

Mielenterveysyhdistys Hyvinkään Verso ry
Valtakatu 11
05800 Hyvinkää

TOIMINTASUUNNITELMA 2026



Sisällys

1. Mielensterveysyhdistys Hyvinkään Verso ry
2. Vuosi 2026 – Toimintaa mielensterveyden, toimintakyvyn ja osallisuuden hyväksi
3. Yhdessä enemmän – Kumppanuudet ja yhteinen vaikuttaminen
4. Henkilöstö
5. Toiminnan seuranta
6. Verson hallitus ja talous
7. Pohdinta

1. Mielensterveysyhdistys Hyvinkään Verso ry

Verso tarjoaa matalan kynnyksen kohtaamispaikan, vertaistukiryhmiä ja vapaaehtoistoimintaa mielensterveyden haasteita kohdanneille aikuisille. Toiminta on avointa ja maksutonta kaikille eikä vaadi jäsenyyttä, hyvinkääläisyyttä tai lähetettä.

Toimintamme pohjautuu yhdistyksen arvoihin, jotka ovat

Kunnioitus, tasavertaisuus, osallisuus ja vapaaehtoisuus

Yhdistyksen tavoitteet ovat

Edistää kuntalaisten hyvinvointia erilaisissa elämäntilanteissa, ennaltaehkäistä sairastumista, edistää psyykkistä ja fyysistä terveyttä sekä sosiaalista ja toiminnallista kuntoutumista.

Saada toimintaan Hyvinkäällä ja lähikunnissa asuvia mielensterveyskuntoutujia sekä vapaaehtoistoimijoita.

Tukea Hyvinkään ja Keski-Uudenmaan hyvinvointialueen julkista sektoria asiakastyön tavoitteissa sekä kehittää yhteistyössä mielensterveyspalveluita ja ennaltaehkäisevää työtä.

Yhdistyksen toimitila

Yhdistyksen toimipaikka on Hyvinkäällä osoitteessa Valtakatu 11. Yhdistyksellä on kiinteistön keskikerroksesta 12 kuukauden määräaikainen vuokrasopimus. Vuokrasopimus jatkuu aina määräaikaisuuden jälkeen 15.4. seuraavat 12 kuukautta. Versotalo on toiminut matalan kynnyksen kohtaamispaikkana useamman vuoden.

Toimintaympäristön muutokset ja mahdolliset rahoitusleikkaukset haastavat etsimään uudenlaisia ratkaisuja toimitilojen suhteen, jotta tärkeä kohtaava toiminta voi jatkua nykyisessä laajuudessaan. Alustavien yhteistyöneuvottelujen seurauksena **tavoitteenamme on vuoden 2026 keväällä siirtää Verson kohtaamispaikka ja toiminta Hyvinkään Yhdistykset ry:n hallinnoimiin Onnensillan (Kankurinkatu 4-6 rappu A7) tiloihin** niin, että Verson toiminnalle on Onnensillassa omat tilat ja toiminta säilyy itsenäisenä. Vuokrasopimus toimitiloista tehdään Hyvinkään kaupungin kanssa. Yhteisten tilojen hyödyntäminen tuo huomattavia kustannussäästöjä ja lukuisia muita etuja sekä Onnensillan toimintaan osallistuville että Verson kävijöille.

2. Vuosi 2026 – Toimintaa mielenterveyden, toimintakyvyn ja osallisuuden hyväksi

Vuonna 2026 edistämme mielenterveyttä tarjoamalla matalan kynnyksen kohtaamispaikan sekä monipuolista ryhmä- ja vapaaehtoistoimintaa mielenterveyskuntoutujille ja mielenterveyden haasteita kohdanneille henkilöille.

Toimintamme tavoitteet ovat

- Hyvinvoinnin ja mielenterveyden edistäminen haasteellisissa elämäntilanteissa
- Toimintakyvyn ylläpitäminen
- Osallisuuden vahvistaminen ja yksinäisyyden vähentäminen
- Mielekkään tekemisen löytäminen

Toimintamme sisällöt ovat

Vertaistukiryhmät

Vahvistamme ryhmätoiminnan avulla yhteisöllisyyttä ja toimijuutta. **Viikko-ohjelmassa on yhteensä 15 ryhmää.**

Toiminnalliset ryhmät, kuten liikunta-, musiikki-, taide-, runo-, askartelu-, peli-, ulkoilu- ja tietovisaryhmät, ovat kaikille avoimia.

Keskusteluryhmät tarjoavat vertaistukea erilaisiin elämäntilanteisiin. Niihin kuuluvat Tsemppiryhmä masennusta kokeville, ADHD-ryhmä, ryhmä kaksisuuntaista mielialahäiriötä sairastaville sekä kipuvartaistukiryhmä. Keskusteluryhmiin voi osallistua ottamalla yhteyttä toiminnanohjaajaan tai ryhmien vertaisohjaajiin.

Ryhmätoimintaa ohjaavat pääasiassa vertaisohjaajat. Joitakin ryhmiä vetää toiminnanohjaaja tai toiminnanohjaaja ja vertaisohjaaja yhdessä työparina.

Verson toimintaa suunnitellaan, arvioidaan ja kehitetään säännöllisesti. Henkilöstö ja vapaaehtoiset kokoontuvat kahdesti vuodessa yhteiseen suunnittelupäivään, ja versolaiset osallistuvat toiminnan kehittämiseen viikoittaisissa talokokouksissa.

Vapaaehtoistoiminta

Versossa toimii 15 vapaaehtoista, jotka osallistuvat monipuolisesti yhdistyksen toimintaan. He toimivat vertaisohjaajina, kahviotiimissä, tapahtumien järjestäjinä, hallituksessa sekä pop up -vapaaehtoisina esimerkiksi työpajoissa.

Vapaaehtoiset saavat toiminnanohjaajalta tukea sekä ryhmien ohjaamiseen että muihin tehtäviinsä. Heille järjestetään myös oma, voimaannuttava vertaisryhmä ”Vapaa pudotus”, joka kokoontuu noin kerran kuukaudessa.

Vapaaehtoiset osallistuvat toiminnan suunnitteluun kahdesti vuodessa järjestettävissä suunnittelupäivissä sekä kerran vuodessa yhteiseen virkistyspäivään.

Matalan kynnyksen kohtaamispaikka, olohuonetoiminta ja jäsenkahvio

Kohtaamispaikka ylläpitää päivä- ja viikkorytmiä sekä sosiaalisia kontakteja. Verson olohuone on avoin ryhmätoiminnan ohessa maanantaisin, keskiviikkoisin ja torstaisin sekä perjantaisin sovittuina päivinä klo 10–15. Perjantain olohuonetoiminnasta vastaa vapaaehtoinen ohjaaja. Verson aukioloaikoina jäsenkahviosta voi ostaa edullisia kahviotuotteita.

Työpajat, tapahtumat, retket ja koulutukset

Versolla järjestetään erilaisia työpajoja eri teemoilla. Työpajat voivat olla kertaluonteisia tai useamman kerran kokonaisuuksia. Lisäksi toteutamme hyvinvointia ja terveyttä edistäviä tapahtumia, retkiä ja koulutuksia; avoimet ovet, kesäretki, elokuva- ja museoretkiä sekä liikunnallista toimintaa. Osallistumme paikallisten seurakuntien tapahtumiin ja Mielenterveyden keskusliiton verkkokoulutuksiin. Valtakunnalliselle mielenterveysviikolle suunnittelemme yhdessä erityistä toimintaa.

Yksilöllinen ohjaus ja neuvonta sekä asiakastietokoneet

Verson henkilökunnalta saa neuvontaa ja palveluohjauksellista tukea. Versotalolla on käytettävissä kaksi asiakastietokonetta. Henkilökunta neuvoo digiasioissa resurssien puitteissa.

3. Yhdessä enemmän – Kumppanuudet ja yhteinen vaikuttaminen

Keski-Uudenmaan hyvinvointialue (Keusote)

Tavoitteenamme on tiivistää yhteistyötä tavalla, joka edistää alueen asukkaiden hyvinvointia ja terveyttä sekä johtaa eri toimijoiden työtä samojen tavoitteiden suuntaan. Suunnittelemme toimintaa yhdessä työpajoissa. Verson ja Keusoten yhteistä kipuvertaistukiryhmää jatketaan Verson tiloissa, mikäli Keusote niin päättää. Ryhmää ohjaavat kokemusasiantuntija ja Keusoten fysioterapeutti. Ryhmästä on mahdollista jatkaa Verson omassa, täydentyvässä kipuvertaistukiryhmässä, jota ohjaa Verson vertaisohjaaja. Lisäksi ohjaamme asiakkaita toistemme palveluihin.

Hyvinkään kaupunki

Edistämme kuntalaisten hyvinvointia ja kehitämme ennaltaehkäisevää toimintaa yhteisissä verkostoissa. Kaupunki avustaa Verson toimintaa toimitilojen muodossa, mikäli muutto HyvY:n Onnensillan tiloihin toteutuu.

Mielenterveyden keskusliitto ry

Tiedotamme Verson kävijöitä MTKL:n tapahtumista ja koulutuksista sekä osallistumme webinaareihin. MTKL on mukana ja tukena alueellisen yhteistyön/mahdollisten yhdistymisten suunnittelussa Verson ja Keski-Uudenmaan mielenterveysyhdistysten kesken tarjoamalla asiantuntija- ja lakiapua.

Hyvinkään seurakunta

Osallistumme seurakunnan tapahtumiin, kuten kynttilätapahtumaan, yhteislaulutilaisuuksiin ja jouluruokailuun. Seurakunnan edustajana Verson hallituksessa on seurakunnan nimeämä henkilö. Teemme yhteistyötä yhteisissä verkostoissa.

Helsingin ja Uudenmaan sairaanhoitopiiri

Ohjaamme asiakkaita toistemme palveluihin ja tuemme asiakkaita kuntoutustavoitteissa. Kehitämme asiakaspalvelupolkua yhteisissä työpajoissa. Esitelemme Verson toimintaa Hyvinkään sairaalalla henkilökunnalle ja potilaille psykiatrian poliklinikalla ja Mielenterveystoimijat tutuksi - teemapäivillä.

Hyvinkään Yhdistykset ry

Verso on Hyvinkään Yhdistykset ry:n jäsen. Tiivistämme yhteistyötä vuonna 2026, kun Verson muutto HyvY:n hallinnoimiin Onnensillan tiloihin toteutuu. Tiedotamme Versossa Hyvinkään Yhdistykset ry:n tarjoamasta toiminnasta, tapahtumista ja koulutuksista. Hyvinkään Yhdistykset ry:n toimintaviestissä ja sähköisellä taululla on mahdollisuus tiedottaa Verson toiminnasta. Kehitämme yhteistyössä paikallisyhdistysten toimintaa.

Mieli Kriisikeskus Hymise

Ohjaamme aktiivisesti asiakkaita toistemme palveluihin. Kehitämme mielenterveystyötä yhteisissä verkostoissa. Järjestämme yhteisiä esittelytilaisuuksia mm. HUS psykiatrian poliklinikalla.

Yhteistyö Keski-Uudenmaan mielenterveysyhdistysten kanssa

Alueen yhdistysten resurssit vaihtelevat – Versolla on palkattua henkilöstöä, kun taas muiden yhdistysten toiminta perustuu kokonaan vapaaehtoistyöhön. Yhteistyön tiivistäminen ja mahdolliset yhdistymiset tarjoavat keinon turvata tuki useammalle ihmiselle Keski-uudenmaan alueella, jakaa resursseja ja vahvistaa vapaaehtoistoiminnan jatkuvuutta.

Kehitämme yhteisiä toimintamalleja ja lisäämme näkyvyyttä muun muassa kokoamalla yhteisen esitemateriaalin, vahvistamalla viestintää verkostoissa ja sosiaalisessa mediassa sekä toteuttamalla

yhteisiä tapahtumia, retkiä ja vertaistukitoimintaa eri kunnissa. Verso tarjoaa tukea muiden yhdistysten vapaaehtoisille.

Tuusulan seudun mielenterveysyhdistys Tuumi Ry

Luomme yhteisen esitteen alueen mielenterveysyhdistyksistä sekä viestimme toiminnasta yhdessä. Verson vertaisryhmä jalkautuu Tuumin toimintaan. Perustamme yhteisen elokuva-ryhmän ja järjestämme yhteisen leiripäivän. Verso tarjoaa Tuumin vapaaehtoisille tukea.

Mäntsälän mielenterveysyhdistys Kasvu ry

Luomme yhteisen esitteen alueen mielenterveysyhdistyksistä sekä viestimme toiminnasta yhdessä. Järjestämme yhteisen leiripäivän. Kartoitamme muita yhteistyön muotoja. Verso tarjoaa Mäntsälän vapaaehtoisille tukea.

Nurmijärven mielenterveysyhdistys Terve Mieli ry

Luomme yhteisen esitteen alueen mielenterveysyhdistyksistä sekä viestimme toiminnasta yhdessä. Järjestämme yhteisen leiripäivän. Kartoitamme muita yhteistyön muotoja. Verso tarjoaa Nurmijärven vapaaehtoisille tukea.

Oppilaitokset

Otamme opiskelijoita työharjoitteluun (syksyllä), tutustumiskäynneille, ryhmänohjauksiin ja tehtävien toteuttamiseen mm. seuraavista oppilaitoksista: Laurea ammattikorkeakoulu, Diakonia-ammattikorkeakoulu (DIAK), Diakoniaopisto, Hämeen ammattikorkeakoulu (HAMK), LAB ammattikorkeakoulu ja Hyria koulutus Oy.

Verkostot

Osallistumme aktiivisesti erilaisiin alueen verkostoihin.

Hyvinkään Valikko-verkosto on vapaaehtoistoiminnan koordinaattoreiden vertaisryhmä, jossa kehitetään yhteistyötä sekä jaetaan tietoa ja osaamista.

Verso kuuluu **Hyvinvointiryhmään**, jonka tavoitteena on yhdistää toimijoita ja kehittää yhteistyössä kuntalaisten hyvinvointiin liittyviä asioita ja toimintoja. Ryhmään kuuluu edustajia sote-yhdistyksistä, Keski-Uudenmaan hyvinvointialueelta sekä Hyvinkään kaupungin liikunta-, kulttuuri- ja nuorisopalveluista.

Mielenterveys- ja päihdetoimijoiden kumppanuusverkosto (Mipä kumppanit) yksi viidestä Keski-Uudenmaan Järjestöneuvottelukunnan teemaverkostosta. Tapaamisissa käsitellään alueen

ajankohtaisia, yhteisiä asioita mielenterveys- ja päihdeteemoissa sekä järjestöjen kesken että yhteistyössä julkisen sektorin toimijoiden kanssa.

Hope-verkosto kokoaa yhteen alueen toimijat, jotka työskentelevät nuorten aikuisten parissa. Verkostossa jaetaan tietoa ja kehitetään yhteistyötä nuorten palvelujen hyväksi.

4. Henkilöstö

Yhdistyksen toiminta on laajaa ja vastuu taloudesta ja toiminnasta on toiminnanjohtajalla ja hallituksella yhdessä. Toiminnanohjaaja koordinoi vapaaehtoistoimintaa. Vapaaehtoistoimijat huolehtivat sovitusta tehtävistä.

Versolla on vuonna 2026 kaksi työntekijää:

Toiminnanjohtaja vastaa toiminnasta, taloudesta, henkilöstöhallinnosta, viestinnästä, kehittämisestä ja verkostoyhteistyöstä.

Toiminnanohjaaja työskentelee 80 % työajalla. Hän vastaa vapaaehtoisten ja vertaisryhmien tukemisesta. Työhön sisältyy myös ryhmien ja yksilöiden ohjausta, viestintätehtäviä, tutustujien perehdyttäminen toimintaan sekä yhteistyötä verkostojen ja oppilaitosten kanssa.

5. Toiminnan seuranta

Rahoittajille tehtävät raportit ohjaavat Verson toiminnan seurantaan. Laadullista seurantaan toteutetaan Kuntoutussäätiön Artsi-toiminnassa tuotettujen kyselyjen avulla vapaaehtoisille ja kävijöille kaksi kertaa vuodessa. Kerätty tieto analysoidaan henkilöstön ja vapaaehtoisten kanssa yhteisessä kehittämispäivässä. Henkilöstön kehittämispäivässä nostetaan kehitettävät painotukset. Tietoa käsitellään kävijöiden kokouksissa. Sidosryhmille toteutetaan sähköinen kysely.

6. Verson hallitus ja talous

Verson hallitus vuodelle 2026 valitaan vuoden 2025 syyskokouksessa. Verson sääntömääräiset kokoukset ovat kevätkokous ja syyskokous. Yhdistyksen hallitus kokoontuu keskimäärin kuusi kertaa vuodessa ja asioiden vaatiessa useammin. Hallitus voi asettaa työryhmiä valmistelemaan asioita ja kutsua ulkopuolisia asiantuntijoita kokoukseen. Vastuuhenkilöt ja valmistelevat työryhmät suunnittelevat ja toteuttavat hallituksen valtuuttamaa toimintaa ja ovat raportointivelvollisia hallitukselle.

Yhdistys toimii pääasiassa Sosiaali- ja terveysjärjestöjen STEA-avustuksilla ja Keski-Uudenmaan hyvinvointialueen avustuksilla. Lisänä ovat Hyvinkään kaupungin kohdeavustukset, seurakunnan tuki, jäsenmaksut, jäsenkahvion tuotto, myyjäis- ja arpajais tulot sekä lahjoitukset.

7. Pohdinta

Rahoitusleikkaukset ja toimintaympäristön muutokset haastavat meitä pohtimaan perustehtäväämme uudelleen. Versossa työn ydin on aina ollut ihmisten kohtaamisessa ja yhteisöllisyydessä – siinä, että jokaisella on paikka, johon tulla ja jossa saa olla oma itsensä. Toimintamme on monelle tärkeä tuki elämänvaiheessa, jossa yksinäisyys, mielenterveyden haasteet tai arjen kuormitus painavat. Siksi meidän on tärkeää säilyttää ja vahvistaa tätä ydintä, vaikka resurssit olisivat aiempaa niukemmat.

Tulevana vuonna suuntaamme katseemme ratkaisuihin. Toiminnan jatkuvuus edellyttää meiltä myös uudenlaista ajattelua toimitilojen suhteen. Pohdimme erilaisia mahdollisuuksia, kuten yhteiskäyttötiloja, yhteistyötä muiden toimijoiden kanssa sekä kevyempiä ja joustavampia tilaratkaisuja, jotka tukevat toimintaamme ja tuovat sen entistä lähemmäs ihmisiä. Tavoitteena on, että kohtaamiselle ja yhteisöllisyydelle on aina paikka – vaikka muoto ja osoite muuttuisivat.

Samalla etsimme uusia yhteistyökäytänteitä ja keinoja toteuttaa työtämme kevyemmin mutta yhtä merkityksellisesti. Näin voimme jatkaa ennaltaehkäisevää työtä ja ylläpitää toivoa muuttuvassa arjessa. Yhteisömme vahvuus on ihmisissä – siinä, että teemme tätä yhdessä. Se on pääoma, jota ei voi leikata pois.