



Järjestötoiminnan esimerkkejä

Yhdessä tehty hyvä elämä kaikille

Helsinki, Vantaa ja Kerava

Taustaa

- SOSTE toteutti toukokuussa 2024 kyselyn, jonka tarkoituksena oli koota esimerkkejä sosiaali- ja terveysjärjestöjen toiminnoista ja niiden aikaan saamista hyvinvointi- ja terveysvaikutuksista. Lisäksi tarkoituksena oli saada kuvauksia siitä, mitä voisi seurata toimintoihin mahdollisesti koituvista avustusleikkauksista.
 - Kysely lähetettiin vuonna 2024 STEAn Ak- ja Ay -avustuksia saaneista SOSTEn yhteistyöjäsenille sekä varsinaisille jäsenille ja heidän jäsenilleen. Tiedot avustuksen saajista koottiin STEAn avustustietokannasta <https://avustukset.stea.fi/>. Järjestöjen yhteystiedot koottiin järjestöjen omilta verkkosivuilta tai SOSTEn jäsenrekisteristä.
 - Koostettuja esimerkkejä järjestöjen toiminnasta SOSTE hyödyntää vaikuttamistyössä ja julkisessa keskustelussa. Materiaaleja voi hyödyntää myös muut.
- *
- Kyselyssä toimintaa pyydettiin kuvaamaan vaikutusketjun mukaisesti: toiminta, kohderyhmä, tavoite, resurssit, toimintaa kuvaavat tunnusluvut ja tulokset. Tämän lisäksi pyydettiin vapaamuotoisia kuvauksia leikkausten mahdollisista vaikutuksista. Resursseja koskeva kysymys ei ollut pakollinen vastata. Järjestöt kuvasivat vastauksissaan paitsi yksittäisiä toimintoja myös niin sanottuja toimintakokonaisuuksia. Resursseja on saatettu kuvata koko järjestön toiminnan osalta. Toimintakuvaukset on tiivistetty vastausten pohjalta yhdelle dialle vaikutusketjuun.

Pääkaupungin turvakoti ry

Toiminta: Lähisuhdeväkivaltatyö

Kohderyhmä: Kaikenikäisille henkilöille, joiden elämässä on lähiväkivaltaa

<https://paakaupunginturvakoti.fi/>

Lähisuhdeväkivaltatyötä kaikenikäisille elämässään lähiväkivaltaa kokeville henkilöille

Pääkaupunkiseudun turvakoti ry

Loppunut tai vähentynyt lähisuhdeväkivalta sitä kärsineiden elämässä

400 000€

6 työntekijää, joista yksi työskentelee lasten/nuorten kanssa

Vuonna 2023:

- 531 aikuista ja 86 lasta yksikössä, 2898 kohtaamiskertaa
- 2100 (arvio) konsultaatio- ja neuvontapuhelua
- 320 (arvio) muuta kohtaamiskertaa

Työn vaikuttavuutta mitattu Ensi- ja turvakotien liiton Vaikuttavuus esiin -mittarilla

- 70 % aikuisista koki tilanteensa parantuneen

TAVOITE

RESURSSIT

**TOIMINNAN
TUNNUSLUKUJA**

TULOKSIA

Mielikuvia, jos leikkauksia kohdistuisi juuri tähän toimintaan...

Jos toimintaan kohdistuisi leikkauksia, se tarkoittaisi seuraavaa: osa lähisuhdeväkivallasta kärsivistä ei saa apua - ylisukupolviset vaikutukset ja väkivaltaisen käyttäytymisen seuraukset kasvaisivat ja samalla myös hoitokustannukset kasvaisivat.

Jos toiminta jouduttaisiin lopettamaan, se tarkoittaisi, että n. 3000 auttavaa kohtaamista jäisi tekemättä.

Pienperheyhdistys ry

Toiminta: Vertaisryhmätoiminta

Kohderyhmä: Pääkaupunkiseudulla asuvat yhden vanhemman perheet
(lapset ja aikuiset)

<https://www.pienperhe.fi/>

Vertaisryhmätoimintaa yhden vanhemman perheille

Pienperheyhdistys ry

Yksinhuoltajat/vanhemmat:

- Vahvistuneet sosiaaliset verkostot
- Vähentynyt koettu yksinäisyys
- Parantunut selviytyminen arjesta
- Vahvistunut vanhemmuus

Lapset:

- Vähentynyt kokemus vaille jäämisestä (uudet kaverit, kiinnostuksen kohteet ja yhteiset kokemukset)
- Parantuneet tunne- ja kaveritaidot

Vanhemmat ja lapset:

- Lisääntynyt osallistuminen ja osallisuus

- Kolme henkilötyövuotta
- n. 30 vapaaehtoisen työpanos

- Yhteensä n. 150 000 €

- Jonkin verran vuokratuloja ja asiakastoiminnan kuluja, n. 50 000 €

- 188 ryhmätapaamiskertaa
- n. 700 eri perhettä mukana

- 33 % oli saanut uusia ystäviä, joihin pitää yhteyttä myös toiminnan ulkopuolella.
- 38 % vastanneista vanhemmista koki lapsen saaneen uusia ystäviä.
- 44 % koki suhteen omaan lapseen parantuneen.
- 48 % koki suhtautuvansa omaan vanhemmuuteensa positiivisemmin.
- 23 % mielestä arjen asiat sujuvat paremmin ja he jaksavat paremmin töissä tai opinnoissa.
- 58 % vanhemmista oli sitä mieltä, että toiminnalla oli positiivisia vaikutuksia lapsen mielialaan tai käytökseen.
- 47 % koki lapsensa saaneen tukea toiminnasta.

Vaikuttamistoiminnan osallistujista 100 % vastasi toiminnalla olevan positiivisia vaikutuksia mielialaan.

TAVOITE

RESURSSIT

**TOIMINNAN
TUNNUSLUKUJA**

TULOKSIA

Mielikuvia, jos leikkauksia kohdistuisi juuri tähän toimintaan...

Yksin lastaan kasvattavien vanhempien yksinäisyyden tunne ja näköalattomuus kasvaisi, kun he jäisivät vaille vertaistukea ja mukavaa yhdessäoloa. Aikuiskontaktien ja keskustelukumppanien väheneminen lisäisi ahdistuneisuutta ja masennusta, jotka vaivaavat yksinhuoltajia keskimäärin enemmän kuin muita vanhempia. Vertaistuen ja vertaisten auttavien käsien puute yhdessä mielialan laskuun heikentää vanhempien omaa jaksamista, kykyä selvitä arjessa ja toimia hyvänä vanhempana lapsilleen. Jos muidenkin järjestöjen tuki vähenee, yhä useampi joutuu hakemaan apua julkisista perhe- ja mielenterveyspalveluista.

Aikuisen voimien heikkeneminen vaikuttaa väistämättä myös lapseen. Lapset eivät myöskään saa positiivisia, omaa itsetuntoa ja kaveritaitoja vahvistavia kokemuksia järjestöjen toiminnasta, jos se lakkaa. Ainoa arkipäivän tuki lapselle ja vanhemmalle tulee koulun ja päivähoidon palveluista, joita niitäkin ollaan supistettu.

Lasten ja vanhempien osallisuus yhteiskunnassa heikkenee.

Tukiyhdistys Karvinen ry

Toiminta: Kohtaamispaikkatoimintaa Helsingissä, tarjoaa hyvää mieltä, kahvia, ruokaa, vertaistukea ja monipuolista toimintaa ryhmien ja retkien muodossa

Kohderyhmä: Kaikki yli 18-vuotiaat mielenterveyskuntoutujat ja heidän läheisensä, sekä kaikki vapaaehtoisesta mielenterveystyöstä kiinnostuneet.

<https://tukiyhdistyskarvinen.fi/>

**Kohtaamispaikkatoimintaa kaikille yli 18-vuotiaille
mielenterveyskuntoutujille ja heidän läheisilleen sekä kaikille
vapaaehtoisesta mielenterveystyöstä kiinnostuneille Helsingissä**

Tukiyhdistys Karvinen ry

- Parantunut elämänlaatu
- Ehkäisty mielenterveyden haasteiden syveneminen
- Kohtaamispaikan vuokra ja ylläpitokulut
- Henkilökuntakulut (toiminnanjohtaja, sosiaaliohjaaja ja kokki)
- Harrasteryhmien ja virkistys-toiminnankulut.

Vuonna 2023:

- Kohtaamispaikan ja sen ulkopuolella järjestettyjen toimintojen kävijämäärä yhteensä: 11 247 henkilöä
- Ryhmiä järjestettiin 669 kertaa ja osallistujia niissä 535
- Tapahtumia, retkiä ja kokouksia järjestettiin 85, joiden osallistujamäärä 1458

Kävijöiden tyytyväisyyttä yhdistyksen toimintaan arvioidaan elämänlaatumittarilla, jossa kysytään elämänlaatua yleisellä tasolla sekä toimintaa koskevilla osa-alueilla.

- Lähes 90 % vastaajista arvioi elämänlaatunsa parantuneen liittyttyään mukaan yhdistyksen toimintaan.

Vastaajat kokivat yhdistyksen toiminnan eri osa-alueiden vaikuttaneen suhteessa elämänlaadun merkitykseen erittäin tai melko paljon seuraavasti:

- vapaa-ajan mielekäs toiminta: 74 %
- ihmissuhteet: 65 %
- kuulluksi tuleminen: 73 %
- lounas: 62 %
- yhteisöllinen ruokailu: 72 %

TAVOITE

RESURSSIT

**TOIMINNAN
TUNNUSLUKUJA**

TULOKSIA

Mielikuvia, jos leikkauksia kohdistuisi juuri tähän toimintaan...

Yhdistys on toiminut Malmin alueella jo pitkään, lähes 30-vuoden ajan ja on vakiinnuttanut jäsenmääränsä lähes 400 henkilöön. Toiminta on useille kävijöille keskeinen arjen tukipilari ja yhteisön tuoma tuki ylläpitää heidän toimintakykyään.

Kannatteleme julkisen puolen palveluista (esim. psykiatrisen poliklinikan) uloskirjattujen potilaiden toipumisprosessia ja vähennämme näin heidänkin osaltaan yhteiskunnalle kasautuvia hoitokustannuksia.

Olemme jo kiristäneet budjetin mahdollisimman tiukaksi ja teemme vaikuttavaa ammattitaitoista työtä kävijöidemme hyväksi erittäin kustannustehokkaasti. Mikäli avustusten määrää entisestään pienennetään, on toimintaa lähes mahdotonta jatkaa ja jäsenemme jäävät täysin tyhjän päälle, vaille arjen ja yhteisön tukea.

Hyvät Tuulet ry

Toiminta: Kohtaamispaikkatoimintaa (2 paikkaa)

Kohderyhmä: Vantaalla ja lähikunnissa asuvat mielenterveyskuntoutujat, heidän omaisensa ja muut toiminnasta kiinnostuneet. Meillä on ryhmiä nuorille aikuisille (18–30 v.) ja iltaryhmä työssä uupuneille. Kävijöinä myös yksinäisiä, syrjäytymisuhan alla olevia, eläkeläisiä

<https://www.hyvattuulet.fi/>

Kohtaamispaikkatoimintaa mielenterveyskuntoutujille, heidän omaisilleen ja muille toiminnasta kiinnostuneille

Hyvät Tuulet ry

- | | | |
|---|--|---|
| <ul style="list-style-type: none">• Saatu mielekäs toiminta ja struktuuri arkeen• Koettu vertaisuus• Vähentynyt yksinäisyys• Saatu ystäviä, uusia harrastuksia ja kulttuurikokemuksia• Mahdollistunut päivän lounasateria | <ul style="list-style-type: none">• 2 toiminnanohjaajan ja 2 järjestötyöntekijän palkat• Kahden toimipaikan yleiskulut• Yhdistyksen toiminnan järjestäminen (mm. kerhot ja ryhmät, retket, liikunta- ja kulttuuriharrastukset) | <ul style="list-style-type: none">• 39 eri ryhmää, 2789 kohtaamiskertaa• Lauhatuuli: 3880 käyntikertaa• Myöhätuuli: 2194 käyntikertaa→ yht. 6074 käyntikertaa• Yli 50 vapaaehtoista |
|---|--|---|

Palautekysely:

- 83 % kertoi yksinäisyyden tunteen vähentyneen.
- 81 % kertoi saaneensa ystäviä.
- 89 % kertoi tulleen kuulluksi ja hyväksytyiksi.
- 83 % tuntee kuuluvansa yhteisöön.
- 58 % vastaajista käy yhden tai useamman kerran viikossa, jotkut joka päivä.
- 90 % vastaajista koki psyykkisen hyvinvoinnin lisääntyneen.
- 95 % mielestä toiminta oli virkistävää.
- 71 % kertoi päivärytmin parantuneen, oli ohjelmaa päiväksi ja hyvä lounas.
- 96 % tuntee kohtaamispaikan turvalliseksi.
- 89 % koki tulevansa kuulluksi ja hyväksytyksi omana itsenään.

Yhteistyökumppanimme antavat toiminnallemme arvion 3,78 (max 4)

TAVOITE

RESURSSIT

**TOIMINNAN
TUNNUSLUKUJA**

TULOKSIA

Mielikuvia, jos leikkauksia kohdistuisi juuri tähän toimintaan...

Vantaalla ei ole vastaavaa toimintaa, kävijämme jäisivät ilman palveluja, yksin kotiin. Tämä saattaa pahentaa mielenterveyden ongelmia ja aiheuttaa paineita psykiatriseen hoitoon ja osastohoitoon. Osa jäisi kokonaan ilman palveluja, kun psykiatriseen hoitoon on niin pitkät jonot ja mahdollisesti oireet eivät riitä, vaikka henkilö kokee ne vaikeina.

Ilman työntekijöitä yhdistyksen on mahdotonta järjestää näin laajaa ja monipuolista toimintaa. Yhdistys ei toimi pelkillä vapaaehtoisilla, vaikka he nyt järjestävätkin monia kerhoja ja ryhmiä.

Tukiyhdistys Majakka ry

Toiminta: Vertaistukeen perustuva kohtaamispaikkatoiminta

Kohderyhmä: Pääkaupunkiseudulla asuvat, yli 18-vuotiaat
mielenterveyskuntoutujat

<http://www.majakkary.fi/>

Kohtaamispaikkatoimintaa yli 18-vuotiaille mielenterveyskuntoutujille pääkaupunkiseudulla

Tukiyhdistys Majakka ry

- Aktivoitunut kodin ulkopuolelle
- Vähentynyt syrjäytyminen
- Lisääntyneet sosiaaliset suhteet
- Vähentynyt tarve erikoissairaanhoidolle

- Palkattu henkilökunta
- Helsingin kaupungin vuokratilat

- 4548 käyntiä jäsentalolla
- 4380 ryhmään osallistumisen kerrat
- 129 autettu henkilökohtaisesti ja tuettu vaikeassa elämäntilanteessa

- Yli 97 % oli tyytyväisiä Jäsentalon vertaistoimintaan.
- Yli 95 % koki saaneensa apua vertaistoinnasta.
- 98 % henkilökohtaisesti autetuista koki saaneensa ratkaisuja ja apua vaikeassa elämäntilanteessa.
- Yli 98 %:lla yksinäisyys väheni.

TAVOITE

RESURSSIT

**TOIMINNAN
TUNNUSLUKUJA**

TULOKSIA

Mielikuvia, jos leikkauksia kohdistuisi juuri tähän toimintaan...

Henkilökunnasta jouduttaisiin luopumaan, mikä tarkoittaisi sitä, ettei toimintaa voitaisi enää jatkaa täysimääräisenä. Tämän seurauksena osa mielenterveyskuntoutujista jäisi ilman palveluita ja syrjäytyisivät entisestään.

Helsingin Nuorten Naisten Kristillinen Yhdistys Ry

Toiminta: Itä-Helsingin -tytöt vertaisryhmätoiminta

Kohderyhmä: 9–19-vuotiaat itähelsinkiläiset tytöt ja sateenkaarinuoret.

Toimintaa kohdennetaan haavoittuvammassa asemassa oleville:
maahanmuuttajataustaisille tytöille, sateenkaarinuorille ja muille
erityistä tukea tarvitseville

<https://www.hnnky.fi/>

Itä-Helsingin -tytöt vertaisryhmätoimintaa 9–19-vuotiaille tytöille ja sateenkaarinuorille kohdennettuna maahanmuuttajataustaisille ja erityistä tukea tarvitseville

Helsingin Nuorten Naisten Kristillinen Yhdistys Ry

- Vahvistuneet arjen johtajuustaidot (itsevarmuus, vuorovaikutustaidot, osallisuus)
- Lieventynyt vähemmistöstressi ja yksinäisyys
- Lisääntynyt mielen hyvinvointi
- Lisääntynyt turvallisuudentunne ja kokemus olla hyväksytty omana itsenään
- Rahalliset resurssit: henkilöstökulut, toimitilakulut, toiminnan kulut, hallintokulut.
- Ajalliset resurssit: vaikeasti tavoitettava kohderyhmä vaatii työntekijöiltä pitkäjänteistä työskentelyä ja sidosryhmäyhteistyötä
- Muut resurssit: vapaaehtoistyö, yhteistyökumppanit

Vuonna 2023:

- 4853 toimintaan osallistuneita yhteensä
- 843 vertaistoimintaan osallistunutta
- 392 aktiivista kävijää (yli 3 krt)
- 2908 kohtaamiskertaa vertaistoiminnassa
- 359 vertaisryhmätapaamista
- 42 vapaaehtoista, vapaaehtoisten tekemä tuntimäärä: 450,5 h

Palautekysely (n=211 vastannutta nuorta):

- 98 % koki saaneensa olla toiminnassa oma itsensä.
 - 96 % koki olevansa osa ryhmää.
 - 94 % kertoi tutustuneensa uusiin ihmisiin.
 - 83 % sai uusia ystäviä.
 - 91 % koki saaneensa vaikuttaa toimintaan.
 - 93 % uskalsi sanoa mielipiteensä.
 - 83 % koki olonsa aina turvalliseksi.
 - Kaikki ilmaisivat halukkuutta jatkaa toiminnassa tulevaisuudessa.
- Asteikolla 1–5 nuoret (n=430) arvioivat
- tullessa kuulluksi ka. 4,64.
 - fiiliksensä parantuneen tai pysyneen samana ka. 4,60.
 - tullessa hyväksytyksi omana itsenään ka. 4,74.

TAVOITE

RESURSSIT

**TOIMINNAN
TUNNUSLUKUJA**

TULOKSIA

Mielikuvia, jos leikkauksia kohdistuisi juuri tähän toimintaan...

Itä-Helsingissä ei ole muita turvallisempia tiloja, jotka on tarkoitettu vain tytöille ja/tai sateenkaarinuorille. Meidän toiminta on monelle nuorelle ainoa kodin ja koulun ulkopuolinen turvallinen vapaa-ajan tekeminen. Alueen monikulttuurisuus lisää tyttötyön tarvetta, kun moni nuori ei saa osallistua sekaryhmiin. Toiminta ennaltaehkäisee vähemmistöön kuuluvien nuorten yksinäisyyttä, syrjäytymistä, mielenterveysongelmia ja muiden tukipalveluiden käyttöä. Ilman meidän toimintaa moni nuori jäisi ilman ystävää, turvallisia aikuisia, omaa yhteisöä ja vertaisuuden kokemuksia.

Pääkaupunkiseudun omaishoitajat ry

Toiminta: Ohjaus ja neuvonta

Kohderyhmä: Helsingin ja Vantaa–Kerava -alueen omaishoitajat,
viralliset ja "epäviralliset"

<https://www.polli.fi/>

Ohjausta ja neuvontaa omaishoitajille (virallisille ja ns. "epävirallisille")
Pääkaupunkiseudun omaishoitajat ry

- Lisääntynyt tieto ja ymmärrys itselle kuuluvista palveluista
- Lisääntynyt jaksaminen

Kulut syntyvät esim. yksilö- ja ryhmämuotoisten tapahtumien järjestämisestä, kohtaamisista, materiaalikuluista, infoista jne.

Vuonna 2023:

- 2416 henkilöä tavoitettu koko toiminnan kautta

80 % sai tarvitsemansa tiedon, ohjauksen tai kokivat, että tulivat "palvelliiksi".

TAVOITE

RESURSSIT

**TOIMINNAN
TUNNUSLUKUJA**

TULOKSIA

Mielikuvia, jos leikkauksia kohdistuisi juuri tähän toimintaan...

Leikkaukset aiheuttaisivat meille neuvonnan ja ohjauksen osalta sitä, että emme tavoittaisi noin montaa asiakasta. Asiakkuudet vähenisivät järjestössämme ja hyvinvointialueiden palveluohjauksen paine kasvaisi entisestään. Myös omaishoitajien kuormitus lisääntyisi ja heidän jaksamisensa heikkenisi.

Helsingin ja Uudenmaan Näkövammaiset ry

Toiminta: Näkövammaisten digituki

Kohderyhmä: Uudellamaalla asuvat näkövammaiset

<https://www.hun.fi/fi>

Digitukea näkövammaisille

Helsingin ja Uudenmaan Näkövammaiset ry

- | | | |
|---|---|--|
| <ul style="list-style-type: none">• Parantunut taito ja uskallus käyttää laitteita, sovelluksia ja verkkopalveluja itsenäisesti <p>→ Lisääntynyt tunne turvasta ja arjen hyvinvoinnista</p> | <ul style="list-style-type: none">• Palkatut näkövammaisen elämää tuntevat työntekijät• Matkakustannukset: opastusta useilla eri paikkakunnilla• Työntekijöiden laitteet ja koulutus• Viestintäkulut | <ul style="list-style-type: none">• 698 ohjauskertaa: joista mm. 321 henkilökohtaista ohjauskertaa yhdistyksen toimistolla ja 57 kotikäyntiä• 1147 kohtaamista• 26 ryhmätapaamista, 304 osallistujaa |
|---|---|--|

Käyttäjäpalaute:

Digituki on mahdollistanut työssäkäynnin ja sujuvan arjen, lisännyt tietoisuutta apuvälineistä ja mahdollistanut tiedonsaannin ylipäänsä maailmasta ja voimaannuttanut näkövammaisia etsimään itse lisää tietoa, kun laitteiden peruskäyttöön on opastettu ja tuettu.

TAVOITE

RESURSSIT

**TOIMINNAN
TUNNUSLUKUJA**

TULOKSIA

Mielikuvia, jos leikkauksia kohdistuisi juuri tähän toimintaan...

Helsingin ja Uudenmaan Näkövammaiset (HUN) ja muut näkövammaisjärjestöt ovat ainoita tahoja, jotka tarjoavat juuri näkövammaisten tarpeisiin räätälöityä digitukea ja -neuvontaa. Ilman HUN:n tukea näkövammaisten digi- ja apuvälineopastus olisi vain julkisten toimijoiden varassa, jotka taas eivät useimmiten tee kotikäyntejä.

Jos toiminta lopetettaisiin, näkövammaisten digitaidot heikkenisivät, mikä johtaa itsenäisen ja omannäköisen elämän elämisen vaikeutumiseen, yhdenvertaisten osallistumismahdollisuuksien vähenemiseen sekä julkisten palveluntarjoajien kuormittumiseen.

A-klinikkasäätiö

Toiminta: Kohtaava työ (sisältää jalkautuvan päihdetyön, etsivän työn, kohtaamispaikkatoiminnan ja jalkautuvan vapaaehtoistoiminnan)

Kohderyhmä: Päihteitä (huumeita) käyttävät ihmiset Helsingissä, Tampereella ja Oulussa

<https://a-klinikkasaatio.fi/>

Kohtaavaa työtä päihteitä (huumeita) käyttäville A-klinikkasäätiö

- Saatu apu, ohjaus ja tieto sote-palveluista ja huumeiden turvallisemmasta käytöstä
→ Vähentyneet terveydelliset haitat< (infektiot, tulehdukset, tartuntataudit ja yliannostusriskit)
- Saatu oikeutettuja peruspalveluita/ lisääntynyt palveluiden saavutettavuus (saatot)

- Koko yksikkö työllisti 18 henkeä
- Kokonaisbudjetti vuonna 2023 n. 900 000 €

Vuonna 2023:

- 17 989 kohtaamista kohderyhmän kanssa (koko yksikkö)
- 1286 osallistumista ryhmiin ja muuhun toimintaan
- 378 tehtyä HIV/HCV-testiä
- 91 eri vapaaehtoista, yhteensä 988 työtuntia

Kyselyiden tuloksia:

- Kohderyhmän kokema hyöty Katuklinikan toiminnasta ka. 4,7/5 (n=132).
- Katuklinikan mukana olo lisäsi luottamusta julkisia palveluja kohtaan ka. 4,9/5 (n=92).
- 100 % (n=46) avunsaajista sai tarvitsemansa avun (Völjystä) hyvin tai erittäin hyvin.
- 98 % (n=46) kohtaaminen työntekijän kanssa onnistui hyvin tai erittäin hyvin (Völjy).
- 96 % (n=501) arvioi Völjyn osallistavan päivätoiminnan hyväksi tai erittäin hyväksi.
- 68 % (n=37) mieliala on kohentunut paljon tai melko paljon toimintaan Osis osallistuttuaan.
- 59 % (n=37) hoitaa asioitaan paljon tai melko paljon aktiivisemmin itsenäisesti Osis-toimintaan osallistuttuaan.

TAVOITE

RESURSSIT

**TOIMINNAN
TUNNUSLUKUJA**

TULOKSIA

Mielikuvia, jos leikkauksia kohdistuisi juuri tähän toimintaan...

Jos huumeiden käyttäjille suunnattua haittoja vähentävää työtä tekevä yksikkö jouduttaisiin karsimaan tai lopettamaan kokonaan, sillä olisi vakavia seurauksia. Ilman näitä palveluita huumeiden käyttäjien terveysriskit, kuten HIV ja hepatiitin leviäminen, sekä haavaumien, infektioiden ja yliannostusten määrä kasvaisivat merkittävästi. Elämänhallinta heikkenisi, mikä voisi johtaa asunnottomuuden, rikollisuuden ja yleisen elämänlaadun heikkenemiseen. Huumeiden käyttäjien kiinnittyminen julkisiin palveluihin vaikeutuisi, koska julkiset palvelut ovat usein liian byrokraattisia eivätkä tarjoa tarvittavaa tukea.

Julkisten terveys- ja sosiaalipalveluiden kuormitus kasvaisi, mikä johtaisi pidempiin odotusaikoihin ja resurssipulaan. Osa huumeiden käyttäjistä saattaisi jäädä kokonaan ilman apua, mikä voisi johtaa vakaviin terveysongelmiin ja kuolemantapauksiin.

Yksittäisten tragedioiden, kuten esimerkiksi yliannostusten tai elämän pahan solmuuntumisen, määrä voisi kasvaa, mikä vaikuttaisi sekä yksilöihin että heidän läheisiinsä ja laajempaan yhteisöön. Järjestötyön ketteryys ja kyky tarjota matalan kynnyksen palveluita ovat keskeisiä kohderyhmän tavoittamisessa. Ilman riittävää rahoitusta palvelut eivät tavoita yhtä paljon ihmisiä eivätkä pysty tarjoamaan laajaa toimintaa, mikä heikentäisi huumeiden käyttäjien tukea ja lisää heidän riskejään ja haasteitaan.

Tämän seurauksena terveysriskit ja elämänhallinnan ongelmat lisääntyisivät, läheiset kuormittuisivat enemmän ja julkiset palvelut ylikuormittuisivat, jättäen osan käyttäjistä kokonaan ilman apua. Järjestötyön joustavuus ja kyky vastata nopeasti kohderyhmän tarpeisiin ovat korvaamattomia, ja niiden supistaminen olisi haitallista sekä yksilöille että yhteiskunnalle.

Monaliiku ry

Toiminta: "Elämäni Kunnossa" -ohjelma (sisältää terveystarkoituksia, viikoittaista ohjattua liikuntaa, keskusteluryhmiä, ruokaluentoja, teemapäiviä ja ruokakursseja. Liikunnan ohjaus ja tilat on suunniteltu naisten tarpeet ja kulttuuritausta huomioiden)

Kohderyhmä: Pääkaupunkiseudulla asuville 16–55-vuotiaille maahan muuttaneille naisille, erityisesti yksinhuoltajille, työttömille ja syrjäytäriskissä oleville maahanmuuttajanasille.

<https://www.monaliiku.fi/>

”Elämäni kunnossa” -ohjelma pääkaupunkiseudulla asuville 16–55-vuotiaille maahan muuttaneille naisille, erityisesti yksinhuoltajille, työttömille ja syrjintäriskissä oleville

Monaliiku ry

- Parantunut yleisterveys ja elämänlaatu (laskenut verenpaine, alentunut BMI, kaventunut vyötärön-ympärys, kasvanut lihasmassa)
- Integroitunut terveyttä edistävien palveluiden pariin
- Parantunut ja hyödynnetty suomen kielen taito
- Kokemus sosiaalisesta osallisuudesta: vähentynyt yksinäisyys ja ehkäisty syrjäytyminen
- Toimintaa 4 pisteessä Helsingissä ja Espoossa
- Vuokratilat
- Koordinaattori toiminnan koordinoimiseksi
- Palkatut ammattitaitoiset liikunnanohjaajat
- Muut kulut (esim. terveellisen välipalan valmistuskustannukset, tulostemateriaalin kulut)

Vuonna 2023:

- 31 ryhmäliikuntatuntia
- 26 598 kohtaamiskertaa

Mitatuista osallistujista

- 79 % (50/64) verenpaine laski hälyttävän korkeasta kohtalaiseksi tai hyväksi eli normaali, korkea normaali tai lievästi koholla.
- 66 % (42/64) sisäinen rasva väheni kohtalaisesta hyväksi (Tanita alle 13)
- 34 % (21/64) lihasmassa lisääntyi vähintään 0.5–2 %.
- 65 % (41/64) lihasmassa pysyi samana, eikä ainakaan laskenut.
- 73 % (46/64) kehon vesimäärä kohosi edellisiin mittauksiin verrattuna.
- Osallistujista 86 % (71/82) vastasi osallistujakyselyihin.
- 98 % (80/82) koki toiminnan elintärkeäksi ja ainoaksi tavaksi harrastaa liikuntaa kysyttäessä ”kuinka tärkeä toiminta on sinulle asteikolla 1=ei yhtään – 10=elintärkeä.”
- 89 % (72/82) yksinäisyyden, syrjäytymisen ja eristyneisyyden tunne vähentyi.
- 37 % (30/82) suomen kielen taito kehittyneen paljon.

TAVOITE

RESURSSIT

**TOIMINNAN
TUNNUSLUKUJA**

TULOKSIA

Mielikuvia, jos leikkauksia kohdistuisi juuri tähän toimintaan...

Kohderyhmämme on ennen leikkauksia tarvittavien liikunta- ja hyvinvointipalvelujen ulkopuolella kulttuuristen ja uskonnollisten haasteiden vuoksi. Toimintamme tavoittaa lähes 1000 naista vuosittain, ja tämä luku on kaksinkertaistunut vuodesta 2022.

Leikkaukset heikentäisivät merkittävästi toiminnan ylläpitämistä, mikä vaikuttaisi suoraan jo valmiiksi syrjäytymisvaarassa olevaan kohderyhmään. Kysyttäessä "kuinka tärkeä toiminta on sinulle asteikolla 1 - ei yhtään - 10 - elintärkeä", 98 % (80/82) vastaajista koki toiminnan elintärkeäksi ja ainoaksi tavaksi harrastaa liikuntaa. Jos toiminnan avustusta leikattaisiin, kohderyhmä ei etsisi tai löytäisi vastaavaa toimintaa ja 97 % lopettaisi liikunnan kokonaan.

Silloin terveydenhuollon kuluja nostaisi esimerkiksi kohderyhmän kohonneen verenpaineen, BMI:n, sisäisen rasvan ja lihasmassan heikkenemisen takia. Jo valmiiksi supistunut elinympäristö supistuisi entisestään. Liikunnan puute vaikuttaisi negatiivisesti heidän henkiseen hyvinvointiinsa, sillä monille äideille liikuntatunti on ainoa hetki viikossa, jolloin he voivat keskittyä itseensä toiminnan aikana järjestettävän lastenhoidon ansiosta. Tämä on elintärkeää stressin ja henkisen hyvinvoinnin tukemiseksi.

Suuri osa kohderyhmästä on kotiäitejä, ja mikäli heidän liikunnallinen elämäntapansa lakkautetaan leikkausten myötä, vaikuttaisi tämä myös heidän lapsiinsa ja tuleviin sukupolviin. Riski sukupolvien pahoinvoinnista kasvaa ja kuormittaa muita yhteiskunnallisia toimijoita lisääntyneiden kansantautien ja mielenterveyshaasteiden muodossa.

Jos toiminta lopetettaisiin, monet naiset jäisivät ilman kriittisiä terveyspalveluja ja mahdollisuuksia sosiaaliseen osallisuuteen, mikä heikentäisi heidän ja heidän läheistensä elämänlaatua merkittävästi ja lisäisi muiden palveluiden kuormitusta. Ilman tätä toimintaa heidän elämänlaatunsa ja integroitumisensa suomalaiseen yhteiskuntaan heikkenisi merkittävästi. Silloin kohderyhmä jäisi yhä enemmän syrjään yhteiskunnan muista toiminnoista.

