnolla oli yhteensä 194 osallistujaa. Hyvien Tuulten työssä uupuneiden -ryhmät osallistuivat luennoille myös.)

Lauhatuudessa teimme tiivistä yhteistyötä naapurimme Kansalaistoiminnan keskus Leinikin kanssa. Suunnittelimme yhdessä toimintaa, osallistuimme Leinikin tapahtumiin ja ohjasimme niihin kävijöitä. Näin voitiin välttää täysin päällekkäistä toimintaa. Jaoimme myös työntekijäresursseja tarpeen mukaan.

Olimme mukana pääkaupunkiseudun mielenterveysyhdistysten Avomielin yhteistyössä. Osallistuimme Avomielin-turnauksiin ja järjestimme vuorollamme Tikkurilassa Avomielin keilaturnauksen. Teimme myös yhteisen Avomielin-lehden.

Vantaan klubitalon kanssa kehitettiin viime vuonna yhteistyötä edelleen. Yhteinen Hyvän Mielen -ryhmä nuorille aikuisille toimi osan vuodesta etänä ja osan lähitapaamisin Liidossa, Tikkurilassa.

Toiminnanohjaajat olivat mukana useissa verkostoissa, joista tiiviimmin kokoontui Vantaa-Kerava soteverkostot: Vantaa-Kerava sotehankkeen vastaanotto toiminnan kehittäminen -projektin paljon palvelua tarvitsevien palvelupakettityöryhmä ja TuSote mielenterveys- ja päihdetyön järjestöverkosto. Olimme mukana myös KAP Vantaa –hankkeen ohjausryhmässä, mikä kehittää kokemusasiantuntijatyötä. Vantaan omaistoiminnan neuvottelukunnan kokouksia oli kaksi (14.4. ja 31.8.).

Myöhätuulessa toimi vertaisryhmä yhteistyössä Moniääniset ry:n kanssa, siinä ohjaajina ovat kyseisen yhdistyksen vertaisohjaajat

Vantaan A-Killan hankesuunnitelma meni läpi, ja aloitimme yhteistyössä 3-vuotisen projektin kokemusasiantuntijakoulutuksen kehittämiseksi (KAP- hanke)

Myös VETO-verkostossa toimimme vuonna 2021 ja tarkoitus on jatkaa edelleen

Uusia yhteistyöverkostoja luomalla voimme edelleen kehittää toimintaamme ja myös jakaa toiminnan kustannuksia.

11.1. Jäsenpalaute

Kummankin toimipisteen palautelaatikkoihin tulleet palautteet käsiteltiin yhdessä jäsenistön kanssa kuukausittain jäsenkahvien yhteydessä ja tarvittaessa asiat vietiin eteenpäin hallituksen kokouksiin. Lisäksi jäsenillä on päivittäin mahdollisuus antaa palautetta työntekijöille, ja myös hallituksen jäsenille.

Yhdistyksen kävijöiltä kysyttiin kirjallista palautetta poikkeuksellisesti vasta kesällä, koska kohtaamispaikat avautuivat vasta kesäkuun alussa. Palautekysely koko vuodesta 2021 tehtiin sekin vasta helmikuussa 2022 paikkojen koronasulun takia. Kyselyihin oli mahdollista vastata yhdistyksen nettisivujen kautta tai Myöhätuulessa ja Lauhatuulessa.

Kesän palautekyselyyn tuli 25 vastausta hiljaisesta kesästä huolimatta. Suurin osa vastaajista osallistui toimintaamme yhden tai useamman kerran viikossa. Vastauksista käy ilmi, että kohtaamispaikkojen avautuminen oli todella odotettu asia. Monellekaan vastaajalle (16/25) etätoiminta ei sopinut. Pienelle osalle jäsenistä taas discordista oli tullut tärkeä keskustelukanava. Hyvien Tuulten toiminnan vaikutukset olivat saman suuntaiset kuin aiemmissa kyselyissä. Toiminnasta on saatu kavereita ja yksinäisyyden tunne on vähentynyt. Kysyimme myös koronaan liittyvästä ahdistuksesta. Vastausten mukaan yhdistyksen toimintaan osallistuminen hälvensi paljon tai jonkin verran koronaan liittyvää ahdistusta tai pelkoa 15 vastaajalla. Suurin osa vastaajista kokee, että toimintaan osallistuminen kannattaa, yleisarvosanalla 4,55 / 5. Kyselyn avoimeen vastauskenttään oli vastattu muun muassa näin: "Ihana, että yhdistys avautui" ja "Yhdistys auttanut elämäni ratkaisevasti".

Koko vuotta 2021 koskevan palautekyselyn tulokset olivat hyvin samanlaiset. Kyselyyn vastauksia saatiin 30 kappaletta. Suurin osa kokee Kohtaamispaikan turvalliseksi (27/30 vastaajaa oli samaa mieltä tai osittain samaa mieltä). Toiminta koettiin virkistävänä ja mielekkäänä (25/30 vastaajaa). Suurin osa vastaajista on toimintaan osallistumisen myötä saanut rohkeutta kohdata muita ihmisiä ja on toiveikkaampi tulevaisuuden suhteen (26/30 vastaajaa). Toimintaan osallistumisen kannatus pysyi myös samana. Avoimissa vastauksissa toivottiin mm. lisää kävijöitä ja lisää edullisia liikuntaryhmiä. Avoimissa vastauksissa olleet kaikki terveiset vietiin työntekijöiden ja hallituksen jäsenten käsiteltäviksi. "Hyvä paikka. Toivottavasti toiminta jatkuu edelleen."

11.2. Hallituksen kehittämispäivät

Toiminnan arvioinnin apuna yhdistyksenhallitus on käyttänyt muuan muuassa MTKL:n ”arvioinnin ja kehittämisen työkalua”, joka auttaa hahmottamaan toiminnan vahvuuksia ja kehittämistarpeita.

Vuonna 2021 hallituksen kehittämispäivää ei pidetty, mutta sen sijaan pidimme virkistysviikonlopun Vantaan kaupungin Kukkonotkon leirikeskuksessa. Siellä oli mukana melkein koko hallitus ja palkatut työntekijät, tarkoituksena oli tutustua puolin ja toisin.