**Vuosikertomus 2017**







SISÄLLYSLUETTELO

Sisällys

[1. Mielenterveysyhdistys HELMI ry 3](#_Toc509923650)

[2. Yhdistyksen organisaatio 4](#_Toc509923651)

[2.1. HALLINTO 4](#_Toc509923652)

[2.2. HENKILÖSTÖ 5](#_Toc509923653)

[2.3 TOIMITILAT 5](#_Toc509923654)

[3. Yhdistyksen toiminta 5](#_Toc509923655)

[3.1. Toiminta Helmi-taloilla 6](#_Toc509923656)

[3.1.1 Kävijämäärä ja aukiolopäivät 6](#_Toc509923657)

[3.1.2 Ryhmät 7](#_Toc509923658)

[3.1.3 Retket ja tapahtumat 9](#_Toc509923659)

[3.1.4 Lomat ja kurssituki 12](#_Toc509923660)

[3.2 Keittiötoiminta 12](#_Toc509923661)

[3.3 Palveluohjaus 14](#_Toc509923662)

[3.4 Tukihenkilötoiminta ja vapaaehtoistoiminta 16](#_Toc509923663)

[4. Viestintä ja yhteiskunnallinen vaikuttaminen 19](#_Toc509923664)

[5. Yhteistyö 20](#_Toc509923665)

[6. Talous ja rahoitus 22](#_Toc509923666)

[6.1. Varainhankinat ja sijoitustoiminta 22](#_Toc509923667)

[6.2. Tilikauden 2017 tuloksen arviointi 22](#_Toc509923668)

[Liitteet 23](#_Toc509923669)

# Mielenterveysyhdistys HELMI ry

Mielenterveysyhdistys HELMI ry on vuonna 1983 perustettu mielenterveyskuntoutujien ruohonjuuritason etujärjestö ja toimintayhteisö. HELMI ry:n toiminnan tavoitteena on mielenterveyskuntoutujien yhteiskunnallisen aseman parantaminen ja syrjäytymisen ennaltaehkäisy. Tähän tavoitteeseen pyritään kannustamalla jäseniä yhteisöllisyyteen osallistumisella ja osallistamisella. Vapaaehtoisuuteen ja vertaisuuteen perustuvan sekä arkielämää tukevan toiminnan toteuttaminen, kehittäminen ja koordinointi, on myös tärkeä osa yhdistyksen toimintaa.

Helmin toiminnassa lähtökohtana ovat vertaisuus, osallistaminen sekä vapaaehtoisuus. Jäsenet ja toiminnassa mukana olevat osallistuvat keskinäisen tuen ja vapaaehtoisuuden periaatteella päivittäin erilaisiin ryhmiin tai toiminnan muotoihin. Myös henkilökohtaista tukea on saatavilla elämänhallinnan vahvistamisen sekä tukihenkilötoiminnan kautta. Tätä kaikkea tukee sitoutunut ja koulutettu henkilökunta, jonka toiminnan pääperiaatteena on kohdata kaikki toiminnassa mukana olevat tasavertaisina, sekä tukea ja kannustaa omatoimisuuteen.

**Yhdistyksen toiminnan tarkoitus** on mielenterveyskuntoutujien tukeminen ja syrjäytymisen ennaltaehkäisy tuottamalla matalan kynnyksen toimintaa, johon on helppo osallistua omana itsenä. Yhdistys tuottaa tämän toiminta-ajatuksen mukaisia palveluita ja pyrkii vähentämään ennakkoluuloja lisäämällä tietoisuutta mielenterveysasioista.

Yhdistys tähtää aktiiviseen tiedotus- ja yhteiskuntavaikuttamiseen sekä yhteistyöhön mielenterveysalan toimijoiden kanssa.

**Yhdistyksen missio** on olla vahva yhteisö, joka auttaa mielenterveyskuntoutujia omannäköiseen hyvään elämään.

Mielenterveysyhdistys HELMI ry:n yleisiä tavoitteita vuodelle 2017 olivat:

* Yhteiskunnallisen syrjäytymisen estäminen ja ihmisarvon tuntemuksen vahvistaminen sairaudesta huolimatta. Tätä tavoitellaan osallistumisella ja osallistamisella, omien resurssien ja voimavarojen rajoissa, - sekä tukemalla sosiaalisten suhteiden luomiseen ja ylläpitoon.
* Yksilön hyvinvoinnin ja toimintakyvyn edistäminen. Osallistumalla yhteiseen tekemiseen, kokemalla itsensä tärkeäksi muiden seurassa tai tekemällä asioita, jotka tuottavat yhteistä hyvää.
* Ennakkoluulojen poistaminen ja mielenterveysväen aseman parantaminen yhteiskunnassa verkostoitumalla, viestimällä, tiedottamalla aiheesta, sekä osallistumalla erilaisiin tapahtumiin.
* Jäsenmäärän ja toiminnassa mukana olevien määrän maltillinen kasvattaminen, sekä yhä useamman mukaan tuleminen Helmi ry:n toimintaan. Toimintamuotoja tarkastellaan luovasti uutta kehittäen.
* Toiminnan laajentaminen ja kehittäminen siten, että entistä useampi ja kaikki ikäluokat löytävät toiminnasta itselleen sopivia ulottuvuuksia.
* Vapaaehtoistoimintaan osallistuvien määrän kasvattaminen. Pyritään löytämään jäsenistöstä sekä muualta uusia vapaaehtoisia toimintaan mukaan.
* Yhdistyksen strategian loppuun työstäminen ja jalkauttaminen käytännön tasolle.
* Luodaan arviointisuunnitelma ja riskianalyysi, joiden avulla kehitetään entisestään arviointi- mittareita toiminnalle.

# Yhdistyksen organisaatio

## 2.1. HALLINTO

Yhdistyksen sääntömääräiset kokoukset pidettiin vuonna 2017 seuraavasti:

Kevätkokous 4.5.2017 Pasilan Helmi-talolla. Puheenjohtajana kokouksessa toimi kaupunkineuvos Rakel Hiltunen. Osallistujamäärä 28 henkilöä.

Syyskokous 16.11.2017 Herttoniemen Helmi-talolla. Puheenjohtajana kokouksessa toimi kaupunkineuvos Rakel Hiltunen. Osallistujamäärä 41 henkilöä.

**Yhdistyksen hallituksen kokoonpano vuonna 2017:**

Päivi Seila, puheenjohtaja

Timo Krohn, 1.varapuheenjohtaja

Juha Porkola, 2.varapuheenjohtaja

Allan Wilen

Eija Honkala

Kaj Erlund

Tuula Samulin

varajäsenet:

Arja Pieviläinen

Timo Koivistoinen

Roosa Tiensuu

Arto Haatanen

Yhdistyksen syyskokouksessa valittiin erovuoroisten jäsenten tilalle 3 varsinaista jäsentä ja kaksi varajäsentä.

Syyskokous, 18.11.2017, valitsi seuraavat henkilöt yhdistyksen hallitukseen, (suluissa esitetty toimintakausi):

varsinaiset jäsenet:

Roosa Tensuu (2018-2019)

Mikko Kallio (2018-2019)

Timo Krohn (2018-2019)

varajäsenet:

Allan Wilén (2018-2019)

Veli-Matti Lehikoinen (2018-2019)

Hallituksen järjestäytymiskokouksessa 14.12.2017 valittiin 1.varapuheenjohtajaksi Timo Krohn ja 2.varapuheenjohtajaksi Kaj Erlund.

Yhdistyksen tilintarkastajiksi valittiin toimintavuodeksi 2017 Tilintarkastusyhteisö Oy Tuokko Ltd:

Päävastuullinen tilintarkastaja HT Meri Väinölä

Varatilintarkastajat KHT Timo Tuokko ja KHT Terhi Latvala

## 2.2. HENKILÖSTÖ

Yhdistyksessä oli vuonna 2017 9 vakituista työntekijää; toiminnanjohtaja, järjestösihteeri, kaksi keittiötoiminnan ohjaajaa, jäsentoiminnan ohjaaja, ryhmätoiminnanohjaaja, kaksi palveluohjaajaa ja vapaaehtoistoiminnan ohjaaja.

Yhdistys tukee henkilökunnan työssäjaksamista työnohjauksen mahdollistamisella, vuosittaisilla virkistyspäivillä ja tyky-toiminnalla. Lisäksi yhdistys tarjoaa henkilökunnan ammattitaidon kehittämiseksi ja ylläpitämiseksi mahdollisuuden osallistua koulutuksiin. Henkilökunta osallistui vuoden aikana talon ulkopuolisiin koulutuksiin ja seminaareihin, jotka tukivat heidän työtään.

Esimiestyön rakenteita on vuonna 2017 kehitetty entisestään ja nämä tukevat myös omalta osaltaan henkilöstön työssäjaksamista. Säännöllisissä kehityskeskusteluissa ja esimiestapaamisissa keskustellaan työssäjaksamisesta ja työn kehittämisestä ja haasteista. Lisäksi yhdistys tarjoaa työterveyspalvelut henkilökunnalle.

Työsuojelun toimintaohjelman mukaan vuonna 2017 toteutettiin paloturvallisuus koulutus sekä yhden vastuu henkilön jatkokoulutus ensiapuvastaavana.

## 2.3 TOIMITILAT

Yhdistyksen käytössä oli kaksi vuokrattua toimitilaa Helsingissä: Pasilan Helmi –talo osoitteessa Pasilan puistotie 7, ja Herttoniemessä osoitteessa Mäenlaskijantie 4. Kävijämäärä Helmi –taloilla oli toimintavuonna yhteensä 11 614 (9707/2016).

# Yhdistyksen toiminta

Mielenterveysyhdistys HELMI ry:n varsinainen matalan kynnyksen toiminta jakautuu Helmi-taloilla tapahtuvaan ryhmätoimintaan, retkiin ja tapahtumiin, keittiötoimintaan, palveluohjaukseen, tukihenkilötoimintaan ja vapaaehtoistoimintaan, sekä viestintään ja yhteiskunnalliseen vaikuttamiseen. Kaikessa toiminnassa ovat keskiössä jäsenet ja toiminnassa mukana olevat mielenterveysaiheesta kiinnostuneet ihmiset.

Vuoden 2017 lopussa yhdistyksen jäsenmäärä oli 1098. Valtaosa toiminnasta ja jäsenistä keskittyy Helsinkiin ja sen lähialueille. Yhteiskunnallisen vaikuttamisen ja Helmi-lehden kautta jäseniä on tullut myös muualta Suomesta. Toimintaan osallistuvan ei tarvitse olla jäsen, mutta yleensä aktiivisesti toiminnassa mukana olevat liittyvät jäseniksi erilaisten jäsenetujen myötä.

Toiminta keskittyy suurelta osin Herttoniemen ja Pasilan Helmi-talojen ympärille. Matalan kynnyksen Helmi-talot ovat kävijöille voimauttavia paikkoja, joihin voi tulla osallistumaan tai oleskelemaan. Viikoittaista toimintaa on myös talojen ulkopuolella erilaisten retkien ja tapahtumien muodossa.

Yhdistyksen strategia valmistui vuonna 2017, jonka jalkauttamista aloitetaan suunnitelmallisesti tekemään. Strategiasta järjestettiin jäsenille ja toimintaa osallistuville infotilaisuus. Tilaisuudessa esiteltiin uusi strategia, sekä käytiin yhteistä keskustelua aiheesta ja esitettiin kysymyksiä.

## 3.**1. Toiminta Helmi-taloilla**

Helmi-taloilla järjestettävän matalan kynnyksen toiminnan keskeisenä tavoitteena on toimintaan osallistuvien tukeminen kannustamalla osallistumaan, sosiaalisten verkostojen rakentaminen ja vahvistaminen sekä vertaistoimintaan kannustaminen. Yhtenä tavoitteena on tarjota syrjäytymisvaarassa oleville yhdenvertainen mahdollisuus osallistua yhteiskunnan tarjoamiin erilaisiin liikunta- ja kulttuuritapahtumiin sekä retki- ja lomatoiminnan mahdollistaminen niille, joilla oman taloudellisen- tai terveydellisen tilanteen kautta ei tätä mahdollisuutta muuten olisi.

### 3.1.1 Kävijämäärä ja aukiolopäivät

Yhdistyksen Helmi-taloilla vuonna 2017 oli yksittäisiä eri kävijöitä keskimäärin 225 eri henkilöä kuukaudessa ja käyntikertoja taloilla oli yhteensä 11 614 kappaletta. Kävijöiden, sekä käyntikertojen määrä on selkeästi lisääntynyt vuoden 2017 aikana verrattuna aiempiin vuosiin. Pasilan Helmi-talolla on panostettu vuonna 2017 entistä enemmän siihen, että kävijöitä on muistutettu merkitsemään käyntinsä listaan, tämä voi olla yksi syy kasvuun.

Aukiolopäiviä oli Pasilassa 365 ja Herttoniemen talolla 240. Pasilan Helmi-talon aukiolon 365 päivää vuodessa mahdollistaa vapaaehtoiset päivystäjämme, joita oli yhteensä 13 henkilöä vuoden aikana. Päivystyskertoja heille kertyi 290. Päivystäjät pitivät talon auki myös arki- ja juhlapyhinä, joka koetaankin todella arvokkaaksi. On tärkeää, että juhlapyhinäkin on auki jokin mukava paikka, jossa saa vertaistukea, ja juhlapyhät huomioidaan asiaankuuluvin herkuin ja koristeluin. Päivystäjien perehdytystä lisättiin ja otettiin käyttöön päivystäjäpalaverit kaksi kertaa vuodessa sekä vastuusopimukset otettiin käyttöön. Näin päivystäjät ovat alkaneet suhtautua päivystämiseen vastuullisemmin, suunnitelmallisemmin sekä oma-aloitteisemmin.

Vuonna 2017 Pasilan taloon kävi tutustumassa yhteensä noin 228 henkilöä ja Herttoniemessä

198 henkilöä. Pasilassa suoritti lähihoitaja opintoihin liittyvän harjoittelunsa 2 opiskelijaa, Herttoniemessä yksi lähihoitaja ja kaksi sairaanhoitaja opiskelijaa.

### 3.1.2 Ryhmät

Suurimmassa osassa Helmi-taloilla kokoontuvissa ryhmissä ryhmänohjaajana toimii vapaaehtoinen vertaisohjaaja.

Ryhmien lukumäärä vuonna 2017 oli Herttoniemen Helmi-talolla 31 eri ryhmää. Herttoniemen Helmi-talolla eri ryhmien kokoontumiskertoja oli yhteensä 397 ja niihin käyntikertoja yhteensä

2206. Pasilan Helmi-talolla ryhmiä oli 27. Käyntikertoja näissä ryhmissä oli 2055 ja kokoontumiskertoja yhteensä 331. Ryhmien määrä on kasvanut molemmilla Helmi-taloilla todella paljon verrattuna aiempiin vuosiin.

Herttoniemen Helmi- talon ryhmistä suurin osa painottui luovaan tai taiteelliseen toimintaan. Vuonna 2017 kokoontui viikoittain erilaisia kuvataideryhmiä, luovan kirjoittamisen ryhmiä, huovutusryhmä ja lauluryhmä Helmin Närhet. Uusina vakituisina ryhminä aloittivat suuren suosion saanut ja paikkansa vakiinnuttanut tarinatuokio, kuten myös piirustusimprovisaatio ryhmä. Liikunnallista hyvinvointia lisäsi kävelyryhmä, joka aloitti syksyllä ja toimi kahden kuukauden ajan kahtena päivänä viikossa. Lisäksi talolla kokoontui useita kurssimuotoisia teemaryhmiä, esim. kortti-, koru- ym. askarteluryhmiä.

Vuonna 2017 ryhmätoimintaa kehitettiin Pasilan Helmi talolla. Keväällä 2017 käynnistettiin nuorten aikuisten toimintaan mukaan saamiseksi mainoskampanja yhdessä Sospedin Mieletöntä valoa- vertaistuottajien kanssa. Tavoitteena oli kehittää ryhmätoimintaa niin, että myös nuoremmat (18-40vuotiaat) kävijät saisivat talolta enemmän näköistään toimintaa ja vertaistukea. Mainostamiseen ja tiedottamiseen panostettiin isosti ja järjestimme talolla ryhmien käynnistämiseen liittyvän informatiivisviihteellisen Kick off tapahtuman. Kampanjan keulakuvana ja tapahtumassa esiintymässä oli monille nuorille tuttu mediapersoona Saara Sarvas, jonka kokemuspuheenvuoro uupumuksesta, syömishäiriöistä ja masennuksesta

selviytymisestä kosketti ja kannusti monia nuoria kuulijoita. Esiintymässä oli myös mielenterveysräppiä esittävä mimmiräppiduo Särö. Tapahtumassa oli reilu parikymmentä alle 30 vuotiasta osallistujaa ja palaute oli erittäin positiivista. Kick off tapahtuman jälkeen talolla starttasi neljä uutta nuorten aikuisten ryhmää (taiteellinen lukupiiri, ratkaisukeskeinen keskusteluryhmä, photoshop-kurssi, ja musahässäkkä-bändiryhmä). Ryhmiä ohjasivat vapaaehtoiset vertaisohjaajat ja opiskelijat. Ryhmäkertoja oli vuoden aikana yhteensä 44 kertaa ja niihin osallistui yhteensä 22 eri nuorta. Ryhmistä Musahässäkkä jäi vakituiseksi ja se kokoontuu edelleen viikoittain yhteisen jammailun merkeissä. Muut ryhmät olivat kolmesta seitsemään kerran kurssimuotoisia ryhmiä. Pasilan toimintaan on vuoden aikana arvion mukaan jäänyt reilu kymmenen uutta nuorta aikuista pysyvästi.

Uusia vakiintuneita ryhmiä Pasilan Helmi talolla olivat mm. taideterapeuttinen kuvapaja, pelikerho ja kaksisuuntaisten keskusteluryhmä yhdessä Kaksisuuntaiset ry:n toimijoiden kanssa. Lisäksi kokeiltiin nuorten ryhmien lisäksi mm. myös luontokerhoa, pressiklubia, musiikkituokiota ja useita kurssimuotoisia ryhmiä afrotanssista kansainvälisiin kokkauskursseihin. Pasilan ryhmätoiminnanohjaaja koordinoi myös liikunta- ja kokkausryhmiä Liikuntavirastolla, Aikuisopistolla sekä Helsingin työväenopistolla. Talon ulkopuolella kokoontuvia liikunta- ja harrasteryhmiä oli yhteensä 15, joissa kävi yhteensä 102 henkilöä.

Liikuntaviraston kanssa tehtävään yhteistyöhön tuli suuri muutos syksyllä 2017 heidän toiveestaan. Ilmoittautumiset siirtyivät suoraan liikuntavirastolle ja erityisliikuntaryhmiin voivat ilmoittautua kaikki halukkaat suoraan, ilman Helmin välikättä. Muutos tarkoitti meille käytännössä sitä, ettemme enää pystyneet koordinoimaan Helmin toimintaan osallistuvia ryhmiin edullisemmin, emmekä saaneet heistä osallistujatietoja.

Vuonna 2017 yhdistys päätti kehittää liikuntaryhmien käytäntöä niin, että pystyimme edelleen tukemaan kävijöitämme ja jäseniämme edulliseen liikuntaan. Otimme käyttöön systeemin, jossa henkilö ensin Liikuntavirastolle laskun maksettuaan sai tulla Helmi-taloille lasku ja maksukuitti mukanaan ja hyvitimme laskusta takaisin 50%. Näitä liikuntaryhmähyvityksiä haki Helmiltä yhteensä 34 henkilöä ja liikuntahyvityksiä maksettiin yhteensä 606 euroa. Hyvityksen hakijoita oli oletettua vähemmän, runsaasta tiedottamisesta huolimatta. Tämä todennäköisesti johtui siitä, että uudet käytännöt ja muutokset vievät aina aikaa ennen kuin ne huomataan ja otetaan käyttöön. Kaiken kaikkiaan tuettuja liikunta ym. kursseja talon ulkopuolella kokoontui vuoden aikana yhteensä 15 ryhmää, joissa kävijöitä oli yhteensä 102 henkilöä.

### 3.1.3 Retket ja tapahtumat

Retkiä ja tapahtumia Helmi-taloilta toteutettiin yhteensä 167kpl. Osallistujia näihin oli vuoden aikana yhteensä 2249 henkilöä. Yhdistyksen järjestämät retket ja tapahtumat on lisääntyneet huomattavasti vuoden 2017 aikana.

Vuoden aikana tehtiin perinteisten kotimaan päiväretkien Lahti, Elimäki ja Kouvola lisäksi Tallinnan päiväreissu sekä uutena toimintana Pietarin kolmen päivän matka. Lisäksi tehtiin useita retkiä pääkaupunkiseudulla moniin erilaisiin kohteisiin, kulttuuri- ja muihin tapahtumiin ja konsertteihin, sekä kesällä erilaisia ulkoilmaretkiä. Pietarin matkalle haettiin erillisellä hakulomakkeella. Hakemuksia tuli noin kolmekymmentä, joista matkalle pääsi 12 henkilöä, 6 miestä ja 6 naista (hyttijaon takia). Näistä suurin osa oli henkilöitä, jotka eivät muuten pääsisi matkustamaan koskaan minnekään rahan tai seuran puutteen vuoksi. Ulkomaanmatkoja pyritään toteuttamaan vuosittain myös jatkossa, palautteiden ja kyselyiden perusteella niitä kaivataan.

Perinteisten joulun ja muiden juhlapyhien teematapahtumien lisäksi Pasilassa startattiin säännölliset terapiakoirapäivät ja järjestettiin pihapeli- ja grillauspäiviä sekä ohjelmallisia perjantaikahviloita. Herttoniemessä vieraili koirakaveri ja järjestettiin tapahtumia erilaisten juhlapyhien yhteyteen, vietettiin taidenäyttelyn avajaisia ja loppuvuodesta juhlittiin uudenvuoden tunnelmissa varaslähtöä yhdistyksen juhlavuoteen.

Helmi taloilla järjestettiin myös useita keskusteluiltoja eri aihein: kevät 2017 oli kuntavaaliaikaa ja Helmissä toteutettiin mahdollisuus haastatella eri puolueiden edustajia. Vieraaksemme saimme edustajat 6:sta pääpuolueesta. Aikaisemmin toteutetut kyselytunnit muutettiin syksyllä 2017 keskusteluilloiksi. Iltoja järjestettiin kuukausittain, yhteensä 5 kpl. Keskusteluiltojen aiheet toteutettiin kävijöiden toiveiden mukaisesti. Aiheet olivat seuraavat: Avoin dialogi- Keroputaan malli, Terveellinen arki, Psykoosi, mikä se on – miten sen tunnistaa sekä Recovery / Toipumisorientaatio – periaatteet toipumisen ja mielekkään elämän näkökulmasta. Marraskuun keskusteluilta siirtyi keväälle 2018, luennoitsijan estymisen vuoksi.

Helmi-päivää vietettiin Herttoniemen Helmi-talolla, jossa vuoden 2017 Helmiläiseksi valittiin Tuula Hakkarainen. Molemmilla taloilla juhlittiin eri juhlapyhiä ja erilaisia tapahtumia järjestettiin Helmi taloille näiden aikaan. Molemmilla taloilla tarjottiin vuoden aikana perinteisen ryhmätoiminnan lisäksi myös mahdollisuus osallistua edulliseen hierontaan, joka oli todella suosittu.

Palautetta kerättiin suoraan ryhmien osallistujilta kevätkauden ja syyskauden päättyessä. Pasilan ryhmäpalautteita saatiin yhteensä 101 kappaletta eri ryhmistä. Pasilan järjestämistä tapahtumista ja retkistä palautteita saatiin 170 kappaletta. Suurin osa vastanneista oli kokenut tulleensa tervetulleeksi ja huomioiduksi ja että henkilökuntaa on ollut helppo lähestyä. Sadasta yhdestä vastaajasta 8 henkilöä kehittäisi toiminnassa tiedotusta ja 4 henkilöä henkilökunnan osaamista. 94 henkilöä oli kokonaisuudessaan täysin tai lähes tyytyväinen toimintaan. Tapahtuma- ja retkipalautteista ilmeni samanlaiset lukemat; muutama kehittäisi toiminnassa tiedotusta, sekä henkilökunnan osaamista. Lähes kaikki vastanneista kokivat saaneensa tapahtumista ja retkistä voimia arkeen ja kokivat toiminnan hyödylliseksi.

Herttoniemen Helmi-talolla palautetta kerättiin ryhmistä niiden päättyessä sekä tapahtumista ja retkistä. Ryhmäpalautteita Herttoniemessä annettiin 43 kpl. Palautteen antaneet tunsivat olonsa tervetulleiksi ja huomioiduiksi ja kaikkien mielestä henkilökuntaa oli helppo lähestyä. Toiminnan itselleen hyödylliseksi koki 38 henkilöä, kolme oli osittain samaa mieltä. 33 henkilöä sai ryhmätoiminnasta voimia arkeen, 37 koki saavansa uutta tietoa tai uusia taitoja ja 40 oli kokonaisuudessaan tyytyväinen Herttoniemen ryhmätoimintaan. Kehittämistä oli kahden vastanneen mielestä tiedotuksessa, yksi kehittäisi toiminnan sisältöä ja laatua ja yhden henkilön mielestä ilmapiirissä olisi kehitettävää.

Tapahtumista ja retkistä annettiin 104 palautetta. Niiden mukaan 99 henkilöä tunsi olonsa tervetulleeksi ja huomioiduksi, neljä oli osittain samaa mieltä. 99:n henkilön mielestä henkilökuntaa oli helppo lähestyä ja neljä oli osittain samaa mieltä. Toiminnan itselleen hyödylliseksi koki 99, viisi oli osittain samaa mieltä. Voimia arkeen sai 90 henkilöä, 11 oli osittain samaa mieltä, yksi eri mieltä. Uusia tietoja ja taitoja sai 72 henkilöä ja neljä oli osittain samaa mieltä. Kokonaisuudessaan tapahtuma- ja retkitoimintaan tyytyväisiä oli 100, neljä oli osittain samaa mieltä. Yhdeksän henkilöä kehittäisi tapahtumien ja retkien tiedotusta. Kahden mielestä henkilökunnan osaamisessa olisi kehitettävää ja yksi kehittäisi toiminnan sisältöä ja laatua, yksi jotain muuta.

### 3.1.4 Lomat ja kurssituki

Loma- ja kurssitoiminnalla tuetaan ja edistetään psyykkistä ja fyysistä hyvinvointia mahdollistamalla mm. sosiaalisia kontakteja ja luomalla mielekästä tekemistä. Toimintavuonna järjestettiin yksi tuettu ryhmäloma. Loma järjestettiin yhteistyössä Hyvinvointilomat ry:n kanssa. Kesälomalle Lautsian Lomakeskukseen osallistui 15 lomalaista Helmin oma vertaislomaohjaaja mukaan luettuna. Vuonna 2017 Helmi ry sai Hyvinvointilomat ry:n kautta mahdollisuuden vain yhteen lomaan. Tuettu joululoma jäi sen takia toteutumatta.

Jäsenille tarjottiin myös mahdollisuutta hakea kurssitukea yleishyödylliseen koulutukseen.

**Palaute lomista:**

Kesälomaa vietettiin Lautsian Lomakeskuksessa Hauholla. Lomalle osallistui 15 henkilöä, kaikki antoivat palautetta lomasta. Heitä pyydettiin arvioimaan mm. lomapaikan sijaintia, lomaohjelmaa ja sitä, kokiko loman itselleen hyödylliseksi, saiko voimia arjessa jaksamiseen sekä saiko mahdollisesti jotain uutta tietoa ja taitoja. Lomalaisilta kysyttiin myös kehittämisen tarpeita ja mahdollista kiitosta toiminnasta aihealueilta tiedotus, henkilökunnan osaaminen sekä toiminnan sisältö ja laatu.

Kaikkien mielestä lomapaikan sijainti oli hyvä. Yhdeksän henkilöä piti Lomapaikan tarjoamaa lomaohjelmaa hyvänä, kolme piti osittain hyvänä ja yhtä henkilöä lomaohjelma ei miellyttänyt. 11 koki loman itselleen hyödylliseksi, kaksi oli osittain samaa mieltä. Voimia arjessa jaksamiseen sai 11 lomailijaa, kolme oli osittein samaa mieltä. Uutta tietoa ja uusia taitoja sai yhdeksän henkilöä, kaksi oli osittain samaa mieltä ja kaksi lomalaista ei saanut uutta tietoa tai taitoja. Tiedotusta pitäisi yhden lomalaisen mielestä kehittää, viisi antoi tiedotukselle kiitosta. Henkilökunnan osaamista kiitti kahdeksan henkilöä. Toiminnan sisältöä ja laatua kehittäisi kaksi ja kiitosta siitä antoi viisi henkilöä.

## 3.2 Keittiötoiminta

Vapaaehtoinen keittiötoiminta tarjoaa ihmisille mahdollisuuden osallistua ohjattuun mielekkääseen ja osallistavaan toimintaan tutussa ja turvallisessa ympäristössä.

Pasilan HELMI-talon keittiö oli avoinna vuonna 2017 pääsääntöisesti jokaisena viikon päivänä lukuun ottamatta heinäkuun kesäloma-aikaa, joulun ja uuden vuoden välipäiviä ja muutamia pyhäpäiviä. Herttoniemen Helmi-talo oli auki viitenä päivänä viikossa. Keittiötoiminnasta vastasi keittiötyön ohjaaja yhdessä vapaaehtoisten kanssa. Vuonna 2017 Pasilan HELMI-talon keittiössä myytiin lounaita yhteensä 5290 kappaletta ja Herttoniemen Helmi-talolla 2961.

Pasilan Helmi Café oli vuonna 2017 avoinna perjantai-iltapäivisin yhteensä 38 kertaa (37 kertaa vuonna 2016). Vierailijoita kahvilassa kävi yhteensä 757 henkilöä (edellisenä vuonna 509). Helmi Cafén aukiolosta vastasi aina yhdestä kahteen vapaaehtoista. Helmi Café on monelle kuntoutujalle tärkeä kohtaamis- ja keskustelupaikka perjantai-iltapäivinä ja näin ollen kävijämääräkin on lisääntynyt vuoden aikana. Kahvilassa on järjestetty myös ohjelmallisia iltoja elävän musiikin tai runojen parissa. Kahvila Herttoniemessä oli auki joka toinen lauantai yhteensä 18 kertaa ja asiakkaita kävi 260. Vastaavat luvut v. 2016 oli 20 kertaa ja 240 asiakasta.

Pasilan Helmi Cafén yhteydessä aloitettiin lisäksi syksyllä koirakahvilatoiminta, jossa Helmin vapaaehtoinen vierailee kolmen koiransa kanssa kahvilassa ja talolla vierailijoilla on mahdollisuus tutustua eläimiin. Koirakahvila-teema ehdittiin toteuttaa viisi kertaa syksyn aikana. Koirien vierailun on kerrottu olevan terapeuttista ja rentouttavaa.

Vapaaehtoisten määrä on hieman noussut molempien Helmi-talojen keittiöissä, kuten alla olevassa kuvassa näkyy. Lisäksi molempien talojen keittiöissä on ollut työkokeilun harjoittelua suorittamassa keittiötoiminnassa. Molempien Helmi-talojen keittiö- ja kahvilatoimintaan osallistuville vapaaehtoisille järjestettiin keväällä 2017 omavalvontakoulutus Pasilan toimipaikassa. Koulutukseen osallistui 11 henkilöä. Vapaaehtoisille järjestettiin myös keväällä ja syksyllä 2017 virkistysiltapäivät.

Keittiötoiminnan vapaaehtoiset ovat osallistuneet ruokalistasuunnitteluun toimintasuunnitelman mukaisesti ja ideoineet terveellisiä lounasruokavaihtoehtoja. Keittiötoiminnassa on vuoden aikana keskitytty hyvän yhteishengen luomiseen ja toisten kannustamiseen. Keittiötoiminnassa molemmilla Helmi-taloilla on vuoden 2017 aikana huomioitu erilaiset juhlapyhät kuten ystävänpäivä, juhannus, halloween, itsenäisyyspäivä ja joulu, jolloin on järjestetty myös teemaan liittyvää ohjelmaa. Lisäksi ohjelmaa on järjestetty Pasilan Helmi-talolla Pasila-päivänä, jolloin tehtiin picnicretki luontoon sekä vietettiin grillauspäiviä Pasilan Helmi-talon pihalla.

Vuonna 2017 aloitettiin yhteistyö Helsingin Työttömien, HETY ry:n kanssa. Pasilan lounaskeittiössä järjestettiin vuoden aikana viisi kertaa kansainvälisen ruoanlaiton ryhmä yhteistyössä Helsingin työttömien kanssa. Toteutuksesta vastasivat ohjaajat ja vapaaehtoiset yhdessä. Herttoniemen keittiössä järjestettiin teemaviikkoja, jolloin lounaalla oli tarjolla makuja maailmalta.

Molemmilla Helmi-taloilla järjestettiin ravitsemus- ja painonhallintaryhmiä vuoden aikana. Toteutuksesta vastasivat Helsingin yliopiston ravitsemusterapeuttiopiskelijat. Tätä yhteistyötä jatketaan Herttoniemen Helmi-talolla vielä vuonna 2018.

Pasilan keittiö toteutti vuoden 2017 keväällä sekä syksyllä myös kirjalliset tyytyväisyyskyselyt lounasasiakkaidensa keskuudessa. Kyselyyn oli mahdollista vastata viikon ajan palautelomakkeella ja palauttaa Pasilan talon ruokasalissa olevaan suljettuun laatikkoon. Kyselyyn vastasi 35 lounasasiakasta, jotka olivat pääsääntöisesti erittäin tyytyväisiä lounasruokailuun ja kokivat toiminnan itselleen tärkeäksi. Kyselyyn vastanneet esittivät myös runsaasti lounasruokatoiveita. Herttoniemen keittiössä järjestettiin tyytyväisyyskysely vuoden lopussa johon vastasi 17 henkilöä, jotka pääsääntöisesti kiittelivät ja olivat tyytyväisiä ruokaan, sekä esittivät toiveita ruokalistalle.

Helmi Caféssa toteutettiin vastaava kysely syksyllä 2017. Kyselyyn vastasi 24 henkilöä, jotka olivat tyytyväisiä toimintaan. Kahvilassa kävijät arvostivat erityisesti sitä, että heillä oli mahdollisuus tavata muita ihmisiä ja nauttia edullisia kahvilatuotteita joka perjantai-iltapäivä.

Helmin keittiössä Pasilassa suoritettiin elintarvikevalvonnan tarkastus Helsingin kaupungin elintarviketarkastajan toimesta syksyllä 2017. Helmin lounasravintola sai Oiva-raportin kaikista osa-alueista oivallisen arvosanan.

## 3.3 Palveluohjaus

Palveluohjaus on yksilöllistä tukea, jonka piiriin pääsevät ne toiminnassa mukana olevat, jotka tarvitsevat tukea ja ohjausta asiointiin ja henkilökohtaiseen arjessa selviämiseen opetteluun. Palveluohjauksen yksilötasolle kohdistuva aktivointi lähtee siitä tavoitteesta, että yhteiskunnasta syrjäytymisvaarassa oleva henkilö pääsee takaisin osaksi yhteiskuntaa. Helmin palveluohjaus ei ole hoidollinen vaan sitä täydentävä taho. Sairaalasta kotiuduttua voi palveluohjauksen rooli olla merkittävä. Palveluohjaaja tukee ja ohjaa tuettavan hoitamaan omia asioitaan ja pitämään kiinni sovituista hoitokontakteista ja tapaamisista.

Palveluohjaus on ammatillista rinnalla kulkemista ja ohjausta sekä yksilöllisen tuen tarjoamista. Palveluohjaus alkaa usein kotona tehtävästä toiminnasta, perusasioiden kuten oman hygienian, kodinhoidon sekä ruokailun merkityksen opettelemisesta jatkuen

omakohtaisen asioinnin ja arjessa selviämisen harjoitteluun. Elämänhallintaan liittyvien asioiden hoidossa ohjattavat tarvitsevat myös paljon tukea ja erilaiset asiointikäynnit esimerkiksi terveysasemalla, sosiaalitoimistossa, KELAssa, psykiatrian hoitopaikoissa, edunvalvontatoimistossa, velkaneuvojalla, poliisilla jne. ovat myös suuressa roolissa palveluohjaustyössä.

Päivittäin yhdellä palveluohjaajalla on keskimäärin 2 – 3 tapaamista tuettavien arjessa. Sen lisäksi asioita hoidetaan puhelimitse, sähköpostilla ja tavataan Helmi-taloilla. Palveluohjaajat ovat tukena myös yksittäisissä tilanteissa Helmi-talojen arjessa, eikä näitä tapaamisia lasketa varsinaiseksi asiakkuudeksi. Keskustelun, ohjauksen/neuvonnan avulla tilanne voi rauhoittua tai se etenee niin, ettei laajempaan palveluohjaukseen ole tarvetta.

Osa palveluohjattavista tarvitsee huomattavan paljon tukea ja pitkäkestoista apua monella elämän osa-alueella. Palveluohjaustyö on usein hyvin intensiivistä, aikaa vievää ja kokonaisvaltaisesti ihmisen elämäntilanteeseen paneutuvaa. Osalle riittää lyhytkestoisempi tuki tietyssä elämäntilanteessa ja jonkun tietyn asian eteenpäin viemisessä. Palveluohjauksen tarkoituksena on olla tukemassa ja rinnalla kulkemassa haastavassa elämäntilanteessa. Kun omat voimavarat alkavat riittää tai tarvittavat tukimuodot ovat järjestyneet, on aika päättää palveluohjaustyöskentely.

Palveluohjaus on yksilöllistä lyhytkestoista ja tavoitteellista tukea, jonka tavoitteena on lisätä arjessa selviämistä. Yksilöllisen palveluohjauksen lisäksi yhdistys tarjoaa vuonna 2018 ryhmämuotoista palveluohjausta molemmilla taloilla. Palveluohjauksesta voidaan siirtyä vielä tukihenkilötoiminnan piiriin, jossa palveluohjaaja ja vapaaehtoistoiminnan ohjaaja yhteistyössä tuettavan kanssa etsivät sopivan tukihenkilön ja siirtyminen tukihenkilötoimintaan tehdään suunnitelmallisesti. Vuonna 2017 tukihenkilötoiminnan piiriin siirtyi 6 asiakasta, tarve olisi ollut useammalle, mutta yhdistyksellä on ollut haasteita löytää ja kouluttaa uusia tukihenkilöitä riittävästi tarpeen mukaan.

Vuonna 2018 palveluohjausta kehitetään entisestään sellaiseksi, että sillä tavoitettaisiin suurempi joukko tukea ja ohjausta tarvitsevia. Tämä tarkoittaa käytännössä sitä, että palveluohjauksessa tehtävä yksilötyöskentely kehitetään entistä tavoitteellisemmaksi ja aikaa rajataan lyhytkestoiseen työskentelyyn. Tämän lisäksi ryhmämuotoista palveluohjausta tarjotaan molemmilla taloilla uutena toimintona. Tätä kehitystä aloitettiin jo vuonna 2017 palveluohjauksessa ja asiakkuuksia päätettiin 28 henkilön kanssa. Ryhmämuotoista palveluohjausta aloitettiin myös jo vuonna 2017 jossain määrin, kun palveluohjaajat järjestivät MTEA1 Mielenterveyden ensiapu koulutuksen, johon osallistui 8 henkilöä, sekä Unelmakeidas ryhmän, johon osallistui 6 osallistujaa. Näiden lisäksi palveluohjaajat tarjosivat molemmilla Helmi-taloilla avointa matalan kynnyksen neuvontaa ja ohjausta kaikille kiinnostuneille kerran kuukaudessa. Yhteistyötä jatkettiin FinFami uusimaa ry:n ToivoTorstain kanssa, missä palveluohjaajat olivat mukana ja tapasivat omaisia ja heidän läheisiään.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **2014** | **2015** | **2016** | **2017** |
| Palveluohjaus asiakkaat | 37 | 53 | 59 | 57 |

Vuonna 2017 palveluohjaus asiakkaita oli yhteensä 57 henkilöä. Oheisessa kaaviossa näkyy, kuinka asiakkaita on tavattu keskimäärin asiakkuuden aikana.

Palveluohjauksen yhdeksi tavoitteeksi oli asetettu arvioinnin, tilastoinnin ja palautteen keräämisen kehittäminen. Vuonna 2017 otettiin käyttöön uusi tilastointipohja, jonka avulla pyritään myös seuraamaan palveluohjauksen tuloksia asiakkaalle ja asetettujen tavoitteiden etenemistä ja saavuttamista.

## 3.4 Tukihenkilötoiminta ja vapaaehtoistoiminta

Tukihenkilötoiminnalla autetaan niitä yhdistyksen jäseniä, jotka kokevat yksinäisyyttä, joiden omat tukiverkostot ovat puutteelliset, ja jotka tarvitsevat pidempiaikaista tukea. Keskimäärin noin puolet tuettavista on tullut palveluohjauksen piiristä, toisen puolen koostuessa muista yhdistyksen toiminnassa mukana olevista.

Vuonna 2017 solmittiin yhdeksän uutta tukihenkilösuhdetta. Voimassa olevia tukihenkilösuhteita oli joulukuussa 2017 yhteensä 26 kappaletta, tukihenkilöiden määrän ollessa 25. Yksi ilman tukisuhdetta ollutta tukihenkilö on ilmoittanut olevansa käytettävissä välittömästi sopivan henkilön löytyessä.

Järjestimme vuoden 2017 keväällä tukihenkilökoulutuksen, johon osallistui yhteensä seitsemän vapaaehtoisuudesta kiinnostunutta henkilöä. Kouluttajina toimivat oma

henkilökunta sekä muutama vieraileva kouluttaja. Kurssilta valmistui kuusi tukihenkilöä, joille löytyi nopeasti koulutuksen päätyttyä tuettava.

*Kaavio 1.* *Tukihenkilöiden, tuettavien ja tukihenkilösuhteiden lukumäärä joulukuu 2016-joulukuu 2017*

Lähetimme vuoden 2017 aikana kyselyn tukihenkilöille. Vastauksia palautui yhteensä 17 kappaletta. Kyselytutkimuksen mukaan tukihenkilöt ovat olleet tyytyväisiä vapaaehtoistoimintaan, kuten alla olevasta kaaviosta ilmenee.

*Kaavio 2. Tukihenkilöiden kokemukset tukihenkilötoiminnan tärkeydestä 2017 (N=17)*

Lähetimme vuonna 2017 myös tuettaville kyselylomakkeen, jossa pyysimme heitä arvioimaan tukihenkilötoiminnan vaikutuksia heidän omassa elämässään. Vastauksia palautui yhteensä 13 kappaletta, ja kyselyn perusteella myös tuettavat ovat olleet tyytyväisiä tukihenkilötoimintaan, kuten alla olevasta kaaviosta ilmenee.

*Kaavio 3. Tuettavien kokemukset tukihenkilötoiminnan tärkeydestä 2017 (N=13)*

Tukihenkilöille järjestettiin vuonna 2017 säännöllistä työnohjausta ja jatkokoulutustilaisuus. Tukihenkilöiden sitouttamiseksi toimintaan toteutimme kaksi virkistystapahtumaa, joista ensimmäinen kesä- ja toinen marraskuussa. Järjestimme lokakuussa ensimmäisen kerran yhteisen tapahtuman tukihenkilöille ja tuettaville, joka osoittautui sekä osallistujamäärän että saatujen palautteiden perusteella suureksi menestykseksi.

**VAPAAEHTOISTOIMINTA**

Vapaaehtoiset toimivat Helmi-taloilla päivystäjinä, ryhmänohjaajina sekä keittiön että kahvilan vapaaehtoisina.

Vuoden 2017 joulukuussa vapaaehtoisia oli yhteensä 43, joista 31 Pasilan ja 12 Herttoniemen Helmi-talolla.

*Kaavio 1. Vapaaehtoisten kokonaislukumäärä joulukuu 2016 – joulukuu 2017.*

Yllä olevasta kaaviosta ilmenee, että olemme saaneet kasvatettua huomattavan paljon vapaaehtoisten lukumäärää vuoden aikana. Olemme jakaneet tietoa vapaaehtoistoiminnasta tiedottamalla laajalti yhteistyöverkostossamme, kotisivuillamme ja sosiaalisessa mediassa. Olemme tuoneet toimintaa esille sekä vapaaehtois- että mielenterveysmessuilla. Olemme myös kuluvan vuoden aikana panostaneet voimakkaasti toiminnassa jo mukana olevien motivoimiseksi mukaan vapaaehtoistoimintaan.

*Kaavio 2. Vapaaehtoiset ryhmittäin - joulukuu 2017*

Vapaaehtoisryhmät ovat esitettyinä yllä olevassa kaaviossa. Suurin yksittäinen ryhmä on ryhmänohjaajat, joita on kaiken kaikkiaan 15 henkilöä. Kaaviossa ovat esillä myös muut vapaaehtoisryhmämme, joista ”muu” tarkoittaa Pasilan talolla koirakaveritoiminnasta vastaavaa vapaaehtoistamme.

Vapaaehtoisten sitouttamiseksi ja kehittämiseksi järjestimme vuoden aikana kolme yleishyödyllistä koulutusta: paloturvallisuus-, turvallisuus-, ja hätäensiapukoulutukset, joihin osallistui suurin osa vapaaehtoisistamme. Vapaaehtoisten palkitsemiseksi järjestimme kolme virkistystilaisuutta, jonne kutsuimme kaikki vapaaehtoiset. Myös virkistystilaisuudet ovat keränneet suuren osallistujamäärän.

Uutena vapaaehtoisuuden muotona yhdistyksessä on ollut loppuvuodesta 2017 lähtien talkoohenkinen pop up - vapaaehtoisuus. Kaikki yhdistyksen toiminnassa mukana olevat eivät ole välttämättä valmiita sitoutumaan pidempiaikaisesti vapaaehtoistoimintaan, mutta kertaluonteinen, talkoohenkinen vapaaehtoisuus on sopinut monelle. Olemme järjestäneet talkoovapaaehtoisuutta arkipäivisin molemmilla Helmi-taloilla kokoontuvien aamukahvihetkien muodossa marraskuusta 2017 alkaen. Aamukahvihetkessä on mukana henkilöstön edustaja, jonka johdolla keskustellaan läsnä olevia kiinnostavista aiheista, tarjotaan talon puolesta kahvit ja jaetaan päivittäisiä tehtäviä. Talkoohenkiset kertaluoteiset vapaaehtoistehtävät ovat olleet erityisesti keittiön avustavat tehtävät, roskien vienti ja ruokasalin siivous. Pop up – vapaaehtoisuus on osoittautunut toimivaksi vapaaehtoisuuden muodoksi, jonka kautta olemme saaneet aktivoitua useampia, tähän asti vapaaehtoistoiminnan ulkopuolella, olevia kävijöitä. Varhaiseen kellonaikaan sijoittuva aamukahvihetki on saanut liikkeelle niitä kävijöitä, jotka omien sanojensa mukaan olisivat muuten jääneet kotiin.

# Viestintä ja yhteiskunnallinen vaikuttaminen

Yhteiskunnallisen vaikuttamisen osuus on ollut olennainen osa HELMI ry:n toimintaa koko 34 –vuotisen historian ajan. Vaikuttamistoiminnalla on pyritty mielenterveyskuntoutujien elämän

ja hoidon laadun parantamiseen sekä epäkohtien esiin tuomiseen. Ennen kaikkea vaikuttamisella on pyritty ennakkoluulojen hälventämiseen koko mielenterveyssektorilla.

Kokemusasiantuntijat tai jäsenet ovat keskeinen taho, joka havainnoi, hakee tietoa ja pohtii esiin nostettavia aiheita.

HELMI ry:ssä toimi vuoden aikana Vaikutamme yhdessä -ryhmä, jossa kokemusasiantuntijat kävivät keskustelua aiheen ympärillä. Ryhmästä sekä muilta jäseniltä tuli toiveita myös liittyen erilaisiin luentotilaisuuksiin, joita pidettiinkin vuoden aikana molemmilla Helmi –taloilla. Vaikutamme yhdessä ryhmässä kokeiltiin vuoden aikana sitä, että ryhmän ohjaajana toimi hallituksen jäsenet, jotka pyrkivät avaamaan keskustelua myös sähköpostiryhmässä, mutta osallistujamäärät ryhmässä olivat melko pienet. Tästä johtuen ryhmä päätettiin lakkauttaa ja aloittaa uutena muotona kahvittelua hallituksen kanssa kerrat molemmilla taloilla. Tällä oli tarkoitus tarjota mahdollisuus toimintaan osallistuville käydä vuoropuhelua hallituksen kanssa ja sitä kautta vaikuttaa yhdistyksen asioihin, sekä keskustella ajankohtaisista asioista jotka nähtäisiin tärkeäksi nostaa esille.

Yksi tärkeistä vaikuttamistoiminnan keinoista on yhteistyö Mielenterveyspoolissa. Pooli koostuu keskeisistä valtakunnallisista mielenterveysalan toimijoista. Mielenterveyspooli haki STEA:lta rahoitusta poolin toimintaan, joka saatiin. Näin ollen Mielenterveyspooli voi tehdä vaikuttamistyötä entistä tehokkaammin.

Helmi –lehti on lähes yksinomaan yhdistyksen jäsenten voimin toteutettava mielenterveysväen kulttuuri- ja mielipidelehti. Lehden tarkoitus on edistää mielenterveyteen liittyviä asioita keskinäisen vuorovaikutuksen, asioista tiedottamisen sekä yhdistyksen äänitorvena olemisen kautta. Lehti ilmestyi vuoden aikana neljä kertaa. Painosmäärä oli 3.000-4.000 lehteä per kerta. Lehden teko työllisti juttujen tekemisen, kuvien ja kuvituksen kautta toimintavuoden aikana noin 35 jäsentä.

Yhdistys teki aktiivista viestintää vuoden 2017 aikana Helmi-lehden lisäksi myös sosiaalisessa mediassa sekä yhdistyksen internet -sivuilla. Näissä kanavissa pyrittiin nostamaan aktiivisesti ajankohtaisia asioita esille sekä tuomaan yhdistyksen toimintaa näkyväksi laajemmin. Yhdistys oli mukana myös erilaisissa tapahtumissa kuten mielenterveysmessut ja vapaaehtoistoiminnan messut, joissa tietoa toiminnasta jaettiin.

# Yhteistyö

Yhteistyötä tehtiin vuoden 2017 aikana useiden eri toimijoiden kanssa liittyen toiminnan järjestämiseen; retket, tapahtumat ja ryhmät. Verkostoitumista ja yhteistyötä pyrittiin vuoden 2017 aikana lisäämään muiden toimijoiden kanssa. Muiden toimijoiden ja mielenterveysyhdistysten toimintaan käytiin tutustumassa ja keskustelua käytiin mahdollisen yhteistyön kehittämisestä tulevaisuudessa.

Helmin kokemusasiantuntijat osallistuivat Auroran sairaalan ”users forum” –tilaisuuteen. Tilaisuuden tarkoituksena on lisätä vuoropuhelua entisten ja nykyisten potilaiden sekä järjestöjen ja sairaalan välillä, aiheena tällä kertaa oli uuden sairaalan rakentaminen, johon oli Helmissä kerätty toimintaan osallistuvien mielipiteitä ja näkökulmia ja tätä viestiä vietiin

eteenpäin. Yhteistyötä tehtiin vuoden 2017 aikana eri toimijoiden kanssa. Lapinlahden lähteen kanssa tehtiin yhteistyötä erilaisten yhteisten tapahtumien muodossa. Lisäksi oltiin mukana Iloliikkuja tapahtumassa sekä Aurora päivässä. Yhteistyötä aloitetiin myös liittymällä

Avomielin verkostoon. Avomielin verkoston kanssa järjestettiin yhteisiä turnauksia, retkiä ja tapahtumia, sekä järjestettiin yhteinen henkilökunnan virkistäytymispäivä. Ohessa lista yhdistyksen yhteistyötahoista, joiden kanssa on tehty tai tehdään jossain määrin yhteistyötä.

Mielenterveysyhdistys HELMI ry:n yhteistyötahot

|  |  |
| --- | --- |
| Al-anon | Tukikohta ry |
| Alvi ry | Tukiyhdistys Karvinen |
| Avomielin | Tukiyhdistys Majakka ry |
| Ammattiopisto Luovi | Vantaan Hyvät tuulet |
| Eskot ry | Yhteisöolohuone Olkkari |
| Espoon mielenterveysyhdistys EMY |
| FinFami ry |
| FinFami uusimaa ry |
| Helsingin aikuisopisto |
| Helsingin kaupunki työväenopisto |
| Helsingin klubitalot ry |
| Helsingin kaupunki psykiatria ja päihdepalvelut |
| Helsingin liikuntavirasto |
| Helsingin Työkanava HeTy ry |
| Hus Hyks psykiatrian sairaalat |
| Hyvinvointilomat |
| Kaksisuuntaiset ry |
| Kiertuenäyttämö Kansallisteatteri |
| Keskuspuiston ammattiopisto |
| Kohtaamo |
| Kukunori ry |
| Laurea ammattikorkeakoulu |
| Lilinkotisäätiö |
| Metropolia ammattikorkeakoulu |
| Mielenterveyden keskusliitto |
| Mielenterveyspooli |
| Niemikotisäätiö |
| Pro Lapinlahti |
| Suomen mielenterveysseura |
| Sosped säätiö |
| SOSTE ry |
| Stadin ammattiopisto |
| Suomen palveluohjausyhdistys ry |
| Sympati ry |
| Taiteen sulattamo |

Yhteistyötahoille lähetettiin vuoden lopussa kysely koskien yhteistyön sujuvuutta ja sen kehittämistä tulevaisuudessa. Kysely lähetettiin 48 kontaktille ja vastauksia saatiin ainoastaan 15. Yhteistyötahoilta palautteen keräämisen kehittämistä on tarkoitus jatkaa edelleen vuonna

2018. Kehittämisehdotuksia kyselystä tuli seuraavanlaisia: Korostakaa valtakunnallisuutta, lisää yhteistyötä muiden yhdistysten kanssa, enemmän viikonloppu- ja iltatoimintaa, enemmän ääntä toiminnasta, sekä nuorekkuus, iltatoiminta, henkilöstöpolitiikka ja avoimuus uusiksi.

# Talous ja rahoitus

HELMI ry:n lähes 35-vuotisen toiminnan on mahdollistanut ulkopuolinen avustusrahoitus. Veikkaus/STEA on päärahoittaja noin 70 % osuudella. Helsingin kaupungin järjestöavustuksen osuus on noin 17% ja Helmin oman toiminnan tuotot noin 13 %.

## 6.1. Varainhankinat ja sijoitustoiminta

Varainhankinta ja sijoitustoiminta kattavat varsinaisesta toiminnasta sen kuluosuuden, johon avustukset eivät riitä. Käytännössä näin tapahtuu joka vuosi. Saadut avustukset eivät riitä Helmin monipuolisen ja laajan toiminnan kuluihin.

Tilivuoden 2017 varainhankinnan ja sijoitustoiminnan tuottoja on käytetty vuoden 2017 varsinaisen toiminnan alijäämän kattamiseen.

Varainhankintaan sisältyy tavanomaisten jäsenmaksujen lisäksi Viola Raninin säätiöltä saatu 20.000 euron avustus toimintamme tukemiseen.

Sijoitustoiminnan tuotot ovat vuokratuottoja, jotka pohjaavat yhdistyksemme vuonna 2003 saamaan testamenttilahjoitukseen. Helmi ry ei harjoita aktiivista riskipitoista sijoitustoimintaa, vaan saadut testamenttivarat ovat turvallisesti ja vuokratuloa tuottavasti sijoitettu asunto-osakkeisiin.

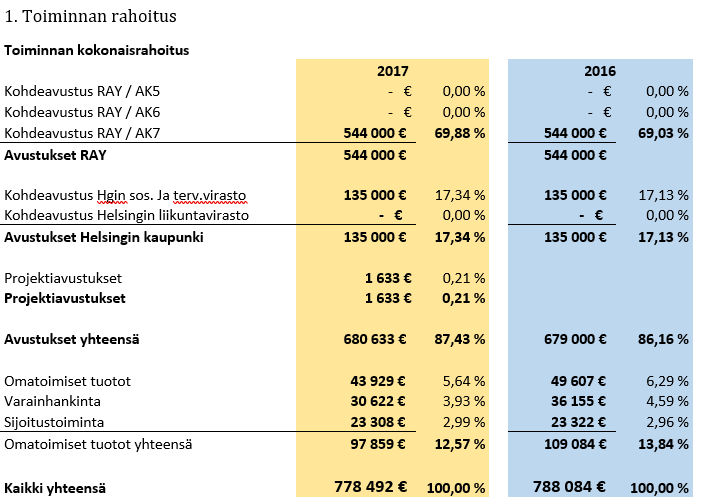
## 6.2. Tilikauden 2017 tuloksen arviointi

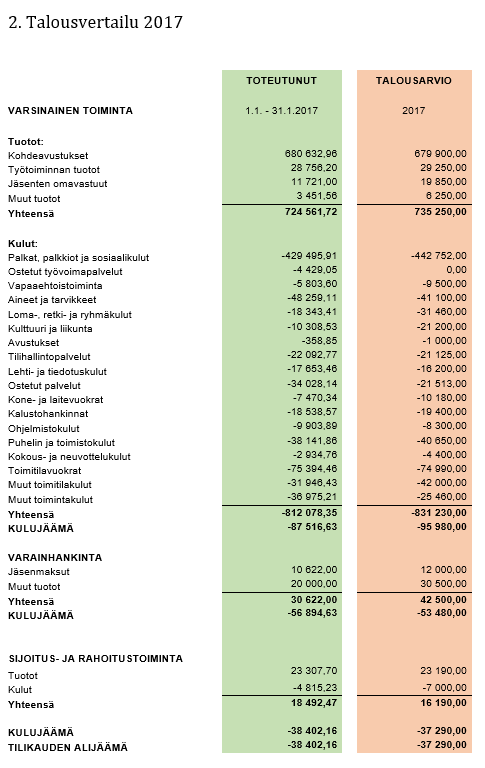
HELMI ry:n vuoden 2017 tilinpäätös osoittaa varsinaisen toiminnan osalta 87. 516,63 euron kulujäämää. Saadut kohdeavustukset ja omatoimiset tuotot eivät siis riittäneet toimintojen kuluihin. Varsinaisen toiminnankulujäämä on katettu tämän vuoden varainhankinnan, sijoitustoiminnan ja yleisavustusten tuotoilla.

Edellä esitetyn mukaisesti kirjanpidon osoittamaksi tilikauden alijäämäksi muodostuu kokonaisuudessaan -38.402,16 euroa. Tämä on lähes sama kuin mitä toimintasuunnitelmassa 2017 vahvistetun talousarvion alijäämä (-37.290 euroa). Alijäämäinen tulos suunniteltiin kattamaan vuoden 2016 ylijäämää.

Talouden ja rahoituksen yhteenvetolukuja on esitetty toimintakertomuksen liitteissä. Virallinen tilinpäätös liitetietoineen on laadittu erilliseen tilinpäätöskansioon.

# Liitteet





Toimintakertomuksen 2017 allekirjoitus

Helsinki 23.3.2018

Päivi Seila Heidi Saukkonen

puheenjohtaja toiminnanjohtaja

Timo Krohn Kaj Erlund

1.varapuheenjohtaja 2.varapuheenjohtaja

Eija Honkala Tuula Samulin

Mikko Kallio Roosa Tiensuu