

*52 vuotta hyvinvointia  
vertais- ja yhdistystoiminnalla*

Mielenterveysyhdistys Hyvinkään Verso ry  
Valtakatu 11  
05800 Hyvinkää



VUOSIKERTOMUS  
2023



## YLEISTÄ

Mielenterveysyhdistys Hyvinkään Verso ry:n tavoitteena on edistää mielenterveyttä sekä kehittää mielenterveyspalvelujen saatavuutta ja laatua. Yhdistyksen toiminta perustuu yhdistyksen arvoihin; kunnioitukseen, tasavertaisuuteen, osallisuuteen ja vapaaehtoisuuteen.

Yhdistyksen tavoitteena on tarjota monipuolista toimintaa mielenterveystoipujille ja vapaaehtoistoimijoille. Yhdistyksen tärkeimmät toimintamuodot ovat olleet vertaistukiryhmät, matalan kynnyksen kohtaamispaikka ja vapaaehtoistoiminta. Tavoitteena on edistää kaiken ikäisten fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista toimintakykyä – kokonaisvaltaista hyvinvointia, erilaisissa elämäntilanteissa.

Verso on Mielenterveyden keskusliiton (MTKL) jäsenyhdistys. Yhdistys on tehnyt yhteistyötä kolmannen sektorin toimijoiden kanssa Hyvinkäällä sekä Keski-Uudenmaan hyvinvointialueella.

Verson toiminnan rahoitus muodostuu avustuksista, joita on saatu Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskukselta (STEA), Keski-Uudenmaan hyvinvointialueelta ja Hyvinkään kaupungilta. Lisätuottona ovat olleet jäsenmaksut, myyjäis- ja arpajaistulot sekä lahjoitukset.



## VERSON HALLITUS 2023

Anneli Karhunen puheenjohtaja  
Mirja Pajunen varapuheenjohtaja

Hallituksen jäsenet: Markku Forsström, Marita Siik, Hille Rannikko, Timo Luoto, Virpi Koivisto (Hyvinkään srk:n edustaja)

Petra Pekkanen toiminnanjohtaja, esittelijä, yhdistyksen sihteeri

Yhdistyksen hallitus kokoontui vuoden aikana yksitoista kertaa. Yhdistyksen sääntömääräiset vuosikokoukset olivat kevätkokous 17.4.2023 ja syyskokous 14.11.2023. Kokouksissa käsiteltiin sääntömääräiset asiat.





## VERSON HENKILÖKUNTA 2023

Toiminnanjohtaja toimii hallituksen ja muu henkilöstö toiminnanjohtajan alaisuudessa.

**Toiminnanjohtaja** on vastannut yhdistyksen toiminnasta, taloudesta, henkilöstöhallinnosta, viestinnästä, kehittämisestä, verkostoyhteistyöstä ja on toiminut hallituksen kokouksissa esittelijänä.

**Toiminnanohjaaja** on palkattu elokuusta 2023 alkaen 64 %:lla työajalla. Hän on vastannut vertaisryhmien tuesta sekä vapaaehtoistoimijoiden koordinoinnista ja tuesta. Lisäksi hänen työtehtäviinsä ovat kuuluneet viestinnälliset tehtävät ja verkostoyhteistyö.

**Palkkatuella** yhdistyksessä toimi toimistotyöntekijä 65 %:lla työajalla 9.1.–30.6.2023 ja 1.8.–31.12.2023.

Versotalolla työskenteli **ohjaaja** 3.4.–31.5.2023 ja 7.8.-6.12.2023. Hän oli Hyvinkään kaupungin palkkaama ja sijoitettuna Versoon.

**Työkokeilussa** oli kolme henkilöä vuoden 2023 aikana.

## YHDISTYKSEN TOIMINTA

### Toimitilat - Versotalo

Yhdistyksellä on Hyvinkään keskustassa vuokralla toimitila "Versotalo". Versotalo sijaitsee osoitteessa Valtakatu 11. Verso toimii talon keskikerroksessa, missä on tilaa 210 m<sup>2</sup>. Talon takana on pieni puutarha, mikä mahdollistaa ryhmätoiminnan ulkona. Pihalla sekä tien laidassa löytyy parkkipaikkoja. Tilat ovat esteettömät liikuntarajoitteisille, kulkuyhteydet ovat hyvät ja palvelut sijaitsevat noin puolen kilometrin päässä.

### Verson toiminta

Vuonna 2023 Versotalon toimintaan oli mahdollisuus tulla entiseen tapaan ilman lähetettä tai diagnoosia, eikä toimintaan osallistuminen edellyttänyt jäsenyyttä tai hyvinkääläisyyttä.

Toiminnan tavoitteita olivat hyvinvoinnin edistäminen haasteellisissa elämäntilanteissa, terveyden ja toimintakyvyn ylläpitäminen, päivärytmin parantuminen ja jaksamisen lisääntyminen, osallisuuden vahvistaminen sekä mielekkään tekemisen löytäminen. Palautekyselyiden tulosten mukaan tavoitteet toteutuivat oikein hyvin.

Verson viikko-ohjelmassa oli 9 toiminnallista ryhmää; käsityö-, taide-, kokeneitten-, hyvinvointi-, liikunta- ja askarteluryhmä, peliklubi, runopiiri ja musiikkituokio. Keskusteluryhmiä oli 5; masennuksesta toipuville, kaksisuuntaista mielialahäiriötä sairastaville, adhd-, ahdistus ja ocd- sekä kivunhallintaryhmä. Syksyllä ryhmätoimintaa alettiin kehittää niin, että vertaisuuden rinnalle tuotiin voimavarakeskeisiä ja luovia menetelmiä. Ryhmät kokoontuivat 407 kertaa ja kohtaamisia ryhmissä oli yhteensä 3015.

Olohuonetoimintaa oli toivottu pitkään ja se käynnistettiin syksyllä. Olkkaripäiviä oli yhteensä 10, joissa kohtaamisia oli 100.

### Vapaaehtoistoiminta

Verson toiminnassa oli 15 vapaaehtoista. Ryhmät toimivat pääasiassa vertaisohjauksella ja tarvittaessa henkilökunnan ohjauksella. Vapaaehtoiset toimivat vertaisryhmien ohjaajina, kahvitehtävissä, siivoustehtävissä, kiinteistön ja puutarhan hoidossa sekä tapahtumien järjestämisessä. Vapaaehtoiset tekivät vapaaehtoistyötä yhteensä 1650 tuntia. Vapaaehtoisten yhteishenkeä ja tukea vahvistettiin yksilöllisen tuen lisäksi oman toiminnallisen ryhmän (toiminnanohjaajan ohjaama) ja työohjauksen avulla. Versoon ilmoittautui vuoden lopulla 4 uutta vapaaehtoista.

Versotalon ylläpitoon liittyviä tehtäviä tehtiin vapaaehtoisten ja henkilökunnan voimin. ITC-tuki ostettiin Napalmi Tietotekniikka Oy:stä.

### Tapahtumat

Tapahtumat, joilla edistettiin hyvinvointia ja terveyttä: opiskelijoiden ryhmäohjaukset, vapaaehtoisten tapaamiset ja virkistys yhdessä verkoston kanssa, Seurakunnan retki- ja mökkipäivät, valtakunnalliset yhdistyspäivät yhdessä MTKL kanssa, aivoluento yhdessä Klubitalon kanssa, Vanhustenviikko yhdessä järjestöjen ja kaupungin kanssa, Asunnottomien yö -tapahtuma järjestöjen kanssa, tapahtuma itsemurhan tehneiden muistoksi, Verson esittely kirkon messussa sekä retket ja tapahtumat Verson kävijöille.

Versolla käynnistettiin projekti ”Näetkö minut? Kuuletko minua?”. Projektin tavoitteena on levittää tietoa mielenterveysasioista. Teemaan tuotettiin näyttelymateriaalina anonyymit profiilit, mihin liitettiin versolaisten elämätarinoita mielenterveyden haasteista. Profiilit olivat esillä kirjaston näyttelyssä, kaupungintalolla ja kirkon aulassa. Verso järjesti kirkon aulassa kaikille avoimen tapahtuman samalla teemalla. Projekti jatkuu vuoden 2024 ajan.

## VIESTINTÄ / TIEDOTTAMINEN

### Versotalokokous – ryhmät - ilmoitustaulu

Torstaikokoukset ovat avoin keskustelufoorumi kaikille Versossa kävijöille. Tilaisuuksissa arvioidaan ja suunnitellaan toimintaa sekä tiedotetaan ajankohtaisista asioista. Ajankohtaiset asiat olivat luettavissa ilmoitustaululta.

### Kotisivut, Facebook ja Instagram

Kotisivujen, Facebookin ja Instagramin ylläpidosta sekä päivityksestä vastasi henkilökunta.

### Verson esite

Verson virallinen esite valmistui keväällä. Sitä levitettiin n. 400 kpl verkostoihin.

### Verson Viesti

Verson Viesti (jäsenkirje) julkaistaisiin keväällä ja syksyllä. Julkaisua toimitettiin keväällä ennen esitteen valmistumista yhteistyökumppaneille mm. Hyvinkään seurakunta, Onnensilta, terveyskeskus, mielenterveyspalvelut, Hyvinkään sairaala, Työllisyyspalvelut jne. Sähköisesti Verson Viesti jaettiin verkostoihin ja yhteistyökumppaneille. Päivitetty julkaisu toimi sisäisenä sekä ulkoisena tiedotusvälineenä ja toi näkyvyyttä yhdistykselle. Jäsentiedote postitettiin keväällä ja syksyllä jäsenmaksun maksaneille jäsenille.

### Lehtien yhdistyspalstat

Ajankohtaisista asioista ilmoitettiin Aamupostin ja Aamupostin Viikko-lehden yhdistyspalstoilla.

## JÄSENEDET JA MUU TOIMINTA

### Jäsenkahvio

Kahvio oli avoinna pienimuotoisesti Versotalon aukioloaikoina. Myynnissä oli kahvia, teetä, kylmiä juomia ja pientä purtavaa.

### Lounas

Verson vapaaehtoiset valmistivat versolaisille torstaisin lounasta 2 € hintaan. Vapaaehtoistoimijoille lounas oli ilmainen. Lounaan valmistuksessa hyödynnettiin hävikkiruokaa mahdollisuuksien mukaan.

### Sanomalehti ja muut lehdet

Versotalossa oli mahdollisuus lukea päivittäin Aamuposti ja kuusi kertaa vuodessa ilmestyvä Tunne & Mieli -lehti. Keskusliiton neljä kertaa vuodessa ilmestyvä Revanssi oli verkossa luettavana.

### Tietokoneet

Versossa kävijöillä oli mahdollisuus käyttää yhdistyksen tietokoneita ja saada digiohjausta.

### Neuvonta

Verson henkilökunnalta sai neuvontaa ja opastusta tarvittaessa.

### Vertaisneuvonta

Verson koulutettu vertaisneuvoja (Verne) vastasi kevään 2023 aikana neuvontapuhelimeen, ohjasi luottamuksellisesti palveluihin, auttoi lomakkeiden täyttämässä, sähköisessä asiointissa ym.

## ARVIOINTI / SEURANTA

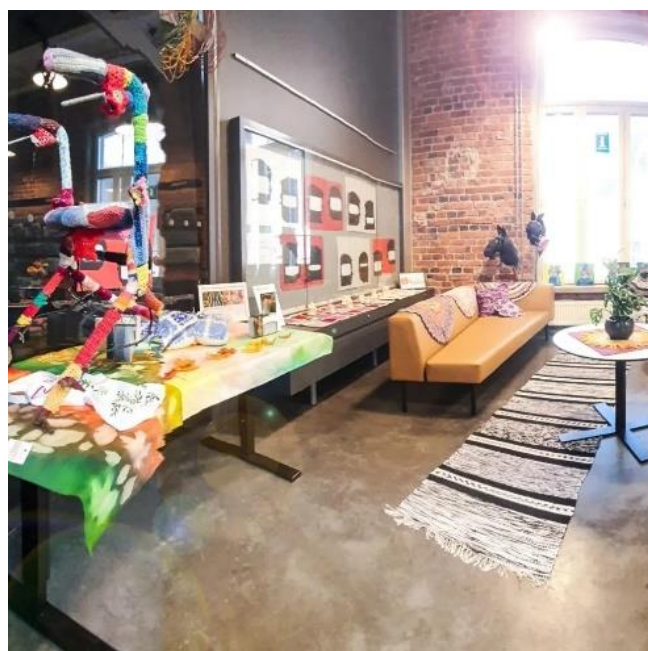
Tilastoimme määrällistä tietoa päivittäin osallistuja- ja jäsenmääristä, kohtaamiskerroista, tapahtumista, yhteistyötapaamisista, vapaaehtoisten tehdyistä työtunneista ja uusien tutustujien määristä. Työntekijämme vastasivat

tiedonkeruusta, tilastoinnista ja analysoinnista. Työntekijät keräsivät seurantatietoa toiminnan tuloksista kävijöiltä ja vapaaehtoisilta Artsi-toiminnassa tuotetuilla kyselyillä toukokuussa ja joulukuussa. Palautekyselyjen kysymykset mittasivat asiakkailta ja vapaaehtoisilta kokemustietoa siitä, miten Verson toiminta on edistänyt tai ylläpitänyt toiminnan tavoitteissa asetettuja hyötyjä.

Syksyllä työntekijät alkoivat kirjaamaan toiminnassa saatuja suullisia palautteita. Keräsimme yhteistyökumppaneilta palautetta sähköisellä kyselyllä vuoden lopussa. Kerätty tieto analysoitiin 2 krt vuodessa henkilöstön ja vapaaehtoisten kanssa yhteisessä kehittämispäivässä. Henkilöstön omassa kehittämispäivässä nostettiin kehitettävät painotukset. Tietoa käsiteltiin kokouksissa; toimintaa arvioitiin, ideoitiin ja kehitettiin yhdessä. Työntekijöiden havaintojen ja suullisten palautteiden pohjalta toimintaa arvioitiin ja kehitettiin jatkuvasti.

## TALOUS

Verson talous on koostunut pääasiassa Stean toiminta-avustuksesta, jonka lisäksi Hyvinkään kaupungin avustus on ollut tärkeä lisä kattamaan henkilöstökuluja. Tietoa kaupungin avustusmäärästä odotettiin huhtikuun lopulle, jolloin toiminnanohjaajaa ei voitu palkata ennen sitä. Kaupungin avustus saatiin toiminnanohjaajan palkkakuluihin ja sitä sai käyttää vuoden ajan myöntämisaikakohdasta, jolloin se tasoittaa seuraavan vuoden alkua, kun avustuspäätöksiä odotetaan jälleen. Ammattitaitoisella suunnitelmallisuudella maksuvalmius säilyi alkuvuoden rahoituksen toteutumisen epävarmuudesta huolimatta.





## YHTEISTYÖ JA VERKOSTOT

### Mielenterveyden keskusliitto (MTKL)

Verso järjesti MTKL:n kanssa yhteistyössä valtakunnalliset yhdistyspäivät Hyvinkäällä ja Riihimäellä. Tapahtuma kokoaa yhdistysväen yhteen monipuolisen ohjelman kautta kulttuurin ja liikunnan äärelle. Verson kävijät osallistuivat MTKL:n valtakunnalliseen Syty liikkeelle -liikuntahaasteeseen (1kk), josta saivat 2. sijan. Mielenterveysviikolla Verson asiakkaat saivat tietoa mielenterveyden haasteista ja selviytymiskeinoista MTKL messuluennolla.

### Hyvinkään seurakunta

Verson asiakkaat osallistuivat diakoniatyön järjestämään mökkipäivään ja retkipäivään. Seurakunnan edustaja kuuluu Verson hallitukseen. Verson mielenterveysviikon tapahtuma ja näyttely mielenterveystiedon levittämiseksi järjestettiin kirkon aulassa. Verson toimintaa esiteltiin kirkon messussa.

### Oppilaitokset

Versossa oli sosionomiopiskelija asiakastyön harjoittelussa kevään ajan ja kehittämistyön harjoittelussa syksyn ajan. Verso tarjosi opiskelijoille ja opiskelijaryhmille mahdollisuuden tutustua vertaisuuteen menetelmänä mielenterveystoipujien tukimuotona sekä toteuttaa luovia menetelmiä Verson ryhmissä.

### Työhallinto TE-toimistot, Työllisyyspalvelut

Järjestimme yhteistyössä TE-toimiston edustajan kanssa kaksi työkokeilujaksoa Versolla. Työkokeilujen tavoitteina olivat päästä lähemmäksi työelämää ja kokeilla oman koulutuksen mukaista työtä. Kuulumme samaan verkostoryhmään, jonka tavoitteena tiedottaa ajankohtaisista asioista ja kehittää eri organisaatioiden yhteistyötä.

### Helsingin ja Uusimaan sairaanhoitopiiri (HUS)

Suurin osa Verson uusista asiakkaista tulee julkiselta puolelta saatettuna, esim. psykoosipolilta, päihdeklinalta tai sairaanhoitajan kautta. Tutustumiskäynnillä suunnittelimme yhdessä, miten Verson toiminnalla voidaan tukea asiakkaan arjessa

pärjäämistä ryhmätoiminnan avulla. Verso oli esittelemässä toimintaansa työntekijöille Mielenterveystoimijat tutuksi -teemapäivillä Hyvinkään sairaalalla.

### Keski-Uudenmaan hyvinvointialue

Verson toimintaan ohjautui kuntoutumaan paljon uusia tutustujia Keusoten kautta (toimintaterapeutti, tukihenkilö, sosiaalinen kuntoutus, kotikuntouttaja, fysioterapeutti ym.) Esittelimme toimintaa esihenkilöiden tulosaluekokouksessa. Käynnistimme yhteisen kipuvertaistukiryhmän. Keusoten ikäihmisten kerho osallistui Verson liikuntaryhmään. Osallistuimme avustusta saavien järjestöjen työpajoihin.

### Hyvinkään kaupunki

Verson toiminta täydensi kunnan ennaltaehkäisevää toimintaa. Järjestimme yhdessä tapahtumia ja tiedotimme kunnan tapahtumista. Verso on asiantuntijana kaupungin Hyvinvointiryhmässä, mikä valmisteli kaupungin hyvinvointi- ja turvallisuussuunnitelman 2022–2025, hyvinvointikertomuksen ja -suunnitelman, kaupungin ehkäisevän työn suunnitelman 2022–2025, osallistui alueellisten suunnitelmien ja EPT-kuntakortin laatimiseen sekä edisti verkostoitumista ja tiedonkulkua.

### Hyvinkään Yhdistykset ry ja Yhdistysverkosto ry

Verso on Hyvinkään Yhdistykset ry:n ja Yhdistysverkoston jäsen. Lisäksi Verso kuuluu Valikkoverkoston, mikä on vapaaehtoiskoordinaattoreiden verkosto. Järjestimme yhteistyössä erilaisia tapahtumia.

### Hyvinkään Seudun Mielenterveysseura ry (HYMISE)

Kuulumme yhteisiin verkostoihin; hyvinvointialueen yhteistyötyöpajat, vaikuttajayhdistysten verkosto, nuorten toimijoiden verkosto sekä mielenterveys- ja päihdetoimijoiden teemaverkosto. Järjestimme Mieli ry:n kanssa yhteistyössä työnohjauksen Verson vapaaehtoisille. Ohjasimme Verson kävijöitä Mieli ry:n kriisipuhelimeen säännöllisesti. Tarjosimme yhteistyössä tet-jakson opiskelijalle.

### Verkostot

Osallistuimme säännöllisesti 5 verkostoon. Esittelimme paljon toimintaa verkostoille livenä ja teamsissa.

## POHDINTAA

Mielenterveyden haasteet ovat lisääntyneet. Keski-Uudenmaan hyvinvointialueen "Miten keskiuusimaalainen voi?" hyvinvoinnin tilan 2023 tarkastelu osoittaa, että vuosien 2019–2023 aikana nuorten koettu ahdistuneisuus on lisääntynyt (kouluterveyskysely) ja aikuisväestössä mielenterveyden haasteet ovat lisääntyneet; työikäisten tilanne on huonontunut, psyykinen kuormittuneisuus on kasvanut, työssä jaksamisen haasteet ovat lisääntyneet ja koetaan, että terveystalvija ei saada omaan tarpeeseen, esim. lääkäripalvelut (TerveSuomi 2022, THL). Matalan kynnyksen kohtaamispaikkojen rooli hyvinvoinnin edistämässä kasvaa entisestään.

Verson toiminta edistää hyvinvointia, ylläpitää terveyttä ja toimintakykyä, tuo rytmiä viikkoon, lisää jaksamista, vahvistaa osallisuuden kokemusta ja antaa mielekästä tekemistä. Verso on yhteisö, jossa kävijät suunnittelevat toimintaa ja ovat aktiivisia toimijoita osana yhteisöä.

Versossa alkuvuoden aikana vähäiset työntekijäresurssit haastoivat ja päätehtävänä oli ylläpitää ryhmä- ja vapaaehtoistoimintaa. Verson yhteisössä syntyy kuitenkin koko ajan uutta ja elokuussa kehittämistyö saatiin hyvin käyntiin, kun saatiin Hyvinkään kaupungin avustus ja palkattua toiminnanohjaaja.

Vuonna 2023 Verson kävijöiden kohtaamismäärät melkein kaksinkertaistuivat ja uusia tutustujia tuli 81 henkilöä. Toiminnassa oli 13 aktiivista vapaaehtoista ja 4 uutta vapaaehtoista ilmoittautui toimintaan. Yhteistyö lisääntyi järjestöjen ja hyvinvointialueen kanssa. Verso jalkautui kolmeen uuteen verkostoon.

Järjestökenttä on jatkuvassa muutoksessa. Viime vuosi osoitti, miten vetovoimainen yhteisö Verso on. Tarve toiminnalle kasvaa ja on tärkeää, että toiminta voi kehittyä yhteistyössä Verson asiakkaiden kanssa vastaten yhteiskunnan haastavaan tilanteeseen mielenterveyden haasteiden tueksi. Sosiaali- ja terveysalan järjestöjen määrärahat tulevat pienenemään tulevina vuosina. Nyt onkin varauduttava luomaan tulevaisuuden suuntaviivoja, kirkastamaan entisestään Verson toiminnan tarkoitusta ja kehittämään hyödyllisiä yhteistyömuotoja muiden järjestöjen kanssa.



Sosiaali- ja  
terveysministeriön  
RAHOITTAMA



