



# Järjestötoiminnan esimerkit

Yhdessä tehty hyvä elämä kaikille

Kanta-Häme ja Päijät-Häme

# 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.

# Päijät-Hämeen mielenterveystyön tuki Miete ry

**Toiminta:** Matalan kynnyksen kohtaamispaikkatoimintaa Lahdessa, Nastolassa, Orimattilassa ja Heinolassa.

**Kohderyhmä:** Päijät-Häme, aikuiset kuntoutujat, mielenterveys- ja päihdetyö

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

## Matalan kynnyksen kohtaamispaikka aikuisille kuntoutujille

### Päijät-Hämeen mielenterveystyön tuki Miete ry

- Vahvistunut henkinen hyvinvointi
  - Aktivoitunut yhteisyyden yhdistyksen kotipaikalla ja sen lähikuntien alueella asuvien mielenterveyskuntoutujien välillä
  - Edistynyt mielenterveys
  - Vahvistettu kykyä olla oman elämänsä aktiivinen toimija
- 5 työntekijää, joista 1 Paikka auki-hankelainen) ja toiminnoilla n. 300 000 €/vuosi

- n. 19 000 osallistujaa kaikkiaan toimintoihin (sis. tutustujat)
- 34 erilaista ryhmää, 883 kohtaamista
- 39 eri vertaisryhmänohjaajaa
- 13 krt erilaisia liikuntaryhmiä, 209 kohtaamista
- 86 eri ryhmää ympäristökunnissa, 515 kohtaamista
- 336 ruokailijaa
- 51 Zoomia ja 19 Chattia, 356 kohtaamista
- 16 retkeä ja 23 tapahtumaa, 1172 osallistujaa
- 77 hlölle It-tukea
- 155 hlölle palveluneuvontaa
- 12 508 yhteydenottoa
- 64 300/v. kotisivuvierailuita
- 3100 Facebook-käyttäjää, 867 seuraajaa
- Kokemusasiantuntijakoulutuksessa 4/12 tapaamista ja 96 kohtaamista
- 9 opiskelijaa/työkokeilijaa
- 508 toimintaa ja tuotosta, 7544 kohtaamiskertaa

- Lähes 90 %:lla yksinäisyyden tunne vähentyi ryhmätoimintaan osallistumisen ja omien voimavarojen kasvun myötä.
- Lähes 100 % tunsu kuuluvansa itselle tärkeään yhteisöön tai ryhmään.
- Yli 80 %:lla vahvistui keinot huolehtia itsestään ja omasta hyvinvoinnistaan.

Toiminta on tärkeää ja tarpeellista, yksinäisyyttä poistavaa, voimavaroja vahvistavaa ja osallisuutta tukevaa; (asteikolla 1–4) ka. 3,3.

**TAVOITE**

**RESURSSIT**

**TOIMINNAN  
TUNNUSLUKUJA**

**TULOKSIA**

## Mielikuvia, jos leikkauksia kohdistuisi juuri tähän toimintaan...

Seuraisi katastrofi. Yhdistyksemme on alueellamme ja lähiympäristössä ainoa laatuaan, vastaavaa toimintaa ei ole. Toimintamme loppuminen kuormittaisi sosiaali- ja terveydenhoitoa suunnattomasti lisäten sekä hyvinvointialueemme että kaupunkimme kuluja kohderyhmämme hakeutuessa tarvitsemiinsa mielenterveys- ja päihdekuntoutujien avun piiriin ja palveluihin, sosiaalityö kuormittuisi myös. Kuntoutuminen taantuu hyvin paljon, psykiatrian osastoille ja mielialapoleille hakeudutaan heti, psykiatrian hoitajia kuormitetaan, kotiin vietävien palveluiden tarve tulee kasvamaan, kaikki palvelut kuormittuvat ja lisääntyvät. Alueellamme ei ole mitään tällaista toimintaa ja pahimmillaan seurauksena olisivat itsemurhat. Perheet ja läheiset kuormittuvat hyvin paljon, lähipiiri sairastuu henkisesti ja tarvitsisi enemmän hyvinvointialueen ja sote-palvelujen apua. Kävijöissämme osa todellakin jäisi ilman apua, polikäyntejä on jo nyt lopetettu tai karsittu minimiin.

# Sopimusvuori ry

**Toiminta:** Walonkulman Klubitalo, kohtaamispaikkatoiminta

**Kohderyhmä:** Oma Hämeen hyvinvointialueen työkäisille, joilla on tai on ollut haasteita mielenterveydessään

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

## Walonkulman Klubitalo: kohtaamispaikkatoimintaa Oma Hämeen hyvinvointialueen työikäisille, joilla on tai on ollut haasteita mielenterveydessään

### Sopimusvuori ry

- Lisääntynyt koettu hyvinvointi ja tunne yhteisöllisyydestä
- Vähentynyt yksinäisyyden tunne
- Vähentynyt koettu tarve avo- ja laitospalveluille
- Lisääntyneet työ- ja opintotaidot sekä -mahdollisuudet

- Ammattitaitoinen henkilökunta
- Toimitila
- Tietoliikennekulut
- Koulutukset

Vuonna 2023:

- 441 toimintaan osallistunutta
- 3833 kohtaamiskertaa
- 1063 yhteydenpitoa
- 238 henkilökohtaista tukea
- 1049 verkosto-yhteistyön kohtaamisia

Vastaajien kokemuksen mukaan

- 80 %:lla toimintakyky, itseluottamus ja arjen taidot vahvistuivat.
- 100 %:lle toiminta vahvisti hyvinvointia.
- Yli 90 %:lle klubitalo kannusti asettamaan omia tavoitteita ja antavan apua työnhakuun, opintojen aloittamiseen tai jatkamiseen.
- N. 90 %:lle työtehtävät lisäsivät digitaitoja ja mahdollistavan digiyhteiskuntaosallisuutta.
- 79 %:lle klubitalolla käyminen vähensi psykiatrasta osastohoitoa ja 85 %:lla avohoitoa.
- Kaikilla itseluottamus vahvistui ja 96 %:lla yksinäisyys helpottui
- 87 %:a oppi taitoja omaan arkeen, 74 % digitaitoja ja 96 % sosiaalisia taitoja

90 % :lle sidosryhmäläisistä klubitalon rooli nähtiin merkittävänä mt-täydentäjänä. Kaikki kokivat sen vahvistavan jäsenten arjen taitoja ja lisäävän sosiaalista toimintakykyä. 86 % koki sen edistävän jäsenten liikuntaharrastuksia

**TAVOITE**

**RESURSSIT**

**TOIMINNAN  
TUNNUSLUKUJA**

**TULOKSIA**

## Mielikuvia, jos leikkauksia kohdistuisi juuri tähän toimintaan...

Tämä on edelleen alueellaan ainoa mielenterveyskuntoutujiin profiloituva kohtaamispaikka, jonne voi tulla maksutta, ilman lähetettä ja käydä vapaaehtoisesti. Muut yksiköt avopalveluissa todennäköisesti kuormittuisivat entisestään. Osalle jäsenistä klubitalo on ainoa paikka, jossa he käyvät, ja he sanovat, että ilman sitä jäisivät kotiin. Myös monen mahdollisuudet ja uskallus työ- ja opintoelämään palaamiseen vähenisivät. Yksinäisyys lisääntyisi, osallisuuden tuntemukset vähenisivät, hyvinvointi laskisi. Omaa terveyttä olisi hankalampaa ylläpitää yksin. Toiminnassa käyminen vähentää monen mielestä tupakointia ja päihteiden käyttöä, joten tilanne näkyisi todennäköisesti negatiivisella tavalla katukuvassa sekä julkisella puolella.



# Mielenterveysyhdistys Mielikki ry

**Toiminta:** Kohtaamispaikkatoiminta: matalan kynnyksen kohtaamispaikkoja ja vertaisryhmiä.

**Kohderyhmä:** Forssan seutukunnan mielenterveyskuntoutujat 18-vuotiaasta ylöspäin

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

## Kohtaamispaikkatoimintaa mielenterveyskuntoutujille

### Mielenterveysyhdistys Mielikki ry

- Parantunut osallisuus
- Vähentynyt yksinäisyys
- Vahvistuneet voimavarat
- Ylläpidetty terveys

Toiminta tarvitsee tällä hetkellä n. 120 000–150 000 € vuodessa pyöriäkseen nykyisellä volyyymilla.

- 4500 kävijäkertaa
- 550 puhelua/ asiakasohjausta
- 6 päivänä viikoittain ryhmätoimintaa
- 30 vapaaehtoista
- yli 300 eri henkilöä toiminnassa
- 6 seuturyhmää

Kyselyiden perusteella yhdistyksen toiminta on monelle hyvin tärkeä arjen rytmittäjä.

Toiminta on mahdollistanut ihmisten kohtaamisen ja sosiaalisten verkostojen laajenemisen.

**TAVOITE**

**RESURSSIT**

**TOIMINNAN  
TUNNUSLUKUJA**

**TULOKSIA**

Mielikuvia, jos leikkauksia kohdistuisi juuri tähän toimintaan...

Hyvin todennäköisesti riski päätyä erikoissairaanhoidon piiriin kasvaisi.

# Sydän-Suomen alue ry ja Keski-Suomen Sydänpiiri ry

**Toiminta:** Vertaistukitoiminta

**Kohderyhmä:** Sydänsairastuneet ja heidän läheiset Pirkanmaan, **Kanta-Hämeen**, Etelä-Pohjanmaan, Keski-Suomen sekä Etelä-Savon (Pieksämäki ja Kangasniemi) alueella

<https://sydan.fi/sydansuomi>

<https://sydan.fi/keskisuomi>

## **Vertaistukitoimintaa sydänsairastuneille ja heidän läheisilleen** **Sydän-Suomen alue ry ja Keski-Suomen Sydänpiiri ry**

### **Sydänsairastuneet ja heidän läheisensä:**

- Saatu tieto, tuki ja toivo sydänsairauden kanssa elämiseen

### **Vertaistukihenkilöt:**

- Opittu uutta; kokemus oman osaamisen hyödyntämisestä
- Kuulumisen tunne yhteisöön ja saatu arvostus
- Kokemus oman työn merkityksellisyydestä

Vertaistukitoimintaa koordinoivan ammattilaisen koordinointi- ja kehittämiskustannukset.

Toiminta-alueella vuosikustannukset n. 130 000 €.

### **Vuonna 2023:**

- 3637 vertaistukihenkilöiden kohtaamista
- 244 sairaalavertaiskäyntiä
- 126 vertaistukihenkilöä mukana toiminnassa
- 9 uutta koulutettua vertaistukihenkilöä
- 974 vertaistoimintaan osallistunutta henkilöä

- Sairastuneet ja heidän läheiset kokivat saavansa avaimia arjesta selviytymiseen, tulivat kuulluksi ja saivat tarvitsemansa tuen.
- Vertaistukihenkilöt kokivat saavansa käyttää osaamistaan, oppivat uutta, kokevat arvostusta ja yhteisöön kuulumista sekä työnsä merkityksellisyyttä.
- Yhtenäinen vertaistukihenkilötoiminnan malli koko alueella tasa-arvoistaa vertaistukihenkilöiden toimintaa. Ajantasaiset sopimukset turvaavat toiminnan (vakuutukset).
- Vertaistukihenkilöiden toiminnasta saadut voimavarat, mielekkyys ja siihen tarjottu tuki vahvistivat heidän osallisuuttaan, osaamistaan ja jaksamista toimia vertaistukihenkilönä.

**TAVOITE**

**RESURSSIT**

**TOIMINNAN  
TUNNUSLUKUJA**

**TULOKSIA**

## Mielikuvia, jos leikkauksia kohdistuisi juuri tähän toimintaan...

Leikkausten myötä moni jäisi ilman vertaistukea. Vertaistuen tarve on jatkuva.

Leikkaukset kohdistuisivat erityisesti vertaistukihenkilöille annettavaan tukeen ja toiminnan koordinointiin, joka vähentäisi merkittävästi vertaistukihenkilöiden toimintamahdollisuuksia.

Toimintamahdollisuudet heikkenisivät mm. seuraavilla tavoin: sairaalavertaistoiminta supistuisi, vertaistukitoiminnan uusia muotoja ei kehitettäisi kohderyhmän hyväksi (mm. erilaisten vertaistukikohtaamisten mahdollistaminen), olemassa olevien vertaistukihenkilöiden voimavaroja toiminnan toteuttamiseksi ei pystyittäisi tukea, eikä koulutuksia järjestää.

# Saimaan Syöpäyhdistys r.y.

**Toiminta:** Kriisituki, neuvonta, tukihenkilötoiminta ja vertaisryhmät sekä vapaaehtoistoiminnan koordinointi yhdistyksen alueella

**Kohderyhmä:** Etelä-Karjalan, Etelä- Savon sekä itäisen Päijät-Hämeen (Heinola, Hartola ja Sysmä) alueen (Saimaan Syöpäyhdistyksen toimialueella asuvat) syöpään sairastuneet ja heidän läheisensä

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

## Kriisitukea, neuvontaa ja toimintaa syöpään sairastuneille ja heidän läheisilleen

### Saimaan Syöpäyhdistys r.y.

#### Syöpään sairastuneet ja/tai heidän läheisensä:

- Selviytynyt syövän aiheuttamasta kriisistä ja elämänmuutoksesta paremmin
- Lisääntynyt hyvinvointi

#### Vapaaehtoiset:

- Vapaaehtoistoiminnassa toimimisen myönteinen vaikutus vapaaehtoisen oman elämään
- Lisääntynyt hyvinvointi

- Henkilöstöresurssit
- Matkakulut
- Markkinointikulut
- Ryhmätoiminnan kulut (mm. tarjoilut ja tarvikkeet)
- Potilasoppaat,
- Toimitilakulut
- ATK- ja puhelinkulut, toimistotarvikkeet
- Vapaaehtoisten virkistys ja kiitokset
- Koulutuskulut

180 vapaaehtoista yhteensä:

- 42 vertaistukihenkilöä
- 45 saattohoidon tukihenkilöä
- 10 arjen ystävätukihenkilöä
- 13 vertaisryhmän ohjaajaa
- 2 kädentaitajaa
- 2 kokemustoimijaa
- 53 paikallisosastojen ja potilaskerhon aktiivia
- 1 kerhon/ryhmäohjaaja
- 12 luottamushenkilöä

Sama henkilö voi toimia eri vapaaehtoistehtävissä.

- 3309 yhteydenottoa potilailta/läheisiltä
- 345 vertaisryhmien tapaamista, 2426 käyntikertaa
- 87 tukihenkilöä, 788 tukikontaktia
- 10 infotilaisuutta potilaille/läheisille, 201 osallistujaa

- Asiakaskysely: 97 %:lle keskustelu neuvontahoitajan vastaanotolla helpotti oloa (ka. 3,7 asteikolla 1–4). Kokemuksia: "Tilanne perheessä huono. Puoliso sairastunut enkä oikein tiedä mitä tarvitsisin. Keskustelu hoitajan kanssa oli tarpeellinen."
- Vertaisryhmäpalautteet: kaikki (100 %) kokivat, että ryhmään osallistuminen vaikutti jaksamiseen positiivisesti (ka. 3,8 asteikolla 1–4). "Lämmin kohtaaminen, ystävällisyys loivat turvaa tilanteessani."
- Vastaanottoasiakkaista 95 % sai tilanteeseensa sopivaa tietoa (ka. 3,7 asteikolla 1–4).
- Ensitetopäivän palautteissa kaikki kokivat saaneensa tietoa itseään tai läheistään hyödyttävistä palveluista.
- 91 % vapaaehtoisista koki vapaaehtoistoimintansa merkityksellisenä.

**TAVOITE**

**RESURSSIT**

**TOIMINNAN  
TUNNUSLUKUJA**

**TULOKSIA**



## Mielikuvia, jos leikkauksia kohdistuisi juuri tähän toimintaan...

Tukipalveluumme pääsee nopeasti, jonottamatta, kun syöpä osuu omalle tai läheisen kohdalle. Mikäli ammattilaisten toteuttamaa kriisitukea ei olisi saatavilla, kohderyhmä ajautuisi hakemaan ahdistukseensa palvelua päivystyksestä ja mielenterveyspalveluista. Joutuisimme miettimään henkilöstön vähentämistä, mikäli avustusta leikattaisiin. Perheissä ongelmat kärjistyisivät, sillä syöpä on koko perheen ja lähiyhteisön sairaus. On tärkeää saada nopeasti apua ahdistukseen. Yhdistyksen sairaanhoitajan vastaanotolle ja sitä kautta myös vertaistuen piiriin pääsee samana päivänä (puhelimitse, paisti viikonloppuisin) ja vastaanotolle useimmiten jo seuraavana. Tämä vaikuttaa siihen, että ongelmat eivät ehdi kasaantua ja asioita pääsee purkamaan mielestä heti, mikä vähentää painetta julkisella sektorilla.

TOISAALTA, myös mielenterveyspalveluista ohjataan yhdistyksen hoitajan vastaanotolle, koska syöpä on spesifinen kriisi – sen käsittelyssä auttaa, kun ymmärtää sairaudesta ja hoitoprosessista myös tukea antava henkilö. Kiireetön keskustelutuki on tärkeää ja ehkäisee raskaampien palvelujen tarvetta. Pystymme tukemaan myös läheisiä, jotka jäävät julkisella sektorilla vähemmälle huomiolle. Potilat ohjataan toisinaan psyk- sh:n vastaanotolle, mutta läheisen on vaikeampi saada palvelua etenkin, jos ei ole työterveyshuoltoa ja sitä kautta psykologipalveluita.

