

VUODEN VIESTIT

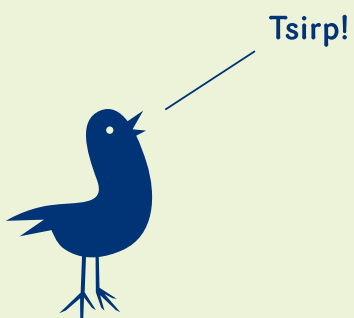


Suomen Mielen­terveysseuran
VUOSIKIRJA 2009

SUOMEN
MIELEN-
TERVEYS-
SEURA

SUOMEN MIELENTERVEYSSEURA

- yhteiskunnallinen vaikuttaja mielenterveysasioissa
- mielenterveyden ja mielenterveysosaamisen edistäjä
- vaikeissa elämäntilanteissa ja kriiseissä olevien auttaja
- mielenterveyskuntoutujien tukija
- kansalaistoimija ja paikallinen vaikuttaja
- kansainvälinen toimija

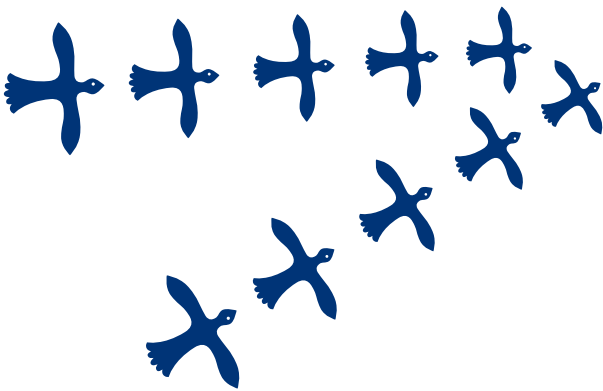




Suomen Mielenterveysseuran
vuosikirja 2009

VUODEN VIESTIT





Toimitus: Tarja Heiskanen, Jaana Arho
Taitto: Taina Ståhl, Mainostoimisto Visuviestintä Oy
Painopaikka: Painojussit Oy, 2010

ISBN 978-952-5513-70-7





Sisällys

Puheenjohtajan katsaus	
Mielen ja kehon sairaudet kietoutuvat toisiinsa	5
Toiminnanjohtajan katsaus	
Terveyserojen kaventaminen ykköstavoitteeksi: Sanoista tekoihin	9
Yhteiskunnallinen vaikuttaminen	
Mielenterveyden edistäminen on kaikkien etu	11
Mielenterveysseuran toimintalinjat	15
Kansalaistoiminta	
Vaikuttamista, auttamista ja yhteisöllisyyttä	17
Kotimainen ja kansainvälinen yhteistyö	
Vilkasta vuorovaikutusta ja ajatusten vaihtoa	21
Viestintä	
Viestinnällä tehdään mielenterveyttä näkyväksi	23
Koulutus-, tutkimus- ja kehittämistoiminta	
Vahvaa osaamista ja uusia avauksia	27
Kriisipalvelut ja varhaiskuntoutus	
Osaavaa apua kriiseissä	31
Hankkeet	37
Hallinto	41
Liitteet	44



Mielen ja kehon sairaudet

KIETOUTUVAT TOISIINSA

Mielen ja kehon sairaudet kietoutuvat toisiinsa monin tavoin. Vakava sairaus aiheuttaa ainakin jossakin sairastamisen vaiheessa masentuneisuutta. Pitkäaikainen masentuneisuus taas aiheuttaa elimellisiä sairauksia, kuten sydän- ja verisuonisairauksia tai diabetesta.

Ystävät suojaavat sairaudelta

Tiedetään, että yksinäisyys lisää sairastumisen ja ennenaikaisen kuoleman vaaraa. Eronneet kuolevat sepelvaltimotautiin yli kaksi kertaa useammin kuin naimisissa olevat. Syyt voivat olla hyvin yksinkertaisia. Hyvä vaimo valmistaa terveellistä ruokaa, saa miehensä lopettamaan tupakoinnin ja huolehtii siitä, ettei tämä tule kovin huonossa kunnossa illalla kotiin. Yksinäisyyden vaikutukset ovat kuitenkin yksilöllisiä ja riippuvat olosuhteista. Riitainen parisuhde voi lisätä sairastumisriskiä, ja joillekin yksin eläminen sopii; silloin se on terveyden kannalta hyvä asia.

Tärkeä sepelvaltimotaudilta ja monilta muiltakin sairauksilta suojaava tekijä on ihmissuhteiden määrä ja laatu. Mitä enemmän ihmisellä on ystäviä ja mitä aktiivisempi hän on, sen pienempi on sairastumisvaara. Vaikutus näyttää olevan erityisen voimakas jo sairastuneilla: sydäninfarktin jälkeinen toipumisennuste on sitä parempi, mitä enemmän ihmisellä on ystäviä ja tukea.

Suuret elämänmuutokset, kuten läheisen kuolema, työpaikan vaihto tai työttömäksi jääminen, lisäävät sairastumis- ja kuolemanvaaraa. Elämänmuutoksiin liittyvä sairastumisvaara on kuitenkin useimmiten ohimenevä ilmiö. Kun uuteen tilanteeseen totutaan, riski palautuu entiselle tasolle tai ainakin lähelle sitä. Vaaran suuruus riippuu sosiaalisen tuen määrästä. Mitä enemmän läheiset auttavat meitä, sen helpommin vaikeista tilanteista voi selviytyä.



Vihamielisyys altistaa sairaudelle, ei kiire tai työn määrä

Aiemmin arveltiin kiireisen ja kunnianhimoisen ihmisen sairastuvan sepelvaltimotautiin rauhallista ja vähään tyytyvää useammin. Alun pitäen Yhdysvalloissa kuvattuja eroja ei ole kuitenkaan voitu vahvistaa monissa muissa väestöissä. Uudempien tutkimusten mukaan sepelvaltimotaudille altistavat vihamielisyys, ärtyvyys ja kyynisyys.

Työn määrä ja edes kiire eivät näytä olevan ainakaan suoraan yhteydessä terveyteen ja sairauteen. Vaarallisia asioita ovat työn pakkotahtisuus ja puuttuvat mahdollisuudet vaikuttaa itse töiden järjestelyyn ja sisältöön. Myös komenteleva esimies ja huonot ihmisuhteet työpaikalla ovat vaaratekijöitä.

Elimelliset sairaudet tärkeä masennuksen syy

Elimelliset sairaudet ja niiden hoidossa käytetyt lääkkeet aiheuttavat usein masennusoireita. Syynä voivat olla häpeäntunne, avuttomuus, kipu ja toimintakyvyn menetyksen tai kuoleman pelko. Parasta hoitoa on perussairauden hoito, ja jos kyse on lääkkeen sivuvaikutuksesta, lääkkeen lopettaminen tai annoksen pienentäminen. Masennusoireita voidaan useimmiten lievittää tuen, ymmärryksen ja erilaisten psykoterapeuttisten keinojen avulla.

Pitkäaikaisista ja vakavista elimellisistä sairauksista kärsiville potilaille saattaa kehittyä vakava masennustila, jonka hoidossa tarvitaan masennuslääkkeitä. Oikein toteutettu hoito voi täysin korjata masennustilan ja edistää kuntoutumista ja parantumista. Moni potilas, jolla on kroonisia kiputiloja tai väsymysoireita, hyötyy merkittävästi masennuslääkehoidosta.

Psyykinen kriisi voikin liittyä mihin tahansa sairauteen ja mihin tahansa sairauden vaiheeseen. Sairauden vaikeusasteella ja vaiheella on tärkeä merkitys, ja reaktiot ovat erilaisia sairauden toteamisvaiheessa, hoidon aikana, sairauden uusiutuessa ja elämänvaiheessa ennen kuolemaa eli saattohoitovaiheessa. Masentuneisuutta saattaa esiintyä myös sairauden toipumisvaiheessa, esimerkiksi suurten leikkausten jälkeen.

Masennus ja sydän

Ihmisten mielissä suru ja menetykset on aina yhdistetty sydämeen. Tällainen yhteys näyttää todella olevan. Masentuneet sairastuvat useammin



sepelvaltimotautiin kuin ei-masentuneet, eikä yhteys häviä, vaikka muiden riskitekijöiden, kuten veren kolesterolin, verenpaineen ja tupakoinnin, vaikutus otetaan huomioon. Masennus näyttää vaikuttavan sepelvaltimotaudin kulkuun monella tavalla. Se voi ahtauttaa sepelvaltimoja, aiheuttaa rytmihäiriöitä tai voi laukaista sydänkohtauksen, jos sepelvaltimot ovat jo ahtautuneet.

On helppo ymmärtää, että erilaiset sydänoireet aiheuttavat masennusta, mutta edelleen on epäselvää, miten masennus aiheuttaa sepelvaltimotautia, sydäninfarkteja, sydänkuolemia ja aivohalvauksia. Suositun teorian mukaan masennus aiheuttaa autonomisen hermoston säätelyhäiriön, joka vuorostaan laukaisee sydämen rytmihäiriöitä.

Masentuneisuuden ja sydän- ja verisuonitautien välinen yhteys voi johtua myös muunlaisista ilmiöistä. Masentunut, usein yksinäinen ja eristäytynyt ihminen ei jaksakaan liikkua, ei pysty huolehtimaan terveellisestä ruokavaliosta, syö suruunsa ja lihoo. Tupakoinnin lopettamiseen ei riitä energiaa, kun tulevaisuus näyttää joka tapauksessa synkältä. Toivottomuuden tunne on yksi masennuksen yleisimmistä oireista. Sen on osoitettu liittyvän äkkikuoleman riskiin, mutta se ennustaa myös sepelvaltimotaudin kehittymistä.



Vertaistukea ja välittämistä

Kansalais- ja kansanterveysjärjestöillä on tärkeä tehtävä ihmisten mielen ja kehon hyvinvoinnin vaalimisessa. Vaikuttamis- ja valistustyöllä, matalan kynnyksen kriisiavulla, vertaistuella ja monipuolisella vapaaehtois-toiminnalla Mielenterveysseura on vuosien varrella tukenut ja auttanut satoja tuhansia ihmisiä.

Järjestöt edistävät myös tärkeää välittämisen kulttuuria tarjotessaan kansalaisille väylän olla yhdessä, harrastaa kulttuuria, liikkua ryhmissä ja toimia oman ja läheisten terveyden hyväksi monin keinoin. Mieli ja keho kietoutuvat toisiinsa monin tavoin myös järjestöjen työssä ja tavoitteena on tutun sanonnan tavoin: Terve sielu terveessä ruumiissa.

Jussi Huttunen

puheenjohtaja
Suomen Mielenterveysseura



Terveyserojen kaventaminen ykköstavoitteeksi

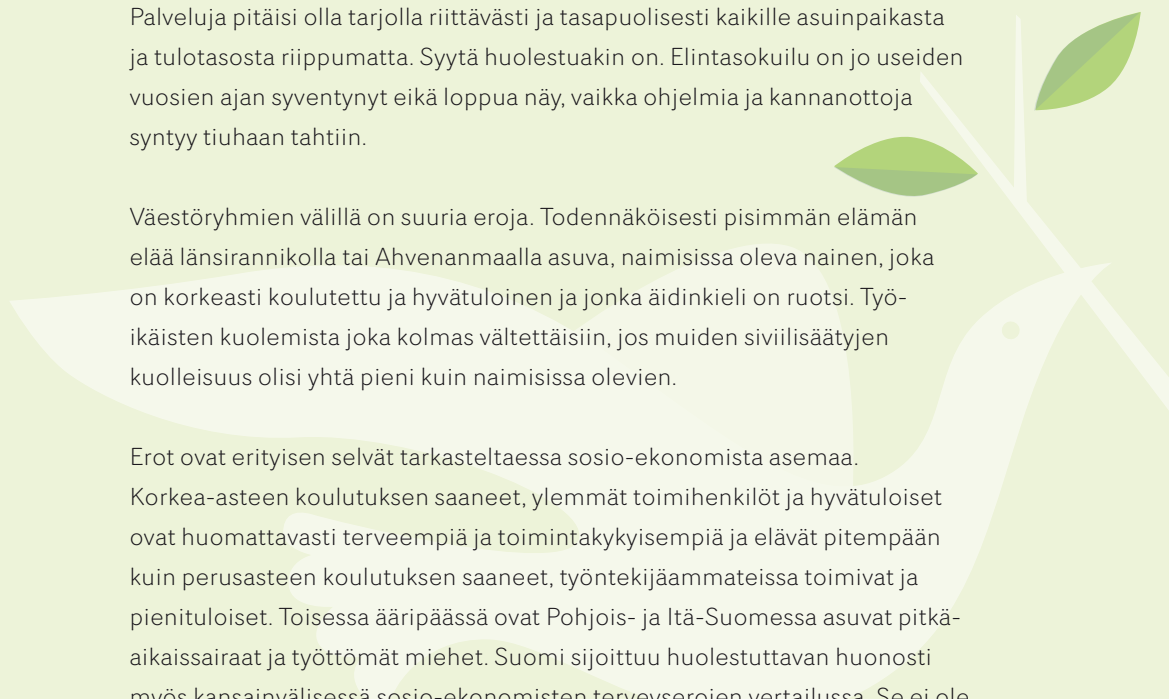
SANOISTA TEKOIHIN

Kasvatvat terveyserot huolestuttavat niin päättäjiä kuin kansaa. Veronmaksajia tarvitaan, eläkeikää pitäisi nostaa ja saada nuoret aiemmin töihin. Palveluja pitäisi olla tarjolla riittävästi ja tasapuolisesti kaikille asuinpaikasta ja tulotasosta riippumatta. Syytä huolestuakin on. Elintasokuilu on jo useiden vuosien ajan syventynyt eikä loppua näy, vaikka ohjelmia ja kannanottoja syntyy tiuhaan tahtiin.

Väestöryhmien välillä on suuria eroja. Todennäköisesti pisimmän elämän elää länsirannikolla tai Ahvenanmaalla asuva, naimisissa oleva nainen, joka on korkeasti koulutettu ja hyvätuloinen ja jonka äidinkieli on ruotsi. Työikäisten kuolemista joka kolmas vältettäisiin, jos muiden siviilisäätyn kuolleisuus olisi yhtä pieni kuin naimisissa olevien.

Erot ovat erityisen selvät tarkasteltaessa sosio-ekonomista asemaa. Korkea-asteen koulutuksen saaneet, ylemmät toimihenkilöt ja hyvätuloiset ovat huomattavasti terveempiä ja toimintakykyisempiä ja elävät pitempään kuin perusasteen koulutuksen saaneet, työntekijäammateissa toimivat ja pienituloiset. Toisessa ääripäässä ovat Pohjois- ja Itä-Suomessa asuvat pitkäaikaissairaat ja työttömät miehet. Suomi sijoittuu huolestuttavan huonosti myös kansainvälisessä sosio-ekonomisten terveyserojen vertailussa. Se ei ole kunniaksi maallemme, joka mielellään profiloituu hyvinvointiyhteiskuntana.

Huono-osaisuuden kuva synkkenee entisestään, kun tarkastellaan ihmisiä, joilla on mielenterveysongelmia. Suomalaisten odotettavissa oleva elinaika on jatkuvasti pidentynyt. Myös psyykkisiä sairauksia sairastavien elinaika on pidentynyt, mutta se on edelleen tutkimusprofessori Kristian Wahlbeckin mukaan miehillä 15 ja naisilla 11 vuotta lyhyempi kuin väestöllä keskimäärin.



Synkkä tilanne on monen tekijän summa. Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen mukaan mielenterveyskuntoutujien fyysisiä sairauksia hoidetaan heikommin kuin muiden. Suomessa tilannetta ei ole tutkittu, mutta muualta tiedetään, että mielenterveyspotilaan on muita vaikeampi päästä esimerkiksi sepelvaltimoleikkaukseen tai saada kolesterolilääkkeitä. Mielen häiriö koetaan niin vaikeaksi, että muut sairaudet jäävät hoitamatta. Mielenterveyskuntoutajat ovat usein työterveyshuollon ulkopuolella ja yksityislääkäreihin harvalla on varaa. Kuntoutujan elämää saattaa leimata köyhyys ja syrjäytyminen, mutta myös epäterveelliset elintavat.

Mitä pitäisi tehdä tilanteen korjaamiseksi? Mikä on kansalaisjärjestöjen rooli? Mielenterveyden edistäminen ja ongelmien ehkäisy sekä varhainen tuki ja puuttuminen kuulostavat jo kuluneilta fraaseilta. Ne ovat kuitenkin keskeisiä keinoja inhimillisen kärsimyksen vähentämiseksi. Mutta myös talouden näkökulmasta tärkeintä on ehkäistä ongelmia ja sairauksia ajoissa.

Voimavaralähtöinen mielenterveyden edistäminen kasvattaa henkisen hyvinvoinnin varantoa. Silloin on mistä ottaa, kun elämän kriisit joka tapauksessa meitä kaikkia kohtaavat. Matalan kynnyksen ”palveluvalikko” takaa avun ja tuen saannin mahdollisimman helposti silloin kun omat ja lähipiirin voimavarat eivät riitä. Verkko- ja puhelinauttaminen, ryhmätoiminnot ja kaikille avoimet kriisikeskukset ovat järjestölähtöisen auttamisen muotoja. Monipuolinen vapaaehtoistyö ja vertaistuki ovat järjestöille ominaisia toimintoja. Yhteisöllisyyden ja osallisuuden kokemusten tarjoaminen niille, jotka muuten helposti syrjäytyvät, on järjestöjen keskeinen tehtävä. Liikunta ja kulttuuri tarjoavat vielä paljon käyttämättömiä mahdollisuuksia terveyden edistämisessä.

Terveyserojen kasvun pysäyttäminen edellyttää monimuotoista toimeen tarttumista. Köyhyyden ja syrjäytymisen ehkäisy, laadukkaat ja kattavat sosiaali- ja terveystalvet, osatyökykyisten työllistymisen edistäminen, asenteisiin vaikuttaminen, terveelliset elintavat, yhteisöllisyyden ja osallisuuden edistäminen – siinä tehtävää meille kaikille. Vaikka se vaikuttaa ylivoimaiselta, kannattaa muistaa, että terveyserojen kasvu ei ole luonnon laki, vaan ihmisten päätösten ja valintojen seurausta.



Marita Ruohonen

toiminnanjohtaja
Suomen Mielenterveysseura

Mielenterveyden edistäminen on



KAIKKIEN ETU

Suomen Mielenterveysseura on kansanterveys- ja kansalaisjärjestö, joka toimii yhteiskunnallisena vaikuttajana ja mielen-terveyden asiantuntijana valtakunnallisissa, alueellisissa ja kansainvälisissä kysymyksissä. Vuonna 1897 perustettu seura on maailman vanhin alan vapaaehtoistyötä tekevä järjestö.

Mielenterveysseuran toiminnan perustana on näkemys mielen-terveydestä yksilön ja yhteiskunnan voimavarana. Seura korostaa mielen-terveyden edistämisen ja tukemisen sekä ehkäisevän työn merkitystä yhteiskunnan eri toimintata-soilla. Ihmisten henkiseen hyvinvointiin vai-kuttavia päätöksiä tehdään kaikilla yhteiskun-taelämän lohkoilla.

Toimintavuonna Mielenterveysseuran työtä viitoitti vuosille 2008–2010 hyväksytty strategia.

Mielenterveysseura osallistui yhteiskun-nalliseen keskusteluun ja nosti julkisuuteen kansalaisten mielen-terveyteen vaikuttavia asioita, ilmiöitä ja esimerkkejä. Muun me-dia yhteistyön rinnalla jo 49 vuotta ilmes-tynyt Mielenterveys-lehti tuo esiin ajan il-miöitä mielen-terveyden näkökulmasta.

Niin ikään vuonna 2009 uudistettu kotisivu www.mielenterveysseura.fi toimii tärkeänä mielen-terveysasioiden tiedonväylänä.

Vaikuttamista monella taholla

Mielenterveysakatemia toimii yhdeksättä vuotta ja tarjoaa eri elämäntilojen tunnetuille kansalaisille keskustelufoorumien ajankohtais-ten mielen-terveysasioiden pohdintaan.

Akatemialaisten toivotaan tuovan uusia herätteitä Mielenterveysseuran työhön ja an-tavan mielipiteillään painoarvoa mielen-terveydelle. Akatemian jäsenille tiedotettiin seuran kannanotoista ja yksittäiset jäsenet ottivat osaa seuran tapahtumiin.

Mielenterveysakatemian puheenjohtajana oli seuran valtuuston puheenjohtaja Jouko

Lönnqvist ja jäsenenä tohtori Pentti Arajärvi, teollisuusneuvos Antero Ikäheimo, elokuvaohjaaja Aki Kaurismäki, ylijohdaja Kalevi Kivistö, rouva Tellervo Koivisto, toimitusjohtaja Sinikka Mönkäre, toimitusjohtaja Kirsti Paakkanen, arkkiaatri Risto Pelkonen, piispa Wille Riekkinen, professori Juha Siltala, toimittaja Maarit Tastula ja seuran puheenjohtaja Jussi Huttunen.

Toimintavuonna järjestettiin kolmannen kerran mielenterveystyön keskeisiä kysymyksiä päivittävä valtakunnallinen, monialainen koulutustapahtuma **Mieli 2009 – kansalliset mielenterveyspäivät**. Päivät pidettiin Rovaniemellä yhteistyössä THL:n, Lapin sairaanhoitopiirin, Rovaniemen kaupungin ja Lapin lääninhallituksen kanssa. Lähes 40 asiantuntijaluentoa sisältäneet päivät kokosivat yhteen päättäjiä, poliitikkoja, alan ammattilaisia ja tutkijoita. Keskeistä oli yhteinen huoli mielenterveys- ja päihdesuunnitelman merkityksestä ja jatkosta tulevaisuudessa.

Kansainvälistä itsemurhien ehkäisyä vietettiin 10. syyskuuta seitsemännen kerran. Seura järjesti ikääntyneiden itsemurhia käsittelevän seminaarin ”Vanhuus ja itsemurhat – syitä ja seurauksia” yhteistyössä Itsemurhan tehneiden läheisten, Surunauhahan kanssa.

Maailman mielenterveyspäivänä 10. loka-kuuta vaadittiin mielenterveyspalvelujen saatamista samanarvoiseksi perusterveydenhuollon muiden palvelujen kanssa. Paikalliset mielenterveysseurat veivät mielenterveyspäivän ajatuksia eteenpäin teemalla Terveys mielessä.

Vuoden 2009 mielenterveyspalkinnon sai

sosiaalipolitiikan tutkija Jouko Karjalainen Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksesta.

Kannanottoja ja lausuntoja

Seura esitti huolestumisensa siitä, että epäoikeudenmukaisuus ja eriarvoisuus uhkaavat mielenterveyttä. Keväällä yli 20 000 kansalaista allekirjoitti netissä ja tapahtumissa mielenterveysjärjestöjen yhteisen vetoomuksen, jossa vaadittiin kunnilta riittävien ja tasokkaiden mielenterveyspalveluiden järjestämistä. Vetoomus luovutettiin loppuvuodesta peruspalveluministerille.

Mielenterveysseura vaikuttaa aktiivisesti lainsäädäntöön kannanotoilla, lausunnoilla ja selvityksillä. Seura otti kantaa muun muassa vaihtoehtohoitoja koskevan lainsäädännön tarpeita selvittäneen työryhmän työhön, psykoterapiakoulutuksen uudistamiseen, tulevaisuusvaliokunnan hyvinvointimalliselvitykseen, traumaattisten tilanteiden psykososiaaliseen tukeen ja palveluihin, sisäasiainministeriön kansalais- ja kansalaisjärjestöstrategiaan, lakiehdotukseen ulkomaa-laislain muuttamisesta, RAY:stä jaettavien varojen ohjaamiseen ja surmansa saaneen läheisten korvaussuojaan.

Lisäksi seura oli allekirjoittajana sosiaali- ja terveysjärjestöjen yhteisissä kannanotoissa.

Seuran jäsenet olivat asiantuntijoina valtion ja kuntien komiteoissa ja työryhmissä, kuten Rikoksantorjuntaneuvostossa.

Seuran koolle kutsuma **Mielenterveyspoliittinen neuvottelukunta** koostuu edus-

kuntapuolueiden nimeämistä edustajista ja tuo julkisuuteen kannanottoja mielenterveytyksen puolesta. Toimintavuonna neuvottelukunta kokoontui yhden kerran keskustelemaan käytännön mahdollisuuksista tulevien sukupolvien mielenterveyden vahvistamiseksi.

Mielenterveysseuran aloitteesta vuonna 2006 perustetun **Mielenterveyspoolin** tavoitteena on edistää kansalaisten mielenterveyttä ja kohentaa mielenterveyspalveluja tarvitsevien sekä mielenterveytyksen asiakkaiden, omaisten ja läheisten asemaa. Poolin jäsenet kehittävät yhdessä mielenterveyspalveluja ja mielenterveytyötä tekevien työolosuhteita sekä lisäävät mielenterveyden huomioon ottamista yhteiskunnallisissa päätöksenteossa.

Poolin jäsenet

- Fountain House - klubitalojen verkosto ry
- Julkisten ja hyvinvointialojen liitto JHL
- Lähi- ja perushoitajaliitto SuPer
- Mielenterveyden keskusliitto
- Mielenterveysshoitoalan Liitto
- Mielenterveysseura
- Omaiset mielenterveytyksen tukena keskusliitto
- Psykosociale Centralförbundet
- Sosiaalialan korkeakoulutettujen ammattijärjestö Talentia
- Suomen Lastenpsykiatriyhdistys
- Suomen Psykiatriyhdistys
- Suomen Psykogeriatrinen yhdistys
- Suomen Psykologiliitto
- Tehy
- Terveystieteiden akateemiset johtajat ja asiantuntijat

Pysyvässä asiantuntijaroolissa ovat Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen ja Työterveyslaitoksen edustajat. Vuonna 2009 poolin puheenjohtajana toimi Psykosociale Centralförbundet. Mielenterveyspooli kokoontui toimintavuonna viisi kertaa ja järjesti kaksi mielenterveyspalvelujen nykytilaa ja tulevaisuutta käsittelevää seminaaria.

Yhteistyössä muiden kanssa

Mielenterveysseura tekee monella alueella koikeilevaa ja kehittävästä yhteistyötä ja on kysytty yhteistyökumppani myös kansainvälisissä verkostoissa.

Seura oli edustettuna useiden valtakunnallisten hankkeiden ja ohjelmien valmistelutyössä. Mittavimpia olivat kansallisen mielenterveys- ja päihdesuunnitelman valmistelu Mieli 2009 -työryhmässä, sisäisen turvallisuuden ohjelmatyöryhmän työhön osallistuminen, Masto-hankkeen työryhmät, Terveyden edistämisen politiikkaohjelman valmisteluryhmät sekä vaihtoehtohoitoja koskevan lainsäädännön tarpeita selvittänyt työryhmä ja Pohjanmaa -hanke.

Toimintavuonna seura oli osallisena monissa sosiaali- ja terveysjärjestöjen välisissä yhteistyöhankkeissa.

Seura oli osallisena myös 22 järjestön yhteisessä apua.info -portaalissa. Laajassa järjestöyhteistyössä seura valmisteli Toiminta-Suomi.fi -portaaliin tulevaa terveyden edistämistä painottavaa verkkotuotantoa ja tuotti sivustolle mielenterveyspilottia.

Seura on edustettuna Terveyden edistämisen keskuksen terveyttä edistävän viestintähankkeen ohjausryhmässä ja ToimintaSuomi.fi -portaalin ohjausryhmässä. Toimintavuonna seura liittyi ProMenPol -yhteistyöverkostoon, jossa arvioitiin verkostossa käytössä olevia mielenterveyden edistämisen työkaluja.

Mielenterveysasioiden edunvalvontaa

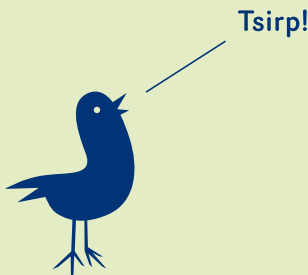
Mielenterveysseura seuraa julkisen palvelusektorin toimivuutta ja palvelujen riittävyyttä mielenterveyden näkökulmasta. Seuran kevätvaltuuston seminaari järjestettiin

aiheesta Mieli 2009 – kansallinen mielenterveys- ja päihdetyön malli ja syysvaltuuston seminaarin aiheena oli Syrjäytyneet ja syrjäytetyt – mitä pitäisi tehdä?

Euroopan Unionin mielenterveyspolitiikan muotoutumiseen kolmannen sektorin näkökulmasta Mielenterveysseura osallistui Mental Health Europe -yhteistyöjärjestön hallituksessa ja työryhmissä, jotka valmistelivat tasa-arvoisuuteen ja syrjäytymisen ehkäisemiseen liittyviä toimia. Mielenterveysseura järjesti MHE:n toimeksiannosta myös yhden viidestä National Focal Points -työkokouksista, joiden tavoitteena oli tukea uusien mielenterveysjärjestöjen työtä. Helsingissä pidetyssä kolmipäiväisessä kokouksessa oli osallistujia viidestä maasta.

VUODEN MERKKIPAALUT

- Kansainvälisenä itsemurhien ehkäisypäivänä 10. syyskuuta keskusteltiin vanhusten itsemurhasta
- Maailman mielenterveyspäivänä 10. lokakuuta vaadittiin mielenterveyspalvelujen saamista samanarvoisiksi perusterveydenhuollon muiden palveluiden kanssa.
- 20 000 kansalaista kirjoitti vetoomuksen mielenterveyspalvelujen puolesta.
- Mielenterveyspooli vei 16 järjestön ja asiantuntijatahon kanssa mielenterveysasioita eteenpäin.
- Mielenterveysseura järjesti Suomessa Mental Health European toimeksiannosta yhden viidestä National Focal Points työkokouksista uusien mielenterveysjärjestöjen työn tukemiseksi.



Mielenterveysseuran

TOIMINTALINJAT



Mielenterveysseuran kolmivuotisen strategian osa-alueet konkretisoituvat seuran *viidellä toimintalinjalla* linjojen välisessä yhteistyössä.

Kansalaistoimintojen linjalle kuuluvat järjestö- ja aluetyö sekä vapaaehtoistoimintana toteutettavan tukihenkilötyön kehittäminen. Vapaaehtois- ja tukihenkilötoiminnan koulutusta järjestetään paikallisten seurojen tukihenkilöille ja muille vapaaehtoistoimijoille sekä yhteistyötahoille.

Linjalla toteutettavia hankkeita olivat toimintavuonna Liiku mieli hyväksi, Nuorten ehkäisevä kriisityö ja Perheliikunnan koordinointi.

Mielenterveyden edistämisen linjan toiminta jakautuu viiteen osa-alueeseen: mie-

lenterveyspoliittinen vaikuttaminen, valistustyö, yhteisöviestintä, julkaisu- ja kirjatuoantanto sekä Mielenterveys-lehti.

Linjalla kehitetään mielenterveyden edistämisen sisältöjä yhteistyössä seuran muiden linjojen ja ulkopuolisten toimijoiden kanssa.

Linjan kehittämishankkeita olivat OK-hanke, jolla tuetaan terveystiedon opetuksessa lasten ja nuorten arkista mielenterveysosaamista sekä siinä luotua opetusmallia ja aineistoa hyödyntävät Peruskoululaisten mielenterveystaidot ja Hyvän mielen koulu-hankkeet.

Mielenterveyspalvelujen linjalla SOS-keskus tarjoaa kriisipalveluja pääkaupunkiseudulle, osallistuu Tukinet-verkkopalvelussa kriisiauttamiseen, koordinoi ja yllä-

pitää valtakunnallista kriisipuhelinta sekä Etelä-Suomen rikosuhripäivystystä ja järjestää varhaiskuntoutusta. SOS-auton toiminta päättyi vuoden lopussa.

Linjan kehittämishankkeita toimintavuonna olivat E-mielenterveyshanke ja OVI – maahanmuuttajien kansalaistoiminnan kehittäminen.

Koulutuskeskus kouluttaa, tutkii ja kehittää psykoterapiatyön, psykososiaalisen auttamisen ja mielenterveyden jaksamisen teema-alueilla. Koulutuskeskuksen kautta hoidetaan koko Mielenterveysseuran asiantuntijayhtei-

sön koulutus-, konsultaatio- ja työnohjauspalvelut.

Koulutuskeskuksen kehittämishankkeita olivat toimintavuonna Koti terapian kontekstina ja Yrittäjien hyvinvointikilta.

Hallinnon linjalle sijoittuvat johto ja kansainvälinen toiminta, hallinto ja talous, tietohallinto, sijoitus- ja rahoitustoiminta sekä markkinointi.

Mielenterveysseuran hallituksen puheenjohtaja on professori Jussi Huttunen.

Valtuuston puheenjohtaja on tutkimusprofessori Jouko Lönnqvist.





Vaikuttamista, auttamista ja

YHTEISÖLLISYYTTÄ

Kansalaisjärjestyksen olennainen perusta on aktiiviset kansalaiset. He toimivat viestin tuojina ja viejinä kentältä Mielenterveysseuraan ja Mielenterveysseurasta kentälle. Paikallinen mielenterveysseura tarjoaa jäsenilleen sekä vaikuttamiskanavia oman kotipaikkakunnan asukkaiden hyvinvoinnin kohentamiseen että mahdollisuuksia käytännön auttamistyöhön. Kansalaistoiminta on myös paljon muuta - olennainen osa sitä on yhdessäolo ja yhteisöllisyyden ja välittämisen kulttuurin vahvistaminen.

Arviointia, kehittämistä ja tukemista

Vuoden 2009 tavoitteena oli yhteistyössä paikallisten mielenterveysseurojen kanssa kehittää kansalaistoimintaa, tukihenkilötoimintaa ja mielenterveyttä tukevaa liikuntatoimintaa

sekä toimia yhteistyössä muiden kansanterveysjärjestöjen kanssa. Paikallisten mielenterveysseurojen kanssa aloitettiin uuden strategian valmistelu kokoamalla alueilta tietoa sekä tilastojen että pohdintojen avulla. Niin ikään olennaista oli myös eri toimintamuotojen laadun arvioinnin ja sitä tukevien työkalujen kehittäminen sekä hyvinvointitreenien toteuttaminen uutena toimintamuotona.

Paikalliset mielenterveysseurat toteuttivat vuonna 2009 toiminnan itsearviointia ja riskien kartoitusta ensimmäisen kerran. Vuosittain jaettava Kansalaistoiminnan palkinto myönnettiin Kuhmon mielenterveysseuralle ansiokkaasta kansalaistoiminnasta.

Seurojen työtä tuettiin monella tavalla: järjestämällä valtakunnallisia koulutuksia, alueellisia koulutus- ja neuvottelupäiviä, mielenterveyden ensiapukoulutuksia sekä kehittämispäiviä.

Mielenterveysseurojen toimijoille avattiin uudistetut extranet-sivut tiedonvälityskanavaksi ja areenaksi yhteiselle mielipiteiden vaihdolle. Mielenterveys-lehdessä paikalliselle toiminnalle on omat sivut. Yhteistyössä mielenterveysseurojen kanssa esiteltiin seuran toimintaa messuilla ja yleisötapahtumissa, esimerkiksi Maailman mielenterveyspäivänä.

Yksikössä tuotettiin kaksi kirjaa: Työnohjaamisen taito ja Muutos ja pysyvyys vapaaehtoistyössä.

- 54 paikallista mielenterveysseuraa, joihin kansalaistoimintojen linjan työntekijät tekivät lähes 200 yhdistyskäyntiä.
- kaksi uutta yhdistystä Kotkaan ja Kokkolaan
- 8 valtakunnallista koulutusta lähes 300:lle paikallisten mielenterveysseurojen toimijalle
- 41 alueellista koulutusta noin 550:lle toimijalle
- 42 muuta koulutusta noin 1 400:lle muulle ulkopuoliselle toimijalle
- liikuntapainotteisia ryhmiä, joihin osallistui lähes 300 ihmistä.

Koulutusta lähes 2 200 toimijalle

Toimintavuonna koulutettiin lähes 2 200 joko paikallisten mielenterveysseurojen tai muiden järjestöjen toimijaa. Koulutuksia järjestettiin muun muassa uusille toimijoille ja hyvinvointivastaaville. Mielenterveyden ensiapu 1 ja 2^o

-koulutuksia pidettiin usealla paikkakunnalla noin 60 osallistujalle.

Kriisikeskusten toimijoille järjestettiin SOS-kriisikeskuksen kanssa koulutus- ja kehittämispäiviä. Yhteistyössä valtakunnallisen kriisipuhelimen kanssa järjestettiin tukityön laatupäivät, joihin osallistui toista sataa paikallista mielenterveysseuraa. Tukihenkilöiden peruskoulutuksia järjestettiin 11 paikallisessa mielenterveysseurassa.

Selviytymispolkuja elämään

Tukihenkilöt auttavat selviytymään elämänsä kriiseistä etsien yhdessä selviytymispolkuja ja luoden uskoa tulevaisuuteen. Tukihenkilöt ovat henkilökohtaisena tukena vaikeassa elämäntilanteessa, toimivat kriisipuhelinpäivystäjinä ja verkkokriisikeskus Tukinetissä. Tukihenkilöt myös ohjaavat vertaisryhmiä, joissa osallistujia oli lähes 1000.

Toimintavuonna hyvinvointivastaava-toiminta kehittyi ja monipuolistui. Eri kohderyhmille järjestettiin liikuntatoimintaa, kokonaisvaltaista hyvinvointia edistävää hyvinvointitreenit -ryhmätoimintaa ja terveyden edistämiseen liittyviä yleisötilaisuuksia. Erityisenä kohderyhmänä olivat ikääntyvät ja vähän liikkuvat aikuisikäiset. Myös hyvinvointitreenejä kohdennettiin ensimmäisen kerran yli 65-vuotiaille Tradeka-yhtymän lahjoitusvaroin.

Tukihenkilöitä ja vapaaehtoisia tukihenkilövastaavia oli yhteensä noin 1 200.

- 1120 koulutettua tukihenkilöä
- 76 vapaaehtoista tukihenkilövastaavaa
- yksilötukea 380 ihmiselle
- kriisipuhelinpäivystyksessä liki 600 tukihenkilöä
- ryhmänohjaajina noin 150 tukihenkilöä
- hyvinvointitreenit[®] -ryhmiä 16 ja osallistujia 130
- kriisikeskusverkostossa noin 19 500 uutta asiakaskohtaamista

Yhteistyössä yhdistysjäsenten kanssa

Mielenterveysseura edistää yhdistysjäsentensä kanssa henkistä hyvinvointia sekä käytännön hankkein että tiedonvaihdon, koulutuksen, asiantuntijatehtävien ja tiedotuksen keinoin.

Verkostoyhteistyötä tehtiin muun muassa Maaseudun tukihenkilöverkon, Tukinet-verkoston ja Sosiaalipedagogiikan säätiön sekä Takuu-Säätiön kanssa vertaistalousneuvonnan Omille jaloille -projektissa.

Paikallisten mielenterveysseurojen hankkeita

- Tukihenkilötoiminta – Kuntouttavaa apua arkeen -hanke Helsingissä
- Nuorten masentuneiden tuki -hanke Tasapainon hetkiä Hyvinkäällä
- Lähisuhdeväkivalta -hanke Hyvinkäällä
- Nuorten ja nuorten aikuisten tukitoiminnan kehittämisen hanke Kajaanissa
- Tukihenkilötoiminnan kehittäminen – Lähituki-hanke Kymenlaaksossa
- Läheisensä menettäneille suunnattujen tukimuotojen kehittämisen ja koordinoinnin hanke - Feeniks Turussa
- Psykososiaalisen tukitoiminnan kehittäminen perheille Itä-Savossa -hanke Savonlinnassa
- Nuorten syrjäytymisen varhaisen ehkäisemisen -hanke Turvake Vihdissä
- Pulinapaja-hanke Mikkelissä, Oulussa, Lahdessa ja Raumalla

VUODEN MERKKIPAALUT

- Paikallisten seurojen yhdistys- ja tukihenkilötoiminnan laadun kehittäminen. Kehittämisen tueksi tuotettiin itsearviointimalli ja Tukityön hyvät käytännöt -opas sekä järjestettiin Tukityön laatupäivät. Samoin tuotettiin Muutos ja pysyvyys- ja Työnohjaamisen taito -kirjat.
- Hyvinvointitreenit[®]-ryhmätoiminnan malli jalkautettiin uusille paikkakunnille ja uudelle kohderyhmälle. Ryhmiin osallistui 130 henkilöä.
- Monipuolista koulutusta sekä paikallisten seurojen että muiden tahojen toimijoille. Koulutustilaisuuksia 91, joihin osallistui 2 200 henkilöä.

Tsirp!





Vilkasta vuorovaikutusta ja

AJATUSTEN VAIHTOA



Mielenterveysseuralla on edustus julkishallinnon komiteoissa, yhdistysten hallituksissa ja toimikunnissa. Seura oli edustettuna 39 kotimaisessa järjestössä. Toimintavuonna tehtiin tiivistä yhteistyötä etenkin Mielenterveyspoolin, muiden mielenterveysjärjestöjen, Sosiaali- ja terveysjärjestöjen yhteistyöyhdistyksen, Sosiaali- ja terveysturvan keskusliiton, Terveyden edistämisen keskuksen, Suomen köyhyyden ja syrjäytymisen vastaisen verkoston, Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen ja Kelan kanssa.

Mielenterveysseura toimii aktiivisesti myös kansainvälisesti. Seura on edustettuna yhdeksässä kansainvälisessä järjestössä. Tärkeimpiä yhteistyökumppaneita olivat Euroopan perheterapiaseura, kansainvälinen perheterapiaseura, itsemurhien ehkäisyjärjestö, kriisipuhelinpalvelujen liitto, kansainvälisen sosiaalipolitiikan Suomen toimikunta, köyhyyden ja syrjäytymisen vastainen verkosto ja WHO:n Miesten terveysfoorumi.

Seura on toiminut pitkään maailman ja Euroopan alueen vapaaehtoisessa mielenterveystyössä. Seuran toiminnanjohtaja oli Mental Health Europen hallituksen jäsen ja viestintäjohtaja hallituksen henkilöjäsen (30.4.2009 saakka).

Mielenterveyden maailmanliiton kongressi järjestettiin Ateenassa, johon seurasta osallistui useita edustajia.

Kansainvälisen itsemurhien ehkäisy päivän seminaari pidettiin 9. syyskuuta, nyt seitsemän kerran. Mielenterveyden maailmanliiton ja WHO:n nimeämää Maailman mielenterveyspäivää vietettiin Suomessa 10. lokakuuta 17. kerran.

Mielenterveyden ensiapukoulutusta järjestettiin kuntoutujien omaisille ja terveydenhuollon ammattilaisille Karjalan tasavallassa, Petroskoissa. Alueelle perustettiin myös paikallinen mielenterveysseura yhteistyössä Kaakkois-Suomen sosiaalipsykiatrisen yhdistyksen kanssa.





Viestinnällä tehdään

MIELENTERVEYTTÄ NÄKYVÄKSI

Viestinnän perustehtävänä on lisätä mielenterveyden näkyvyyttä yhteiskunnassa, tehdä tunnetuksi seuran työtä sekä tukea seuran aktiivista roolia yhteiskunnallisena vaikuttajana, mielenterveystiedon välittäjänä ja kriisitilanteissa auttajana.

Seuran valtakunnallista ja paikallista työtä tehtiin tunnetuksi toimittajapaamisissa. Yhteyttä medioihin pidettiin sähköpostein sekä STT:n ja seuran oman yhteystiedoston (Genisys) kautta.

Mielenterveysseuran nimikkeellä media-toimisto Cisionin osumia oli 918 ja verkkolehdistä ja nettikeskustelupalstoilta kertyi MeltWaterin kautta vuodessa Mielenterveysseurasta 482 osumaa.

Käsitellyimpiä aiheita olivat nuorten pahoinvointi, masennus ja itsemurhat, ikääntymisen ongelmat, hoitotakuu ja loppuvuodesta enenevästi taloudellisen taantumän vaikutukset mielenterveyteen. Seuran työstä nousivat valtakunnallinen kriisipuhelin, loppuvuodesta uhka SOS-auton lopettamisesta ja au-

ton toiminnan lakkaaminen, mielenterveyden ensiapukoulutus ja kouluhankkeet sekä valtakunnallisesti vapaaehtoistoiminta ja tukihenkilötoiminta.

Seuran ulkoiseen viestintään tarkoitetun uudistetun kotisivun www.mielenterveysseura.fi toimivuutta parannettiin ja toimintoja lisättiin. Etenkin uutisointia aktivoitiin ja seuran työntekijöiden näkemyksille avattiin Seuralainen-blogi. Verkkoviestintäpalvelujen kehittäminen jäi taloudellisen tilanteen vuoksi toimintavuonna kuitenkin puolitehen. Kansalaisille suunnattua mielenterveyttä edistävää sivustoa valmisteltiin, mutta sen julkaiseminen siirtyi vuodelle 2010, koska varmuutta Terveiden edistämisen keskuksen hallinnoimalle ToimintaSuomi -portaalille pääsystä ei saatu.

Viestintä tuotti mielenterveysosaston Oma aika -informaatiokalenteriin, joka jaettiin yläkoulun oppilaille 145 paikkakunnalla (noin 60 000 kpl), Abi-fakta-käsikirjaan kaikille suomenkielisille abeille (40 000 kpl) ja Ammattikorkeakoulukäsikirjaan (20 000 kpl).

- 3 tiedotustilaisuutta
- 17 online-tiedotetta
- 740 sanomalehtileikettä
- 102 aikakaus- ja ammattilehtileikettä
- 39 radio- ja tv-osumaa
- 519 uutistoimisto- ja verkko-osumaa
- Kansainvälinen itsemurhien ehkäisy päivä 10.9.
- Maailman mielenterveyspäivä 10.10.
- Vuoden mielenterveyspalkinto Jouko Karjalaiselle
- Seura esillä yli 30 messu- ja koulutus-tapahtumassa, joissa noin 100 000 kävijää

Sisäistä tiedotusta toteutettiin sähköpostitse ja Intranetissä. Paikallisille toimijoille on seuran sivustolla oma Extranet. Valtakunnalliset tiedotteet lähetettiin kriisikeskusverkostolle ja paikallisille mielenterveysseuroille hyödynnettäväksi alueellisessa tiedotuksessa. Paikallista toimintaa tuotiin esiin Mielenterveyslehden jäsensivuilla ja kotisivun uutisissa. Maailman mielenterveyspäiväksi paikallisille seuroille valmisteltiin oma aineisto ja ohjeistus Terveys mielessä! -teemalla.

MIELENTERVEYSSEURAN JULKAISUT

Lehdet

Mielenterveys

Kuudesti vuodessa ilmestynyt Mielenterveys on seuran julkaisema mielenterveyden erikoislehti, jonka toimituspolitiikkaa ohjaavat seuran toiminnan linjaukset. Lehden kustantaa SMS-Tuotanto Oy.

Lehden kaksivuotinen uudistamisprosessi jatkui. Keväällä päättyi yhteistyöhanke Taideteollisen korkeakoulun mediakonseptilaboratorion kanssa. Sen tuloksena lehden konseptia ajanmukaistettiin ja ulkoasu uudistettiin. Ensimmäinen uudistettu numero oli 4/2009.

Toimintavuonna lehden joka numeroa lainattiin muissa medioissa. Lehti osallistui 14. kerran Aikakausmedian järjestämään Koulu- ja aikakauslehtipäivään, jossa oli mukana yli 3 000 koulua.

Mielenterveys on jäsenlehti Kulttuuri-, mielipide- ja tiedelehtien liitto Kultissa ja esillä Kultin jatkuvassa lehtinäyttelyssä ja tapahtumissa.

Perheterapia

Neljästi vuodessa ilmestynyt perheterapia on Mielenterveysseuran koulutuskeskuksen julkaisema lehti, jonka kustantaa SMS-Tuotanto Oy. Perheterapia on perheterapiaa ja perhe-

verkostokeskeistä työtä tekevien terveydenhuollon, sosiaalihuollon, opetus- ja kasvatustalan sekä sielunhoitotyön työntekijöiden lehti.

Lehti julkaisee artikkeleja käytännössä ja tutkimuksissa koetelluista perheterapian ja muiden psykoterapian suuntausten työmuodoista ja terapiatyön kannalta kiinnostavista teoreettisista pohdinnoista.

Newsletter

Kerran vuodessa verkkoversiona julkaistava englanninkielinen lehti on Mielenterveysseuran kansainvälisen työn väline ja kuuluu maailman mielenterveysjärjestöjen yhteistyöverkostoon. Vuoden 2009 lehti siirtyi julkaistavaksi vuonna 2010.

Kirjat

Mielenterveysseura keskittyy julkaisutuotannossa omasta työstä ja kokemuksesta kertyvän tiedon julkaisemiseen kirjoina, raportteina tai oppaina ammatti-ihmisten ja myös laajemmin väestön tarpeisiin. Seuran tietokirjat kustantaa SMS-Tuotanto Oy.

Toimintavuonna ilmestyi:

- Suvi-Tuuli Porkka: *Työnohjaamisen taito* – Oppikirja vapaaehtoistyön työnohjaajalle. Yhteistyössä Laadukasta kulttuuria vapaaehtoistyöhön -hankkeen kanssa.

- Ansa Haavikko ja Lena Bremer: *Ulkoisesti erilaisia – sisäisesti samanlaisia*. Opas mielenterveystyöhön yli kulttuurirajojen. Yhteistyössä SOS-kriisikeskuksen kanssa.

- Kristiina Koivunen. *Taiteilijatreffit sotalaueella*. Vahvaksi sijaistraumatisoitumisen jälkeen. Yhteistyössä Liken kanssa.

Uusintapainoksia:

- Tarja Koffert ja Katriina Kuusi: *Depressiokoulu* – Opi masennuksen ehkäisy- ja hoitotaitoja. 14. painos. Kirjaa on myyty yli 27 000 kappaletta.
- Suvi-Tuuli Porkka ja Tapio Myllymaa: *Riskien arviointi vapaaehtoistyössä* – Opas yhdistyksille – 2. painos.

Julkaisuyhteistyötä tehtiin Liken, Editan, Duodecimin ja Avaimen kanssa.

Mielenterveysseuran oppaat ja aineistot

- Vuosikirja 2008 (700 kpl)
- Kriisikeskusverkosto-esite (1500 kpl)
- Suru, Kriisi, Itsemurha ja Miten kertoisin lapselle itsemurhasta -esitteet (1000 kpl jokaista).
- Rekrytointiesite (2000 kpl).
- Hyvän mielen voimasanat -haitariesite (2000 kpl)



VUODEN MERKKIPAALUT

- Toisen kerran toteutettuun Trendin ja Mielenterveysseuran Ihan mieletön -tutkimukseen saatiin keväällä vastaus 2 180:lta 16–35-vuotiaalta naiselta. Tutkimuksen tulosta ”raha stressaa nuoria naisia” uutisoitiin valtakunnallisesti lähes 40 mediassa.
- Kauppakeskus Sellon ampumistragedian yhteydessä käytyyn julkiseen kriisikeskusteluun seura osallistui sekä muissa medioissa että omassa lehdessään. Neuvonnan ja palveluiden lisäksi seura tarjosi kouluhankkeitensa kautta mallia nuorten tukeen ja kriisiapuun koulussa.
- Mielenterveys-lehden uudistamisen yhteydessä valmisteltiin seuran viestintätoiminnan uudelleenorganisointia, joka toteutui vuoden 2010 alussa.
- Depressiokoulu – Opi masennuksen ehkäisy- ja hoitotaitoja -kirjan myynti ylsi 27 000 kappaleeseen.

Tsirp!





Vahvaa osaamista ja

UUSIA AVAUKSIA

Koulutuskeskus yhdistää toiminnassaan teoreettista ja käytännöllistä osaamista. Koulutus, tutkimus- ja kehittämistyö keskittyy psykoterapiaan, psykososiaaliseen auttamiseen ja mielenterveyden ja jaksamisen teemoihin. Punaisena lankana kulkee yksilönä ja asiantuntijana kasvu dialogisuuden, reflektiivisten ja yhteistoiminnallisten periaatteiden mukaisesti. Keskeistä toiminnassa on perhekeskeinen ja kotona tehtävä työ sekä arjessa jaksamisen tukeminen.

- K**oulutuskeskus
- järjesti tutkintoon johtavaa psykoterapiakoulutusta
 - kehittää ammattihenkilöiden psykoterapian ja kriisityön osaamista
 - tuki perheitä, pareja ja yksilöitä psykoterapian keinoin
 - tutkii, kehittää ja soveltaa terapian työmenetelmiä
 - edisti työyhteisöjen toimintakykyä, hyvinvointia ja kehittämisen taitoja
 - syvensi kansalaisten mielenterveysosaamista

Toiminta vahvistui ja vakiintui

Vuonna 2009 Koulutuskeskuksessa vahvistui aiemmin valittu suunta ja uusia avauksia löytyi. Rahoituksellisesti Koulutuskeskuksen

toiminta jakautuu omarahoitteiseen koulutustoimintaan, RAY-rahoitteiseen psykoteriaklinikan työhön ja hanketoimintaan. Toiminnassa korostetaan jaettua asiantuntijuutta ja yhdessä tekemistä. Koulutuskeskus osallistui kansalliseen ja kansainväliseen mielenterveysalan keskusteluun ja kehittämistyöhön ja työn sisältöteemoja esiteltiin kotimaisissa ja kansainvälisissä konferensseissa ja asiantuntijapäivillä. Koulutustoiminnan liian haavoittuvaista toimintamallia pyrittiin vahvistamaan, mutta silti edelleen riittää haasteita.

Koulutustoiminnan toteutuneet tuotot ylittivät budjetoidut ja toiminnan kasvun myötä työmäärä lisääntyi. Psykoterapiakoulutuksen osalta vuosi oli menestyksellinen, mutta talouslama tyrehdytti lyhyiden työyhteisökoulutusten kysynnän. Pitkien psykoterapiakoulutusten vetovoima pysyi hyvänä.

Lyhyistä koulutuksista Perhearviointimenetelmä oli erittäin kysytty.

Psykoterapiaklinikalla jatkettiin vilkasta kehittämis- ja tutkimustyötä. Klinikkan talous toteutui kokonaisuudessaan suunnitelmien mukaan.

Koulutuksista ja asiakastyöstä kerättiin säännöllisesti palautetta ja tehtiin tarvittavia johtopäätöksiä. Pysyvänä haasteena on uusien innovatiivisten koulutusten ja toimintojen kehittäminen, joiden suhteen alkanut kehitys on jatkunut myönteisenä.

Koulutuskeskuksen asettamat oman toiminnan määrälliset ja laadulliset tavoitteet saavutettiin ja osin ylitettiin.

Suomen suurin psykoterapia-kouluttaja

Tutkintoon johtavat **psykoterapiakoulutukset** ovat teoriaa, kliinistä työtä, työnohjausta ja koulutuspsykoterapiaa syvällisesti yhdistäviä prosesseja. Vuoden aikana oli käynnissä yhdeksän tutkintoon johtavaa psykoterapia-koulutusohjelmaa. Kolmivuotisen erityistason (ET) -koulutuksen laajuus on 60 opintopistettä, ja jatkoksi käytävä vaativan erityistason (VET) -koulutus on kaksivuotinen ja 30 opintopisteen laajuinen.

Käynnissä oli sekä perheterapia- että ryhmäanalyysikoulutuksia. Tutkintoon johtavia perheterapiakoulutuksia on järjestetty seurassa jo 30 vuotta ja Koulutuskeskus on Suomen suurin psykoterapiakoulutuksen järjestäjä. Kahdeksan vuoden monivaiheisen hakupro-

sessin jälkeen Valvira myönsi VET-pätevyyden vuonna 2001 valmistuneille traumapsykoterapiaopiskelijoille, mikä avaa mahdollisuuden järjestää kyseistä koulutusta jatkossa.

Koulutus- ja kehittämistoiminta

Tutkintoon johtava psykoterapiakoulutus

- 170 lähipäivää
- 149 osallistujaa
- 2 658 päivää yhteensä

Psykoterapian peruskoulutukset

- 56 lähipäivää
- 84 osallistujaa
- 960 päivää yhteensä

Ammatillinen täydennyskoulutus ja työyhteisöjen kehittäminen

- 152 lähipäivää
- 704 osallistujaa
- 2 349 päivää yhteensä

Asiantuntijafoorumit

- 6 lähipäivää
- 158 osallistujaa
- 316 päivää yhteensä

Koulutus kansalaisille ja vapaaehtoisille

- 134 lähipäivää
- 1 010 osallistujaa
- 2 020 päivää yhteensä

518 lähipäivää, 2 105 osallistujaa, päiviä yhteensä 8 303.

Ammatillinen täydennyskoulutus ja työyhteisöjen kehittäminen koostuu monista kokonaisuuksista. Laajimmat työyhteisöjen kehittämis- ja koulutusprosessit ovat ekokulttuurinen viitekehys psykiatrisessa hoidossa sekä perhe- ja verkostotyön koulutus. Suppeita kokonaisuuksia ovat erilaiset kriisityön koulutukset ja perhearviointikoulutus.

Koulutuksiin osallistui lastensuojelun, lastenpsykiatrian ja perheneuvolan työntekijöitä.

Asiantuntijafoorumeita järjestettiin sekä ulkomaisten että kotimaisten asiantuntijoiden kanssa. Mieli 2009 – kansalliset mielen-terveyspäivät pidettiin Rovaniemellä yhdessä Lapin mielen-terveys ja päihdehankkeen, Terve-tyden- ja hyvinvoinnin laitoksen (THL) sekä paikallisten toimijoiden kanssa.

Yhteistyökoulutuksia järjestettiin muun muassa Diakonia-ammattikorkeakoulun ja Helsingin sosiaaliviraston tilaamina. Työ Suomen kuvataideterapeuttien liiton kanssa jatkui. Toimintavuonna alkoi Ensi- ja turvakotien liiton kanssa perhe- ja lähisuhdeväkivaltaan liittyvän koulutuksen suunnittelu.

Mielen-terveyden ensiapu -koulutuksia järjestettiin kansalaisille eri puolilla Suomea, koulutettuja ohjaajia on noin 180. Koulutuksia esiteltiin kahdessa kansainvälisessä konferenssissa ja koulutusta annettiin myös Petroskoissa. Uupumuksen ehkäisyyn ja masennustilojen hallintaan tarjottiin Depressiokoulun strukturoitua mallia, jota myös STM:n Mastohankkeessa viedään eteenpäin. Koulutuskeskus osallistui myös psykiatrisen hoitotyön

erityisammattitutkinnon tutkintotoimikunnan työhön. Yhteistyö OK-opintokeskuksen kanssa tiivistyi.

Tutkimus- ja kehittämistoiminnassa uusia avauksia

Psykiateriaklinikalla jatkettiin vilkasta kehittämisen- ja tutkimustyötä. Uusia terapia-asiakkuuksia aloitettiin ja asiakastapaamisista kolmannes liittyi tutkimus- ja kehittämisteemoihin.

Terapiatapaamisia oli 378. Tapaamisista puolet oli helsinkiläisten asiakkaiden kanssa, reilu kolmannes espoolaisten ja kymmenesosa vantaalaisten ja loput muiden lähikuntien asiakkaiden auttamiseksi. Perhe- ja pariterapiatapaamisia oli 180 ja yksilötapaamisia 198. Terapiatapaamiset tukivat vanhempina jaksamista ja lasten hyvinvointia. Asiakkaiden kotona työskentelyä jatkettiin, noin 15 prosenttia tapaamisista oli kodeissa.

Yhteistyössä SOS-kriisikeskuksen varhaiskuntoutuksen kanssa käynnistettiin Ihmeelliset vuodet -ohjelmaan liittyvän lastenryhmätoiminnan tuominen Suomeen jo toiminnassa olevien vanhempien ryhmätoiminnan rinnalle.

Kriisityön ja traumateorioiden pohjalta kehitettiin Tunnekuuntelu -menetelmä. Menetelmä on kehitetty työntekijöille, jotka joutuvat kohtaamaan työssään väkivaltaa, kuolemaa tai sen uhkaa. Yhden päivän peruskoulutuksessa opitaan vertaispurku ja ohjaajakoulutuksessa defusing-menetelmä.

Kotona tehtävä työ on herättänyt tasaisesti kiinnostusta julkisen sosiaali- ja terveyden huollon avohoitoyksiköissä. Lastensuojelun ja lastenpsykiatrian lisäksi kiinnostusta on myös aikuispsykiatrian puolella. Syksyllä alettiin koota julkaisua, jonka työnimenä on ”Mitä on tärkeää huomioida, kun halutaan työskennellä terapeuttisesti kotona?”

Perheiden kanssa yhteistyössä tehtävää vuorovaikutuksen ja toiminnan arviointia on kaivattu kipeästi Suomessa. Arviointiprosessi tuottaa myös hoidollisia tuloksia ja toimii mitä suurimmassa määrin ennaltaehkäisevänä menetelmänä kartoittaessaan perheiden voimavaroja ja vaikeuksia. Perhearviointimenetelmän kouluttajakoulutus suunniteltiin ja käynnistettiin ja menetelmän arviointia ideoidaan.

Kansainvälistä verkostoitumista ja yhteistyötä syntyi muun muassa norjalaisten, bel-

gialaisten, hollantilaisten ja yhdysvaltalais-ten kehittäjien, tutkijoiden ja kouluttajien kanssa.

Julkaisut

Perheterapia-lehti ilmestyi suunnitellusti neljänä numerona. Lehti jatkoi tieteellis-ammattillista linjaansa. Tilauskanta on noin 2300.

Mieli 2009 – kansalliset mielenterveyspäivät. Terveyden ja hyvinvoinninlaitos, Helsinki.

Katja Kurri (2009). Samanlaisia asiakkaita? Terapeuttien hämmennys homo-, lesbo-, bi- ja transparien kanssa työskenneltäessä. Julkaistaan teoksessa Liisa Tuovinen ym. (toim.) Tulla nähdäksi totena: Sukupuolisen moninaisuuden ja seksuaalisen suuntautumisen kohtaaminen.

VUODEN MERKKIPAALUT

- Mieli 2009 – kansalliset mielenterveyspäivät kokosivat keskusteluun asiantuntijoita, kehittäjiä ja päättäjiä.
- VET-traumapsykoterapiakoulutuksen 1998–2001 käyneet saivat VET-pätevyyden kahdeksan vuoden monivaiheisen hakuprosessin jälkeen.
- MDFT – monimuotoista perheterapiaa ja koulutusta ryhdytään tuomaan Suomeen.

Tsirp!



Kriisipalvelut ja varhaiskuntoutus



OSAAVAA APUA KRIISEISSÄ

SOS-keskus antaa matalan kynnyksen periaatteella järjestölähtöistä kriisiapua ja varhaiskuntoutusta vaikeissa elämäntilanteissa. Vuonna 2009 apua annettiin yli 17 000 ihmiselle.

Mielenterveysseuran SOS-keskus tukee kriiseissä ja vaikeissa elämäntilanteissa kasvokkain, puhelimesta, netissä ja ryhmissä. SOS-keskuksen kriisiavun ketjuun kuului SOS-auto, valtakunnallinen kriisipuhelin, vapaaehtoistoiminta, kriisivastaanotto, rikosuhripäivystyksen Etelä-Suomen aluetoimisto, varhaiskuntoutus, OVI-maahanmuuttajien kansalaistoiminnan kehittämishanke sekä E-mielenterveyshanke.

Mielenterveysseura käynnisti ulkomaa-laisten kriisikeskuksen 1989. 20-vuotisjuhlan kunniaksi julkaistiin Ansa Haavikon ja Lena Bremerin kirja maahanmuuttajatyön hyvistä käytännöistä ”Ulkoisesti erilaisia, sisäisesti samanlaisia”. Vuosi 2009 oli SOS-auton 15. ja samalla viimeinen toimintavuosi. Auton toiminta päättyi vuoden lopussa Helsingin kaupungin ottaessa palvelun omaksi toiminnakseen. Maahanmuuttajatyön ja SOS-auton merkkipäivä juhlustettiin kutsuseminaarilla marraskuussa.

Järjestölähtöistä kriisiapua

SOS-keskus tarjoaa matalan kynnyksen periaatteella järjestölähtöistä kriisiapua ja varhaiskuntoutusta vaikeissa elämäntilanteissa. Vuonna 2009 SOS-keskuksessa kohdattiin 17 479 asiakasta.

Asiakkaat

• Valtakunnallinen kriisipuhelin	8 788
(SOS-keskuksessa vastattuja puheluita)	
• SOS- auto	5 908
(798 viranomaisasiakasta)	
• Kriisivastaanotto	501
• Rikosuhripäivystys	1 159
• VERTAISTUKIRYHMÄT	276
• Varhaiskuntoutuskurssit	191
• Tukinet	656
Yhteensä	17 479

Valtakunnalliseen kriisipuhelimeen yli 134 000 soittoa

Valtakunnallisen kriisipuhelimen päivystys-ringissä oli SOS-keskuksen lisäksi 18 paikallista mielenterveysseuraa ja niiden yli 600 koulutettua vapaaehtoista sekä iso joukko kriisityöntekijöitä. Kriisipuhelimessa otettiin toukokuussa käyttöön valtakunnallinen nettipohjainen tilastointijärjestelmä, jolla saadaan yhteenvedotiedot puhelusta ja niiden aiheista kuukausittain.

Yhteydenotot

- 134 068 soittoa
- 35 582 vastattua puhelua
- 98 486 vastaamatonta

Vastaamattomien puheluiden määrä lisääntyi edellisvuoteen verrattuna. Syynä oli muun muassa puheluiden keston piteneminen ja joidenkin päivystyspaikkakuntien päivystysaikojen lyhentäminen. Soittajista 58 prosenttia oli naisia.

Yhteydenottojen yleisimpiä syitä

- yksinäisyys
- ihmissuhdeongelmat
- psyykinen sairaus
- ahdistuneisuus
- huoli läheisistä
- työhön, opiskeluun, toimeentuloon liittyvät ongelmat
- masentuneisuus

Vapaaehtoiset auttavat ja tukevat

SOS-keskuksen kriisityön vapaaehtoiset ovat saaneet tukihenkilökoulutuksen ja sitoutuneet eettisiin periaatteisiin, vaitiolovelvollisuuteen ja työnohjaukseen.

Vapaaehtoiset päivystävät kriisipuhelimessa, antavat yksilötukea, toimivat vertaisryhmissä, tukiohjaajina, puhelinrinkien ohjaajina.

SOS- auton toiminta loppui

SOS-auton 15. toimintavuosi jäi sen viimeiseksi. Auto päivysti sopimusten mukaisesti vuoden loppuun asti ja toiminta päättyi 31.12.2009 kello 24.00. Viimeisenä tehtävänä auto osallistui Sellon ampumatapauksen psykososiaalisen tuen järjestämiseen uuden vuoden aattona. Syksyn kuluessa autoa työllistivät poikkeuksellisen monet nuorten itsemurhat.

Yhteydenottoja 5 908

- 421 asiakaskäyntiä
- 202 kotikäyntiä
- 3 549 asiakaspuhelua
- 798 viranomaispuhelua
- 1 140 seuranta- ja asioimispuhelua

Yhteydenottojen yleisimmät syyt

- läheisen kuolema
- läheisen itsemurha
- onnettomuus

Kriisivastaanotolta tukea 500 asiakkaalle

Yksilöasiakkaat

- 481 uutta asiakasta
- 171 maahanmuuttajaa
- 332 naista
- 149 miestä
- suurin osa 26–35-vuotiaita
- suurin osa helsinkiläisiä
- maahanmuuttaja-asiakkaita eniten Aasiasta

Yhteensä 504 asiakasta

Yhteydenottojen yleisimmät syyt

- parisuhde- ja perheongelmat
- ahdistuneisuus
- läheisen itsemurha

Yhteydenottajat saivat ajan kriisityöntekijälle keskimäärin viikossa. Keskusteluapua annettiin suomeksi, ruotsiksi, englanniksi ja tulkin välityksellä. Tapaamiskertoja oli keskimäärin 5,3/ asiakas.

Perhe- ja parisuhdeväkivalta työllisti Rikosuhripäivystystä

Etelä-Suomen aluetoimisto on ollut osa Rikosuhripäivystyksen valtakunnallista verkostoa toiminnan alusta, vuodesta 1994 lähtien. Tavoitteena on rikoksen uhrin aseman parantaminen antamalla tukipalveluita sekä vaikuttamalla lainsäädäntöön ja yleiseen päätöksentekoon.

Toiminta-alueena oli Etelä-Suomen alueeseen liitetty Kymenlaakso mukaan lukien yhteensä 47 kuntaa, jossa asuu noin 35 prosenttia väestöstä.

Henkilöstön niukkuuden vuoksi asiakkuuksien määrä pysyi lähes ennallaan ja asiakasjonoja syntyi. Vaikuttamis- ja kehittämistoiminnassa korostui yhteistyö kuntien turvallisuussuunnittelun kanssa. Työryhmätyöskentelyllä vaikutettiin rikoksen uhrin asemaan sekä lainsäädännön että yleisten käytäntöjen osalta.

Rikosuhripäivystyksellä on tukihenkilötoimintaa, juristin neuvontapuhelin, Helpline ulkomaalaistaustaisille ja etsivää työtä internetissä.

Asiakkaat

- 383 tukisuhdetta, joissa taustaltaan ulkomaalaisia 43
 - 4 784 puhelua ja tapaamista tukisuhteissa
 - 565 yksittäistä asiakasyhteydenottoa
 - 211 juristineuvonnan asiakasta
- Yhteensä 1159

Yleisimmät tukisuhteet rikostyypeittäin

- | | |
|--|-----|
| • perhe- ja parisuhdeväkivalta | 143 |
| • yleisellä paikalla tapahtunut pahoinpitely | 89 |
| • uhkailu, häirintä, henkinen väkivalta | 81 |
| • aikuiseen kohdistunut seksuaalinen väkivalta | 36 |
| • ryöstö | 15 |
| • petos/kavallus | 12 |
| • lapseen kohdistunut seksuaalinen väkivalta | 10 |

Varhaiskuntoutuksesta tukea selviytymiseen

Varhaiskuntoutus järjestää ammatillisesti ohjattuja vertaistukiryhmiä traumaattisen kriisin kokeneille ja vaikeissa elämäntilanteissa oleville. Ryhmä- ja kurssimuotoisen tuen tavoitteena on tavoittaa asiakasryhmät ennen kuin tilanteet uhkaavat vakavasti toimintakykyä ja mielenterveyttä tai vaativat lääketieteellistä diagnoosia. Toiminnalla tuetaan osallistujien selviytymistä, toiminta- ja työkykyä sekä ehkäistään sairastumista ja syrjäytymistä.

Varhaiskuntoutuskurssit

- 19 internaattikurssia, joissa
- 32 internaattijaksoa
- 105 internaattikurssipäivää
- 191 eri osallistujaa internaateissa

Ryhmät

- 37 ryhmää, joissa 309 kokoontumiskertaa
- 14 ryhmien toimintapäivää
- 276 eri osallistujaa
- itsemurhan tehneiden läheiset
- henkirikoksen uhrien läheiset
- äkillisesti läheisensä menettäneet
- traumaattisia menetyksiä kokeneet lapset, joiden läheinen on kuollut
- lapsuudessa seksuaalista hyväksikäyttöä kokeneet naiset
- lesket ja heidän lapsensa
- eroperheiden lapset
- nuorten pariskuntien ryhmä

- masennus-, jännitys- ja ahdistusoireita kokevat nuoret ja nuoret aikuiset
- tukea tarvitsevat nuoret tytöt
- työssä uupuneet
- tahdolla ja taidolla – parisuhdekoulutukset
- maahanmuuttajat
- masennusta ja yksinäisyyttä kokevat ikäihmiset

Puhelinringit

- 4 rinkiä, joissa 20 osallistujaa

Varhaiskuntoutus toimii yhteistyössä muun muassa paikallisseurojen kriisikeskusten, julkisen ja kolmannen sektorin toimijoiden kanssa.

Mielenterveysseuran kriisikeskusverkosto

Mielenterveysseuran ensimmäinen kriisikeskus, SOS-keskus aloitti toimintansa Helsingissä 1.4.1970 nimellä SOS-palvelu, Itsemurhien ehkäisykeskus. Vuosikymmenten myötä paikallisten mielenterveysseurojen yhteyteen on perustettu 16 kriisikeskusta. Lisäksi kumppanuussopimuksella verkostoon on liittynyt Joensuun kriisikeskus ja vuonna 2009 Lapin ensi- ja turvakodin yhteydessä toimiva kriisikeskus.

Kriisikeskusverkosto

- Helsinki: SOS-keskus/SOS-kriisikeskus
- Hyvinkää: Hyvinkään kriisikeskus
- Joensuun kriisikeskus
(Kotikartanoyhdistyksen yhteydessä)
- Jyväskylän kriisikeskus Mobile
- Kemi: kriisikeskus Turvapoiju
- Kuopion kriisikeskus
- Lahti: SOS-palvelu
- Lappeenranta: Saimaan kriisikeskus
- Mikkelin kriisikeskus
- Oulun kriisikeskus
- Rauman kriisikeskus Ankkurpaikk'
- Rovaniemi: Lapin kriisikeskus
(Lapin ensi- ja turvakodin yhteydessä)
- Salon kriisikeskus Etappi
- Sastamala ja Huittinen:
Vammalan-Huittisten Tukitalo
- Savonlinnan kriisikeskus
- Seinäjoki: Kriisikeskus Mobile
- Tampereen kriisikeskus Osviitta
- Turun kriisikeskus
- Vihdin kriisikeskus

Osa verkoston kriisikeskuksista osallistuu kriisityöhön netissä osoitteessa www.tuki-net.net. Verkkokriisikeskuksen toimintaa koordinoi Vammalan-Huittisten Tukitalo.

Vuoden lopulla julkaistiin Teemu Ollikaisen tutkimus Tuloksellinen kriisityö: Valtakunnallisen tutkimushankkeen esittely ja tuloksellisen kriisityön periaatteet.

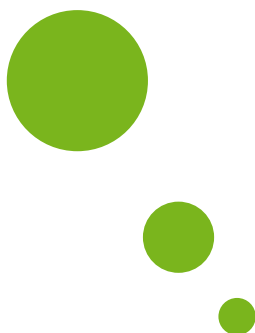
Rahoitus

SOS-auton toiminta rahoitettiin pääosin Helsingin kaupungin ja Tuusulan kunnan kanssa tehdyllä ostopalvelusopimuksella, lisäksi osa kuluista katettiin RAY:n avustuksella.

Valtakunnallinen kriisipuhelin, kriisivastaus ja vapaaehtoistoiminta rahoitettiin RAY-kriisikeskusrahoituksella ja kunnilta sekä seurakunnilta saaduilla lahjoituksilla ja avustuksilla ja Viola Ranin -säätiön avustuksella.

Rikosuhripäivystyksen Etelä-Suomen alue toimiston toiminta rahoitettiin valtakunnallisen Rikosuhripäivystyksen alueille ja kamalla RAY-avustuksella ja alueen kuntien avustuksilla.

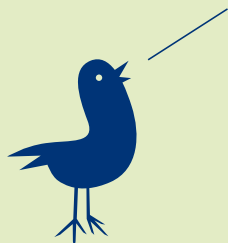
Varhaiskuntoutus rahoitettiin RAY:n kohdennetulla avustuksella sekä lahjoituksilla, joita saatiin muun muassa Tradeka-yhtymältä. Kela-kurssi toteutettiin Kelan määrärahalla.



VUODEN MERKKIPAALUT

- Maahanmuuttajatyön hyvät käytännöt -kirja valmistui.
- Yli 17 000 ihmistä sai apua ja tukea vaikeassa elämäntilanteessa.
- Valtakunnallisen kriisipuhelimen nettipohjaisen tilastoinnin onnistunut käyttöönotto koko päivystysverkostossa.
- SOS-autossa kehitetty toimintamalli lähtökohdaksi Helsingin alkavan kriisipäivystyksen toiminnassa.

Tsirp!



Mielenterveysseuran

HANKKEET



E-mielenterveyshanke 2008–2011

E-mielenterveyshankkeen tavoitteena on tuottaa verkkopalvelu, jossa kansalaiset voivat edistää oman miensä hyvinvointia sekä tukea lähimmäisiään mielenterveyteen ja kriiseihin liittyvissä kysymyksissä. Hankkeessa kehitetään lisäksi erityisesti nuorille, ikääntyneille ja maahanmuuttajille suunnattuja verkkopalveluja.

Vuoden 2009 aikana hankkeessa keskityttiin sisällöntuotantoon ja kirjoitettiin tekstikonaisuudet muun muassa seuraavista teemoista: kriisit, vaikeat elämäntilanteet, itsemurha, masennus, mielenterveyden häiriöt, suru ja kuolema, riippuvuusongelmat, apua mielenterveyden ongelmiin, läheisen ihmisen mielenterveysongelmat ja toipuminen.

Mielenterveyttä ja kriisejä käsittelevien tekstikonaisuuksien ohella hankkeessa kehitetään verkkoympäristössä toimiva tuettu oma-apuohjelma kriiseistä selviämiseen sekä tuotetaan tutkimus mielenterveyden edistämisen kielenkäytöstä. Vuonna 2009 suunniteltiin kriisiauttamisvälineen tekninen rakenne ja tutkimus eteni viimeistelyvaiheeseen.

Mielenterveyspalvelujen linja

Koti terapian kontekstina 2007–2009

Hankkeessa tutkittiin terapeuttista yhteistyösuhdetta kotona toteutuvassa terapiassa. Tutkimus toteutui yhteistyössä Jyväskylän yliopiston psykologian laitoksen kanssa.

Koulutuskeskus

Liiku mieli hyväksi 2006–2009

Päätavoitteena oli juurruttaa mielenterveyskuntoutujien liikuntatoiminta hankkeessa mukana oleviin kuntiin ja tuoda esiin liikunnan merkitystä mielenterveydelle. Kuntiin syntyi mielenterveyskuntoutujien liikuntatoimintaa ja liikunnan edistämisen toimintamalleja ja -polkuja. Kunnissa toimi hankkeen aikana yhteensä 300 liikuntaryhmää, joissa kävi noin 3 500 mielenterveyskuntoutujaa. Lisäksi kunnissa järjestettiin lähes 200 liikuntatapahtumaa ja koulutusta, joissa oli 4 700 osallistujaa.

Hankkeen pilottikuntia olivat Vantaa, Iisalmi, Juuka, Vaasa, Laukaa, Kemi, Posio, Pudasjärvi, Kotka, Miehikkälä, Virolahti, Ilmajoki, Kurikka, Pori, Loimaa, Turku, Ranua, Kajaani, Paltamo ja Ristijärvi.

Kansalaistoimintojen linja

Monimuotoinen perhetyö MDFT

Hollannissa koulutuskeskus tutustui multidimensionaalisen perheterapian (MDFT, monimuotoinen perhetyö) käyttöön, tutkimukseen ja koulutukseen Euroopassa yhteistyökumppaneiden kanssa (THL, HUS ja Helsingin kaupunki).

Suomen Lääkäriliitolta haettiin lahjoitusrahaa hankkeeseen ja valmisteltiin menetelmän tuomista ja kokeilemista viidellä alueella Suomessa.

Koulutuskeskus

Nuorten ehkäisevän kriisityön hanke – Pulinapaja 2007–2011

Hankkeen valtakunnallisella koordinoinnilla tuetaan neljän paikallisen osahankkeen työtä ja luodaan hankkeille yhteisiä keskustelufoorumia sekä pidetään huolta hankkeiden yhteisen linjan säilymisestä.

Osahankepaikkakuntia ovat Mikkeli, Oulu, Rauma ja Päijät-Häme. Vuoden 2009 suurin yhteinen ponnistus oli hankkeen väliarviointi, jota varten kerättiin palautetta nuorilta, vanhemmilta ja koulun toimijoilta. Sidosryhmät haastateltiin ja paikkakunnilla pidettiin arviointiverstaita, joihin kutsuttiin mukaan yhteistyötahoja. Väliarvioinnin tulos vahvistaa paikallisten hankkeiden tarpeellisuuden.

Kansalaistoimintojen linja

OVI – Maahanmuuttajien kansalaistoiminnan kehittäminen 2007–2011

OVI lisää maahanmuuttajien hyvinvointia ja monikulttuurista ymmärrystä, ehkäisee mielenterveysongelmia sekä tuottaa tietoa maahanmuuttajien omista mielenterveyteen liittyvistä kokemuksista ja näkemyksistä.

Kehittämistyöhön on sitoutunut viisi maahanmuuttajajärjestöä, joiden toimintaa kehitetään koulutuksella, aineistoin ja verkostotyöllä: Berde, Irakin Työllistämisyhdystys, Monika-Naiset liitto sekä syksystä 2009

alkaen Suomen venäjänkielisten yhdistysten liitto FARO ja Suomen Somaliliitto.

Verkostotyön ja koulutusten osalta edettiin suunnitelman mukaisesti. Verkostotyö konkretisoitui ja jokainen kumppani löysi ainakin yhden uuden yhteistyötahon. Yhteistyö tiivistyi erityisesti Familia Clubin Moniheli -hankkeen ja Suomen Pakolaisavun Järjestöhautomon kanssa. Kumppaneiden yhdistystoimintaa tuettiin yksilöllisellä ohjauksella ja järjestökoulutuksella, joka toteutettiin yhteistyössä Monika-Naiset liiton ja TTT-projektin kanssa.

Koulutusten painopistettä siirrettiin selkeästi mielenterveysosaamiseen, joihin liittyvät koulutukset avattiin myös muille kuin kumppaniryhdistysten maahanmuuttajille. Kaikkiaan kahdeksaan koulutukseen osallistui 84 ihmistä ja yhteistyötahojen kanssa järjestettyyn seminaariin 50 ihmistä.

Aineistojen kääntäminen ja selvityksen tekeminen eivät sen sijaan edenneet suunnitellusti. Niille asetetut tavoitteet on mahdollista saavuttaa vuosien 2010 ja 2011 aikana.

Mielenterveyspalvelujen linja

Perheliikunnan koordinointi 2009–2010

Hankkeen tavoitteena on lisätä erilaisten perheiden ja sukupolvien välistä yhdessäoloa, yhdessä toimimista ja liikkumista ja kartuttaa tietoa monipuolisen toiminnallisuuden merkityksestä mielen hyvinvoinnille.

Samoin lisätään tietoa muun muassa perheliikunnan vaikutuksista ja toteuttamismahdollisuuksista sekä tuodaan esiin perheliikuntaverkostoon kuuluvien tahojen asiantuntemusta ja vahvistetaan yhteistyötä.

Vuonna 2009 pääpaino oli materiaalin tuottamisessa.

Kansalaistoimintojen linja

Yrittäjien hyvinvointikilta -hanke 2008–2010

Yrittäjien hyvinvointikilta -hanke jatkui kiltaryhmänä, jossa asiantuntija- ja yrittäjämentorit ohjasivat kuukausittain kokoontuvien hyvinvointiryhmien toimintaa.

Hankkeen tavoitteena on vahvistaa Uudenmaan alueella toimivien yrittäjien hyvinvointia ja jaksamista keskustelemaan koulutuksen ja mentoriparin ohjauksessa toimivien kiltaryhmien avulla.

Yhteistyössä ovat mukana Suomen Yrittäjät, Uudenmaan, Espoon ja Helsingin yrittäjät, Pro Active ja Eläke-Fennia. Hanke eteni suunnitelman mukaisesti, seuraavana askeleena on tutkimuksen loppuun tekeminen ja kiltamallin kirkastaminen julkaisuksi.

Koulutuskeskus

Voimavarakeskeiset kouluhankkeet

OK-hanke - Lasten ja nuorten arkinen mielenterveysosaaminen 2006-2009

Hankkeessa vahvistettiin opettajien mielen hyvinvoinnin tietotaitoja sekä ammatillista osaamista näissä asioissa. Päämääränä on tukea yläkouluikäisten kasvua, kehitystä ja henkistä hyvinvointia.

Viimeisenä hankevuonna Vantaalla oli opetuksen piirissä noin 4 000 yläkouluikäistä.

Keväällä toteutettiin laaja loppuarviointi pilottioppilaille ja -opettajille. Tutkimukseen osallistui 390 pilottioppilasta. Lisäksi osaa heistä haastateltiin. Kaikille pilottiopettajille tehtiin haastattelututkimus.

Hankkeessa kehitettyä opetusmateriaalia, koulutusmallia ja tutkimustuloksia hyödynnetään eteenpäin.

Peruskoululaisten mielenterveys- taidot 2008-2011

OK-hankkeessa kehitetyn opetusmateriaalin ja opettajien koulutusmallin valtakunnallinen levittäminen käynnistyi opetusministeriön rahoittamassa hankkeessa. Keväällä toteutui neljä ja syksyllä kahdeksan koulutusta

terveystietoa opettaville opettajille eri puolilla Suomea. Vuoden aikana koulutettiin 325 terveystietoa opettavaa opettajaa. Heidän kauttaan opetusta saa vuosittain yli 30 000 oppilasta.

Keväällä avautuivat hankkeen nettisivut www.mielenhyvinvoinninopetus.fi.

Hyvän mielen koulu -hanke 2010-2011

Sosiaali- ja terveysministeriö myönsi Hyvän mielen koulu -hankkeelle rahoituksen Terveyden edistämisen politiikkaohjelmasta. Hankkeen koulutusmallia pilotoitiin syksyllä ja hankkeen käyttöön kirjoitettiin työkirjaa. Pilotointi ja työkirjan tekeminen rahoitettiin lahjoitusvaroilla.

Mielen hyvinvointi -hanke 2009-2011

Hanke käynnistyi maaliskuussa yhteistyössä Keskuspuiston ammattiopiston kanssa. Opetushallituksen ESR-rahoituksella rahoitettavan hankkeen yhteistyöoppilaitokset, oppilaitoskoordinaattorit ja -kouluttajat varmistuivat. Syksyllä käynnistyivät koulutukset ja koulutusmallin kehittäminen sekä opetus- ja koulutusmateriaalin kehittäminen.

Mielenterveyden edistämisen linja



Mielenterveysseuran

HALLINTO

Hallinto kehittää seuran sisäisiä toimintoja vastaamaan lainsäädännön, eri sidosryhmien ja yhteistyötahojen edellyttämiä tarpeita. Hallinto vastaa seuran henkilöstö- ja taloushallinnosta, sisäisten palvelujen tuottamisesta seuran henkilöstölle sekä keskustuomistoon, henkilöstöön, tietojärjestelmiin, taloushallintoon, luottamusjohtoon ja kiinteistöihin liittyvistä asiantuntijatehtävistä.

Toimintavuonna aloitettiin kolmevuotinen tietohallintoon liittyvä kehittämisprosessi. Ensimmäisenä vuonna päivitettiin seuran it-infrastruktuuri. Seurassa siirryttiin sähköiseen ostolaskujen käsittelyyn ja uudistettiin tilikartta, joka otetaan käyttöön vuoden 2010 alusta.

Mielenterveysseuran ja sen kokonaan omistaman SMS-Tuotanto Oy:n henkilöstöpolitiikan onnistumista seurattiin kymmenennen kerran henkilöstöraportilla, johon koottiin olennaiset henkilöstön hyvinvointiin, jaksamiseen ja osaamiseen liittyvät tekijät.

Työterveyslaitoksen edellisvuoden marraskuussa toteuttaman henkilöstökyselyn palautetilaisuus koko henkilöstölle pidettiin tammikuussa 2009. Linjakohtaiset palautteet käsiteltiin linjoittain työntekijöiden kanssa ja palautteen pohjalta laadittiin kullakin linjalla työyhteisön kehittämissuunnitelmat. Linjajohtajat ovat kehittämissuunnitelmien vastuuhenkilöt. Työterveyslaitos toteuttaa seuraavan henkilöstökyselyn loppuvuonna 2010.

Vuoden 2009 alusta lähtien on henkilöstöllä ollut mahdollisuus saada liikuntasetelei-

den lisäksi niin ikään työnantajan kustantamana kulttuuriseteleitä.

Henkilöstölle järjestettiin yhteinen ulkoilu- ja virkistyspäivä sekä joulujuhla. Lisäksi toimintalinjat järjestivät omaa virkistystoimintaa.

KONSERNI

Henkilöstö

Suomen Mielenterveysseuran palveluksessa oli toimintavuonna yhteensä 97 henkilöä. Vakinaisia oli 78 ja määräaikaisia 19. SMS-Tuotanto Oy:llä ei ollut palkattua henkilökuntaa vuonna 2009, vaan se osti tarvittavat palvelut seuralta. Seura on toistaiseksi palkannut projekteihin ja hankkeisiin tulevat henkilöt määräaikaisiin työsuhteisiin.

Naisten osuus henkilöstöstä oli 84 prosenttia. Henkilöstön keski-ikä vuoden 2009 lopussa oli 47,6 vuotta. Keski-ikä on noussut kahdella vuodella edellisestä vuodesta. Seuran lähivuosien suurena haasteena on huolehtia ikääntyvän, eläkkeelle siirtyvän henkilöstön pitkäaikaisen kokemuksen ja osaamisen siirtämisestä, hiljaisesta tiedosta, nuoremmille työntekijöille.

Alimman korkea-asteen opintotason tutkinto oli 32:lla seuran työntekijöistä. Korkeakoulutasoisen tutkinnon suorittaneiden

osuus kasvoi hieman ja oli 46:lla seuran työntekijöistä. Henkilökunnan koulutus painottuu terveys- ja sosiaalialaan sekä kaupalliseen ja yhteiskunnalliseen koulutukseen. Nämä yhdessä muodostavat 78 prosenttia henkilöstön koulutusaloista. Seuran vahvaa ammatillista osaamista pyritään vahvistamaan nykyisen henkilöstön täydennyskoulutuksella. Lisäksi seura kiinnittää uuden henkilöstön rekrytointissa entistä enemmän huomiota hakijoiden koulutustaustan lisäksi ikärakenteen monipuolisuuteen, vahvaan ammatilliseen osaamiseen sekä mahdolliseen kouluttaja- ja tutkijakokemukseen.

Palkkoja ja palkkioita maksettiin sivukuluihin yhteensä 4 651 972 euroa. Henkilöstökulut sekä henkilöstön alihankinta- ja asiantuntijapalkkiot olivat yhteensä 5 315 766 euroa, eli 73,8 prosenttia kokonaiskuluista. Henkilöstökulujen osuus on noussut 2,59 prosenttia edellisestä vuodesta.

Seurassa noudatetaan valtakunnallista Sosiaalialan järjestöjä koskevaa työehtosopimusta sekä Yksityisen sosiaalipalvelualan työehtosopimusta. Niihin kuuluu vaativuusryhmittelyyn perustuva, kannustavia ja palkitsevia elementtejä sisältävä palkkasopimus.

Raha-automaattiyhdistyksen muuttuneet, järjestölähtöistä kriisityön rahoitusta ja yleisavustuksen käyttöä koskevat linjaukset saattavat vaikuttaa myös seuran henkilöstörakenteeseen ja -politiikkaan lähivuosina.

Talous

Mielenterveysseuran toiminnan tärkein rahoittaja on Raha-automaattiyhdistys. Seura sai lisäksi toimintaansa avustuksia ministeriöltä, Kelalta, kaupungeilta, kunnilta ja seurakunnilta. Työnsä tukemiseksi seura kerää jäsenmaksuja ja ottaa vastaan avustuksia, lahjoituksia ja testamentteja sekä järjestää rahankeräyksiä. SMS-Tuotanto Oy:n tuotot muodostuivat julkaisujen myynnistä ja Mielenterveys- ja Perheterapia -lehtien tilausmaksuista sekä tuotemyynnistä. Konsernin varainhankinnan tuotot olivat tilivuonna yhteensä 56 128 euroa. Seura sai kohdennettuja lahjoituksia ja keräystuottoja mielenterveyshankkeen lisäksi erityisesti lasten ja nuorten sekä vanhusten tukemiseen. Osa lahjoituksesta tullaan käyttämään vuonna 2010.

Konsernin tilikauden tulos oli 311 754 euroa alijäämäinen, budjetoidun alijäämän ol-

lessa 123 785 euroa. Konsernin tilikauden tuotot olivat 7 256 063 euroa ja kulut 7 567 817 euroa. Konsernin taseen loppusumma oli 3 347 678 euroa ja oma pääoma oli 1 492 265 euroa. Seura maksoi pois pitkäaikaisen lainan vuoden 2009 alussa. Seura on velaton uuden toimintavuoden alkaessa.

Seuran taloudessa on vain vähäistä liikkumavaraa, koska suurin osa vuosittaisesta rahoituksesta on kohdennettu suoraan eri toiminnolle. Syksyllä 2008 alkanut, nopeasti heikentynyt kansantaloudellinen tilanne ja erityisesti Raha-automaattiyhdistyksen heikentyneet tuotto-odotukset lähivuosina edellyttävät vakavaa pohdintaa tulevien vuosien toiminnan rahoituksesta. Seuran talouden haasteena on nyt arvioida uudelleen seuran ydintoiminnot ja sopeuttaa henkilöstön määrä odotettavissa olevan tulorahoituksen mukaisesti.

VUODEN MERKKIPAALUT

- Tietohallinnon kolmevuotinen kehityshanke käynnistyi.
- Taloushallinnon kehittäminen; sähköiseen ostolaskujen käsittelyyn siirtyminen ja tilikarttamuutos.
- Seura maksoi pois pitkäaikaisen lainan ja on velaton vuoden 2010 alusta.

Tsirp!



TULOSLASKELMA

	Konserni 11.-31.12.2009	Konserni 11.-31.12.2008	SMS ry 11.-31.12.2009	SMS ry 11.-31.12.2008
VARSINAINEN TOIMINTA				
Tuotot				
RAY-avustukset	3 021	3 290	3 020 729	3 290 255
Julkiset määrärahat	717	439	717 273	439 190
Muut tuotot	<u>1 789</u>	<u>1 752</u>	<u>1 568 711</u>	<u>1 501 706</u>
	5 527	5 481	5 306 712	5 231 152
Kulut				
Henkilöstökulut	4 650	4 526	4 589 393	4 441 553
Poistot	27	22	26 926	22 319
Muut kulut	<u>2 559</u>	<u>2 397</u>	<u>2 395 772</u>	<u>2 244 205</u>
	7 236	6 945	7 012 091	6 708 077
Varsinaisen toiminnan kulujäämä	-1 709	-1 464	-1 705 378	-1 476 926
VARAINHANKINTA				
Tuotot				
Jäsenmaksut	19	20	18 551	20 252
Keräystuotot	15	24	15 365	23 852
Lahjoitukset ja muut tuotot	166	90	165 956	89 897
Muu varainhankinta	6	24	408	599
Lahjoitus ja keräyst. siirto v. 2009/2008	<u>-150</u>	<u>-114</u>	<u>-149 668</u>	<u>-114 195</u>
	56	44	50 612	20 405
Kulut				
Henkilöstökulut	2	5	1 000	0
Jäsenrekisterikulut	9	6	9 368	5 854
Keräyskulut	0	0	9	131
Muut kulut	<u>41</u>	<u>38</u>	<u>25 079</u>	<u>149</u>
	52	49	35 457	6 134
Varainhankinta yhteensä	4	-5	15 156	14 271
Kulujäämä	-1 705	-1 469	-1 690 223	-1 462 655
SIJOITUS - JA RAHOITUSTOIMINTA				
Tuotot				
Osinkotuotot	0	0	0	45
Korkotuotot	6	34	5 501	33 428
Vuokratuotot	86	84	85 991	84 118
Omaisuuuden luovutusvoitot	16	46	15 817	45 837
Muut omaisuustuotot	<u>36</u>	<u>90</u>	<u>36 496</u>	<u>90 292</u>
	144	254	143 805	253 719
Kulut				
Henkilöstökulut	0	0	730	0
Poistot	72	83	71 906	83 100
Muut kulut	<u>166</u>	<u>120</u>	<u>165 569</u>	<u>120 102</u>
	238	203	238 205	203 202
Sij. ja rah.toiminta yhteensä	-94	51	-94 400	50 517
Kulujäämä	-1 799	-1 418	-1 784 623	-1 412 137
YLEISAVUSTUKSET				
Raha-automaattiyhdistykseltä	1 340	1 340	1 340 000	1 340 000
Siirto hankintamenon vähennykseksi	0	-4	0	-4 209
Siirto paik.mielenterveysseuroille	-27	-23	-27 031	-23 196
Muut yleisavustukset	<u>175</u>	<u>164</u>	<u>174 880</u>	<u>164 880</u>
Yleisavustukset yhteensä	1 488	1 477	1 487 849	1 477 475
INVESTOINTIAVUSTUKSET				
Raha-automaattiyhdistykseltä	26	4	25 683	4 317
Siirretty hankintamenon vähennykseksi	<u>-26</u>	<u>-4</u>	<u>-25 683</u>	<u>-4 317</u>
TILIKAUDEN TULOS	-312	59	-296 774	65 338

TASE

VASTAAVAA

	Konserni 31.12.2009	Konserni 31.12.2008	SMS ry 31.12.2009	SMS ry 31.12.2008
PYSYVÄT VASTAAVAT				
Aineettomat hyödykkeet				
Aineettomat oikeudet	20	9	20 465	8 686
Aineelliset hyödykkeet				
Maa-alueet	36	36	36 041	36 041
Rakennukset/ rakennelmat	200	241	199 770	240 730
Koneet ja kalusto	44	44	43 604	43 533
Muut aineelliset hyödykkeet	<u>26</u>	<u>35</u>	<u>26 032</u>	<u>35 513</u>
	306	356	305 447	355 817
Sijoitukset				
Osuudet konserniyrityksessä		2 523	2 523	
Pääomalaina konserniyritykselle		21 849	21 849	
Muut osakkeet ja osuudet	1 805	1 805	1 804 608	1 804 608
Muut sijoitukset	<u>0</u>	<u>130</u>	<u>0</u>	<u>130 067</u>
	1 805	1 935	1 828 980	1 959 047
VAIHTUVAT VASTAAVAT				
Vaihto-omaisuus				
Valmisteverasto	14	30	0	0
Saamiset				
Myyntisaamiset	204	266	199 038	257 377
Saamiset konserniyritykseltä	0	0	5 815	7 846
Muut saamiset	41	132	33 102	129 143
Siirtosaamiset	<u>61</u>	<u>229</u>	<u>59 288</u>	<u>229 345</u>
	306	627	297 243	623 710
Rahoitusarvopaperit				
Muut arvopaperit	500	700	500 000	700 000
Rahat ja pankkisaamiset	<u>397</u>	<u>426</u>	<u>348 505</u>	<u>387 634</u>
VASTAAVAA	3 348	4 083	3 300 639	4 034 895

TASE

VASTATTAVAA

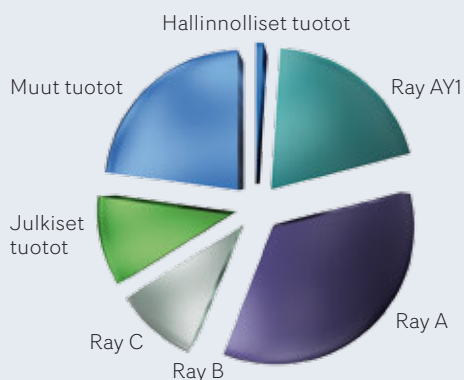
	Konserni 31.12.2009	Konserni 31.12.2008	SMS ry 31.12.2009	SMS ry 31.12.2008
OMA PÄÄOMA				
Toimintapääoma	599	599	599 378	599 378
Vapaat rahastot				
Tapolan rahasto	695	695	695 041	695 041
Edellisten tilikausien ylijäämä	510	440	494 699	429 361
Tilikauden ali/ylijäämä	-312	59	-296 774	65 338
Oma pääoma	1 492	1 793	1 492 345	1 789 119
VIERAS PÄÄOMA				
Lyhytaikainen				
Lainat rahoituslaitoksilta	0	360	0	360 000
Saadut ennakot	789	874	789 008	874 144
Ostovelat	97	92	84 941	86 657
Velat saman konsernin yritykselle	0	0	315	575
Muut lyhytaikaiset velat	99	91	97 816	90 318
Siirtovelat	871	873	836 215	834 081
Lyhytaikainen vieras po	1 856	2 290	1 808 295	2 245 776
Vieras pääoma yhteensä	1 856	2 290	1 808 295	2 245 776
VASTATTAVAA	3 348	4 083	3 300 639	4 034 895

RAHOITUSLASKELMA

	SMS ry 1.1.-31.12.2009	SMS ry 1.1.-31.12.2008	Konserni 1.1.-31.12.2009	Konserni 1.1.-31.12.2008
TOIMINNAN RAHAVIRTA				
Varsinaisen toiminnan kulujaämä	-1 633 135	-1 214 132	-1 612 849	-1 186 183
Varainhankinnan rahavirta	161 362	270 921	150 371	251 433
Saadut yleisavustukset	<u>1 487 849</u>	<u>1 477 475</u>	<u>1 487 849</u>	<u>1 477 475</u>
Toiminnan rahavirta (A)	<u>16 077</u>	<u>534 264</u>	<u>23 371</u>	<u>542 726</u>
INVESTOINTIEN RAHAVIRTA				
Investoinnit aineellisiin ja aineettomiin hyödykkeisiin	-28 462	-56 847	-28 462	-56 847
Saadut investointiavustukset	25 683	0	0	0
Pitkäaik.lainasaamisten muutos (Oy:n lyhennys po-laina)	0	-10 000		
Sijoitustoiminnan rahavirta	-38 311	81 533	25 683	81 554
Sijoitusten ostot		0	-38 303	0
Sijoitusten myynnit	<u>145 884</u>	<u>344 493</u>	<u>145 885</u>	<u>344 493</u>
Investointien rahavirta (B)	<u>104 794</u>	<u>359 179</u>	<u>104 803</u>	<u>369 201</u>
RAHOITUKSEN RAHAVIRTA				
Pitkäaikaisten lainojen takaisinmaksut	-360 000	-296 667	-360 000	-296 667
Pitkäaikaisten lainojen nostot	0	0	0	0
Rahoituksen rahavirta (C)	<u>-360 000</u>	<u>-296 667</u>	<u>-360 000</u>	<u>-296 667</u>
Rahavarojen muutos (A + B + C)	-239 129	596 776	-229 826	615 260
Rahavarat tilikauden alussa	1 087 634	490 858	1 126 379	511 119
Rahavarat tilikauden lopussa	<u>848 505</u>	<u>1 087 634</u>	<u>896 553</u>	<u>1 126 379</u>
Rahavarojen muutos	<u>-239 129</u>	<u>596 776</u>	<u>-229 826</u>	<u>615 260</u>

Varsinaisen toiminnan tuotot %

Hallinnolliset tuotot	1
Ray AY1	20
Ray A	35
Ray B	0
Ray C	10
Julkiset tuotot	11
Muut tuotot	23



Varsinaisen toiminnan kulut %

Henkilöstösivukulut	12
Muut kulut	30
Tilakulut	3
Palkat	55



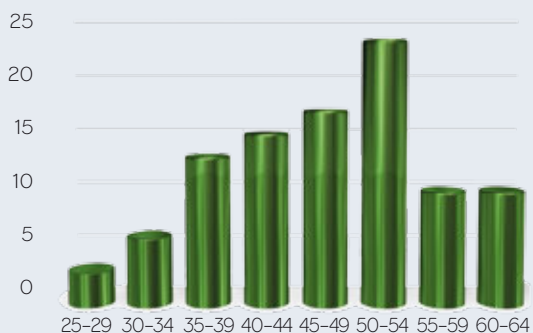
Työntekijöiden prosentuaalinen jakautuminen linjoittain %

Mielenterveyden edistäminen	9
Hallinto, johto ja kehittäminen	21
Koulutuskeskus	15
Kansalaistoiminnot	11
SOS-keskus	44



Ikäjakauma 31.12.2009 henkilöä

25-29	3
30-34	6
35-39	13
40-44	15
45-49	17
50-54	23
55-59	10
60-64	10



LUOTTAMUSHENKILÖJOHTO, TOIMIKUNNAT JA TYÖRYHMÄT

VALTUUSTO 2008-2010

Puheenjohtaja	Jouko Lönnqvist
1. varapuheenjohtaja	Raili Perimäki
2. varapuheenjohtaja	Sirpa Hirvimäki

Jäsenyhdistysten edustajat

Varsinainen jäsen	Henkilökohtainen varajäsen
Hanna Ahonen <i>Tampereen mts</i>	Kari Kinnunen <i>Tampereen mts</i>
Paula Alho <i>Pääkaupunkiseudun mts</i>	Raili Liedenpohja <i>Pääkaupunkiseudun mts</i>
Anja Annila <i>Akaan seudun mts</i>	Hanna Yogaswaran <i>Akaan seudun mts</i>
Nina Heiskanen <i>Ylä-Savon mts</i>	Merja Syrjänen <i>Mikkelin seudun mts</i>
Kirsti Hietanen <i>Länsi-Pohjan mts</i>	Marjatta Rundgren <i>Tunturi- ja Järvi-Lapin mts</i>
Sirpa Hirvimäki <i>Suupohjan mts</i>	Taija Hakola <i>Suupohjan mts</i>
Matti Ketonen <i>Joensuun seudun mts</i>	Terttu Pakarinen <i>Joensuun seudun mts</i>
Aija Koivu <i>Kuopion mts</i>	Pirjo Räsänen <i>Mikkelin seudun mts</i>
Anne Laine <i>Vammalan-Huittisten mts</i>	Pekka Kauko <i>Vammalan-Huittisten mts</i>
Osmo Latvakangas <i>Kajaanin seudun mts</i>	Taisto Tervo <i>Kuhmon mts</i>
Eija Mattila <i>Hyvinkään seudun mts</i>	Jari Hartikainen <i>Kaakkoi-Helsingin mts</i>
Lea Myllymäki <i>Vakka-Suomen mts</i>	MieTo ry Pirjo Pesola <i>Vakka-Suomen mts</i>
Kari Palassalo <i>Savonlinnan seudun mts</i>	Ritva-Helinä Äijö <i>Pieksämäen mts</i>
Heikki Räihälä <i>Viitasaaren mts</i>	Virpi Mehto <i>Viitasaaren mts</i>

Marjatta Simola <i>Kouvolan mts</i>	Hannu Tuovinen <i>Ylä-Savon mts</i>
Raija Törrönen <i>Helsingin seudun mts</i>	Matti Nokela <i>Helsingin seudun mts</i>
Helka Urponen <i>Rovaniemen mts</i>	Kari Ketola <i>Rovaniemen mts</i>
Kari Vauramo <i>Salon seudun mts</i>	Jari Nieminen <i>Salon seudun mts</i>
Seppo Viljamaa <i>Oulun seudun mts</i>	Kaija Kollanus <i>Pieksämäen mts</i>
Inkeri Vähä-Piikkiö <i>Pääkaupunkiseudun mts</i>	Eila Laakkonen <i>Pääkaupunkiseudun mts</i>

Yhdistysjäsenten edustajat

Eeva Immonen <i>Joroinen</i>	Katriina Hämäläinen <i>Helsinki</i>
Helena Kallio <i>Ylivieska</i>	Tuija Jormakka <i>Kouvola</i>
Jyrki Korkeila <i>Helsinki</i>	Kim Berglund <i>Turku</i>
Marjut Lumijärvi <i>Helsinki</i>	Riitta Vehovaara <i>Helsinki</i>
Hannele Niiniö <i>Kerava</i>	Arja Suni <i>Helsinki</i>
Raili Perimäki <i>Helsinki</i>	Erkki Rimpiläinen, <i>eronnut 1.3.2008-</i> <i>Helsinki</i>
Eila Sundman <i>Helsinki</i>	Kaija Klap <i>Turku</i>

Henkilöjäsenten edustajat

Aulikki Ailio-Melkko Hämeenkyrö	Pirkko Korpela <i>Helsinki</i>
Marjatta Ruuska <i>Turku</i>	Maija Mecklin <i>Helsinki</i>
Pekka Saarenmaa <i>Kerava</i>	Aimo Linturi <i>Mikkeli</i>

Liittohallitus 2009

Varsinainen jäsen	Henkilökohtainen varajäsen
Professori Jussi Huttunen, puheenjohtaja	
Ylilääkäri Birgitta Alakare	Palvelukeskuspäällikkö Hilkka Halonen
Johtaja Annikki Alho, varapuheenjohtaja	Toiminnanjohtaja Pasi Vallivuori
Apulaisjohtaja Marja Erkkilä	Sosiaalityöntekijä Eila Malmström
Kansanedustaja Juha Hakola	Palvelupäällikkö Hannele Tuominen
Hallintopäällikkö Juha Kauttonen	Osaston ylilääkäri Matti Ketonen
Osaston ylilääkäri Matti Ketonen	Yksikköjohtaja Hilkka Marttinen
Ylihoitaja Alpo Manninen	Budjettineuvos Kaarina Suihkonen
THT, dosentti Kaija Nojonen	Psykologi Kari Kinnunen
Ylilääkäri Marja-Riitta Nilsson-Kälviäinen	Terveydenhoitaja Anja Kuuramaa
Perheneuvoja Sirkka Ojanperä	Mielenterveyshoitaja Jari Nieminen
Toimitusjohtaja Stephan Rantala	Terveydenhuolto-neuvos Marjatta Ruuska
Sosiaalijohtaja Heikki Rautiainen	Sairaanhoidtaja Seija Määttä

Työvaliokunta

Alpo Manninen
Marja-Riitta Nilsson-Kälviäinen ja
Heikki Rautiainen
puheenjohtajana liittohallituksen puheenjohtaja
Jussi Huttunen ja
varapuheenjohtajana liittohallituksen
varapuheenjohtaja Annikki Alho
työvaliokunnan jäsenten lisäksi työvaliokunnan
kokouksiin kutsutaan
Toiminnanjohtaja Marita Ruohonen,
Kehittämisojohtaja Liisa Saaristo ja
Hallintojohtaja Allu Brummer, ja tarvittaessa
muut johtoryhmän jäsenet sekä tarvittaessa
kutsuttavat asiantuntijat sekä kokoussihteerinä
Tuula Ruotsalainen.

Taloustyöryhmä

Professori Jarmo Leppiniemi, puheenjohtaja
Varatuomari Jussi-Pekka Alanen, varapuheen-
johtaja
Ylihoitaja Alpo Manninen
Varatoimitusjohtaja Matti Meltti
Ekonomi Hannu Raulo
Tutkimusasiainmies Ilkka Tahvanainen
Toiminnanjohtaja Marita Ruohonen (SMS)
Hallintojohtaja Allu Brummer (SMS)

Tilintarkastajat

KHT-tilintarkastajayhteisö SVH
PricewaterhouseCoopers Oy, vastuullinen
tilintarkastaja KHT Miia Hämäläinen ja
varatilintarkastaja KHT Johanna Perälä.

VERKOSTOYHTEISTYÖ

Suomalaiset yhteistyökumppanit

Suomen Mielenterveysseura on mukana julkishallinnon komiteoissa, yhdistysten hallituksissa ja toimikunnissa muun muassa seuraavissa yhteisöissä:

A-klinikkasäätiö (valtuuskunta)
 Allianssi (kevät- ja syyskokous)
 Aseman lapset ry (hallitus, vuosikokous)
 Sosiaalialan työnantaja- ja toimialaliitto (hallitus, vuosikokous)
 Hyvä koti ry (hallitus, kevät- ja syyskokous)
 Hämeenlinnan Seudun työvalmennussäätiö
 Luotsi (hallitus, hallintoneuvosto)
 Kaisa Kallion kansalaislahjasäätiö (hallitus)
 Kiinteistö Oy Maistraatinportti 4 (hallitus, yhtiökokous)
 Kiinteistö Oy Ratamestarinkatu 9 (hallitus, yhtiökokous)
 Kirkon perheasiain keskus (neuvottelukunta)
 Kriminaalihuollon tukisäätiö (hallitus, valtuuskunta)
 Kuntoutuksen edistämisyhdistys ry (hallitus, vuosikokous)
 Kuntoutussäätiö (hallitus)
 Niemikotisäätiö (hallitus)
 Nuorten Ystävät ry (kevät- ja syyskokous)
 Nyyti ry (hallitus, kevät- ja syyskokous)
 Opintotoiminnan keskusliitto (hallitus, kevät- ja syyskokous)
 Raha-automaattiyhdistys (vuosikokous)
 Rikoksantorjuntaneuvosto
 Rikoksantorjuntaneuvoston väkivaltajaosto (puheenjohtajuus)
 Rikosuhripäivystys (hallitus)
 Sosiaali- ja terveysjärjestöjen yhteistyöyhdistys
 YTY ry (kevät- ja syyskokous)
 Sosiaali- ja terveysturvan Keskusliitto ry (hallitus, liittovaltuusto, liittokokous)
 Soveltava liikunta SOVELI ry (kevät- ja syyskokous)
 Suomalaisen Työn Liitto (vuosikokous)

Suomen Kansanterveysyhdistys ry (hallitus, vuosikokous)

- Kantele Oy (hallitus)

- Kanresta Oy (hallitus)

Suomen köyhyyden ja syrjäytymisen vastainen verkosto (EAPN-Fin) (hallitus, yleiskokous)

Suomen Liikunta ja Urheilu SLU ry (kevät- ja syyskokous)

Suomen Pakolaisapu ry (kevät- ja syyskokous)

Takuu-Säätiö (hallitus, valtuuskunta)

Tapiola (yhteistyövaliokunta)

- Henki-Tapiola (hallintoneuvosto)

Terveyden edistämisen keskus ry (hallitus, kevät- ja syyskokous)

Vapaaehtoisen puhelin- ja verkkoauttamisen

eettisten periaatteiden neuvottelukunta (hallitus)

Varhaisen puuttumisen verkosto Varpu

Vates-Säätiö (valtuuskunta)

Y-säätiö (hallitus, valtuuskunta)

Kansainväliset yhteistyökumppanit

Euroopan perheterapiaseura (EFTA) (yleiskokous)

Kansainvälinen perheterapiaseura (IFTA)

(yleiskokous)

Kansainvälinen itsemurhien ehkäisyjärjestö (IASP)

Kansainvälinen kriisipuhelinpalvelujen liitto

(IFOTES) (kansainvälinen komitea)

Kansainvälinen sosiaalipolitiikan Suomen

toimikunta (ICSW) (kevät- ja syyskokous)

Mielenterveyden maailmanliitto (WFMH) (yleiskokous)

Mielenterveyden maailmanliiton Euroopan

alueen neuvosto (MHE) (hallitus, yleiskokous)

Euroopan köyhyyden ja syrjäytymisen vastainen verkosto (EAPN-EU) (yleiskokous)

WHO:n Miesten terveysfoorumi (EMHF)

Suomen Mielenterveysseuran yhdistysjäsenet

Ensi- ja turvakotien liitto

Henkirikosten uhrien läheiset

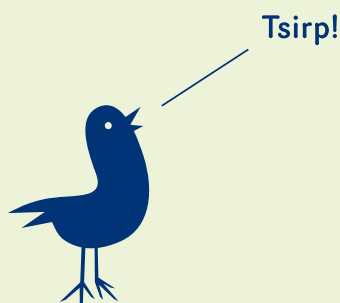
Iisalmen Mielenterveystuki



MIELENTERVEYSSEURAN PALVELUT

www.mielenterveysseura.fi

- uutisia, tapahtumia
- tietoa mielen hyvinvoinnista
- tukea ja apua



Valtakunnallinen kriisipuhelin 01019 5202

Verkkokriisikeskus
www.tukinet.net

Suomen Mielenterveysseuran kriisikeskusverkosto
19 kriisikeskusta ympäri maan

Rikosuhripäivystys Etelä-Suomen aluetoimisto
(09) 41350 550, etelasuomi@riku.fi, www.riku.fi

SOS-kriisikeskus
Kriisivastaanotto ja tukihenkilötoiminta
(09) 41350 510, sos-keskus@mielenterveysseura.fi
www.sos-keskus.fi

SOS-auto
Ympäri vuorokautinen päivystys 31.12.2009 asti

Ulkomaalaisten kriisipalvelut
Telephone (09) 41350 501

Varhaiskuntoutus- ja ryhmätoiminta
(09) 61551 706, varhaiskuntoutus@mielenterveysseura.fi

Suomen Mielenterveysseuran koulutuskeskus
Ratamestarinkatu 9, 00520 Helsinki
(09) 41503 600, www.koukes.fi

SUOMEN MIELENTERVEYSSEURAN VUOSI 2009

- Maailman mielenterveyspäivänä 10. lokakuuta vaadittiin mielenterveyspalvelujen saamista samanarvoisiksi perusterveydenhuollon muiden palveluiden kanssa.
- 20 000 kansalaista kirjoitti vetoomuksen mielenterveyspalvelujen puolesta.
- Yli 17 000 ihmistä sai apua ja tukea vaikeassa elämäntilanteessa SOS-kriisikeskuksessa.
- SOS-autossa kehitetty toimintamalli siirtyi lähtökohdaksi Helsingin alkavan kriisipäivystyksen toiminnassa.
- Kansalaistoiminta järjesti koulutusta paikallisten seurojen ja muiden tahojen toimijoille: 91 koulutustilaisuutta, joihin osallistui 2 200 henkilöä.
- Paikallisten seurojen yhdistys- ja tukihenkilötoiminnan laadun arviointi ja kehittäminen jatkui.
- Depressiokoulu – Opi masennuksen ehkäisy- ja hoitotaitoja -kirjan myynti ylsi 27 000 kappaleeseen.
- Kauppakeskus Sellon ampumistragedian yhteydessä käytyyn julkiseen kriisikeskusteluun seura osallistui sekä muissa medioissa että omassa lehdessään. Neuvonnan ja palveluiden lisäksi seura tarjosi kouluhankkeittensa kautta mallia nuorten tukeen ja kriisiapuun koulussa.
- Mieli 2009 – kansalliset mielenterveyspäivät kokosivat keskusteluun asiantuntijoita, kehittäjiä ja päättäjiä.
- MDFT – monimuotoista perheterapiaa ja koulutusta ryhdytään tuomaan Suomeen.
- Tietohallinnon kolmevuotinen kehityshanke käynnistyi.
- Seura maksoi pois pitkäaikaisen lainan ja on velaton vuoden 2010 alusta.



SUOMEN
MIELEN-
TERVEYS-
SEURA

Suomen Mielenterveysseura
Maistraatinportti 4 A • 00240 HELSINKI
Puhelin (09) 615 516 • Faksi (09) 6155 1770

www.mielenterveysseura.fi

ISBN 978-952-5513-70-7