

Mielenterveysyhdistys Hyvinkään Verso ry
Valtakatu 11
05800 Hyvinkää

TOIMINTASUUNNITELMA 2023



YLEISTÄ

Yhdistyksen arvot

Verso tarjoaa luottamuksellista, asiakaslähtöistä tukea ja toimintaa, joka perustuu yhdistyksen arvoihin; kunnioitukseen, tasavertaisuuteen, osallisuuteen ja vapaaehtoisuuteen. Yhdistykselle tärkeintä ovat vertaistukiryhmät ja vapaaehtoistoiminta.

Yhdistyksen tavoitteet

- Edistää kuntalaisten hyvinvointia erilaisissa elämäntilanteissa, ennaltaehkäistä sairastumista, edistää psyykkistä- ja fyysistä terveyttä sekä sosiaalista ja toiminnallista kuntoutumista.
- Saada toimintaan Hyvinkäällä ja Keski-Uudenmaan hyvinvointialueella asuvia mielenterveyskuntoutujia, heidän läheisiään sekä vapaaehtoistoimijoita.
- Tukea Keski-Uudenmaan julkista sektoria asiakastyön tavoitteissa ja kehittää yhteistyössä mielenterveyspalveluita sekä ennaltaehkäisevää työtä.

Yhdistyksellä on Hyvinkäällä, Valtakadulla toimipaikka, palkattua henkilökuntaa, vapaaehtoistoimijoita, sosiaali- ja terveysalan opiskelijoita sekä työkokeilijoita.

Yhdistys toimii pääasiassa Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskuskuksen (STEA), Hyvinkään kaupungin/Keski-Uudenmaan hyvinvointialueen ja Hyvinkään seurakunnan avustuksilla. Lisänä ovat hankeavustukset, jäsenmaksut, jäsenkahvion tuotto, myyjäis- ja arpajaistulot sekä lahjoitukset.

YHDISTYKSEN TOIMINTA

Versotalo

Verso muutti huhtikuussa 2019 Sahanmäestä lähelle kaupungintaloa, osoitteeseen Valtakatu 11, 05800 Hyvinkää. Versotalossa järjestetään monipuolista toimintaa mm. keskusteluun ja toimintaan perustuvia vertaistukiryhmiä. Versotalossa on kaksi vakituista, kokoaikaista työntekijää, toiminnanjohtaja ja toiminnanohjaaja. Vapaaehtoistoimijoita on viisitoista ja säännöllisesti opiskelijoita sekä työkokeilijoita. Yhteisen toimitilan ja kahvion ylläpitoon liittyviä töitä tehdään yhteisvoimin. Versoon voi tulla vertaistukiryhmiin, tietokoneelle, lukemaan lehtiä, keskustelemaan tai vapaaehtoistojaksi. Kävijöiltä ei edellytetä lähetettä, diagnoosia, jäsenyyttä, eikä hyvinkääläisyyttä. Äänioikeus sääntömääräisissä vuosikokouksissa (kevät- ja syyskokous) on ainoastaan jäsenillä.

Kävijöiden osallisuutta vahvistetaan; jokainen voi osallistua toiminnan suunnitteluun, toteutukseen ja arviointiin mahdollisuuksiensa ja voimavarojensa mukaan. Henkilökunnan tehtävänä on pitää huolta resursseista sekä tukea ja auttaa vapaaehtoistoimijoita (ryhmien ohjaus, kahvio-, keittiö-, kiinteistö- ja puhtaanapidon tehtävät).

Toimintavuoden 2023 toiminnan tavoitteita ovat hyvinvoinnin edistäminen haasteellisissa elämäntilanteissa, terveyden ja toimintakyvyn ylläpitäminen, päivärytmin parantuminen ja jaksamisen lisääntyminen, osallisuuden vahvistaminen ja mielekkään tekemisen löytäminen. Toiminnassa painotamme kulttuuri- ja liikuntatoimintaa.

Versotalo, Valtakatu 11, 05800 Hyvinkää



VERSON VIIKKO-OHJELMA 2022 / SYKSY

Ryhmät toimivat katutasossa. Käynti Versotalon pääsisäänkäynnin kautta.

MAANANTAI

Klo 10.00 - 12.30 Käsityö "langat solmussa" (makrame -työt) (Johanna)

Klo 13.00 - 14.30 TSEMPPI -ryhmä -masennuksesta toipuvat (Merja)

Klo 14.30 - 15.30 Viikkosiivous (vapaaehtoiset ja henkilökunta)

TIISTAI

Klo 10.00 - 10.45 ASAHI -Versotalon sisällä - sään salliessa ulkona (Anneli)

Klo 11.00 - 12.30 Henkilökunnan kokous

Klo 11.00 - 13.00 Taide -ryhmä (Laura)

Klo 13.00 - 15.00 Double Trouble -ryhmä, -kaksisuuntaisesta mielialahäiriöstä toipuvat (Mia)

Klo 16.00 - 17.30 ADHD -ryhmä, **parittomat viikot** (Pia)

KESKIVIIKKO

Klo 10.30 - 12.00 Kokeneitten -ryhmä - ei ikärajaa, **parilliset viikot** (Juhani, Anneli)

Klo 12.00 - 13.00 Hyvinvointi -ryhmä - ulkoilua (sateen sattuessa ryhmä toimii sisätiloissa), lähtö Versotalon edestä

Klo 13.00 - 14.30 Musiikkituokio - levyraati, toivekonsertti tms.

Klo 13.30 - 15.00 Digitalkkari opastamassa (Timo)

Klo 14.30 - 16.00 Vapaaehtoisten tapaaminen: 5.10., 12.10., 19.10., 26.10., 30.11

TORSTAI

Klo 10.00 - 11.30 Runopiiri - Versotalo tai Teams (Marita, Hille)

Klo 11.30 - 12.30 Lounas

Klo 11.30 - 12.30 Kokous (ryhmäläiset, henkilökunta)

Klo 12.30 - 14.30 Käsityöryhmä - askartelua, käsitöitä (Leena)

Tiedustelut ja ilmoittautumiset

Toiminnanohjaaja Petra Pekkanen puh. 040 520 1662 tai petra.pekkanen@hyvinkaanverso.fi

YHTEISTYÖ

Hyvinkään seurakunta

Tiedotetaan seurakunnan tilaisuuksista. Osallistutaan diakoniatyön keväällä ja syksyllä tarjoamiin mökkipäiviin, leireille, kirkkopyhään, kynttilätapahtumaan ym. Diakoniatyöntekijä Kaisa Laakso käy sovitusti tapaamassa yhdistyksen väkeä. Seurakunnan edustajana Verson hallituksessa on Paula Kallio.

Oppilaitokset

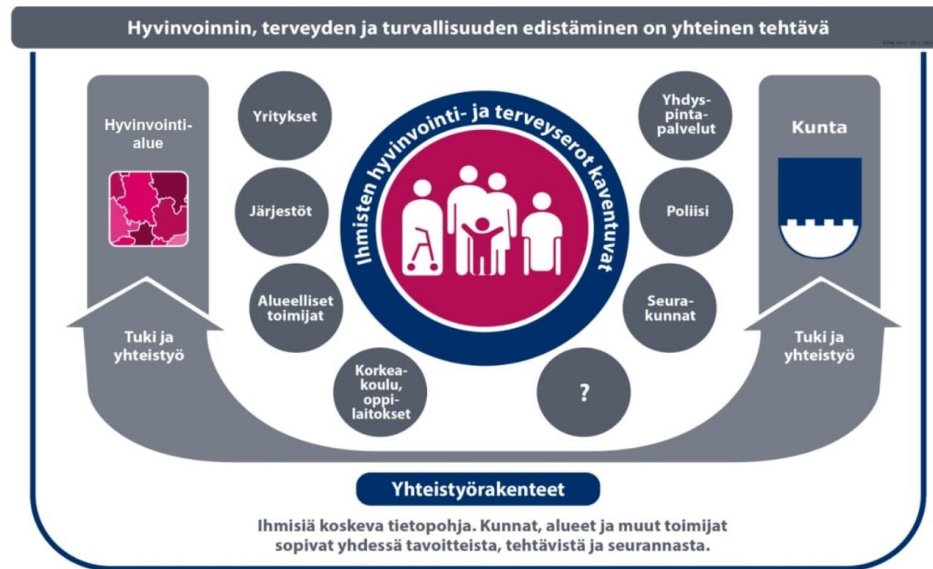
Opiskelijoita otetaan työssäoppimisjaksoille edelleen mm. seuraavista oppilaitoksista: Laurea ammattikorkeakoulu, Diakonia-ammattikorkeakoulu (DIAK), Diakoniaopisto, Hämeen ammattikorkeakoulu (HAMK), Hyria koulutus Oy, Järvenpään Seurakuntaopisto, Kiipulan ammattiopisto ja Validia ammattiopisto.

Työhallinto, TE-toimistot, työllisyyspalvelut, Työvoiman palvelukeskus TYP, IPS työhönvalmennushanke

Työkokeilijat ja palkkatukiasiakkaat ohjautuvat Versoon työvoimatoimiston, Työllisyyspalveluiden, Työvoiman palvelukeskuksen (TYP) THL:n IPS työhönvalmennushankkeen kautta. Asiakkaita tuetaan yhteistyössä ammatillisissa tavoitteissa ja erilaisissa elämän tilanteissa.

Keski-Uudenmaan hyvinvointialue, Hyvinkään kaupunki ja sote-yhdistykset

Sosiaali- ja terveystyöpalveluista vastaa 1.1.2023 alkaen Keski-Uudenmaan hyvinvointialue. Ennaltaehkäisevä työ kuuluu kunnille. Siirtyminen hyvinvointialueille tuo mukanaan suuria muutoksia. Hyte-allianssin tavoitteena on tiivistää järjestöjen ja muiden toimijoiden sekä kunnan ja soten välistä yhteistyötä tavalla, joka edistää alueen asukkaiden hyvinvointia ja terveyttä sekä johtaa eri toimijoiden työtä samojen tavoitteiden suuntaan. Toimintaa suunnitellaan yhdessä ilmiötyöpajoissa. Verso on mukana Hyte-allianssissa ja Mielen terveys ja päihdetoimijoiden teemaverkostossa, joiden tehtävänä on olla mukana kehitystyössä. Verkostotapaamiset ovat kerran kuukaudessa.



KUVIO 1. Hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden yhteinen työkenttä (Hätönen 2021)

◆ KESKI-UUDENMAAN HYVINVOINTIALUE JA HUS

Keski-Uudenmaan sote-kuntayhtymän Mielenterveys- ja päihdepalvelut sekä Hyvinkään sairaanhoitoalueen Helsingin ja Uudenmaan sairaanhoitopiirin (HUS) yksiköt.

◆ HYVINKÄÄN KAUPUNKI

Verso kuuluu Hyvinvointiryhmään, jonka tavoitteena on yhdistää toimijoita ja kehittää yhteistyössä kuntalaisten hyvinvointiin liittyviä asioita ja toimintoja. Hyvinvointityötä edistämään on perustettu Hyvinvointiryhmä, johon kuuluu edustajia sote-yhdistyksistä (myös Verso) sekä liikunta-, kulttuuri- ja nuorisopalveluista. Ryhmä kokoontuu kerran kuukaudessa tavoitteena tiivistää yhteistyötä, kartoittaa palveluja ja tehdä eri organisaatioiden käytännön työtä tutuksi.

Yhteistyö – kolmas sektori

◆ HYVINKÄÄN YHDISTYKSET RY

Verso on Hyvinkään Yhdistykset ry:n jäsen. Yhteistyötä tehdään Valikkoverkostossa ym. ja varataan tarvittaessa Onnensillan tiloja. Tiedotetaan Versossa Hyvinkään Yhdistykset ry:n tarjoamasta toiminnasta, luennoista, hankeyhteistyöstä ym. Onnensillan toimintaviestissä ja sähköisellä taululla on mahdollisuus tiedottaa Verson toiminnasta.

◆ FINFAMI

Mahdollisuuksien mukaan Verson toiminnanjohtaja tai puheenjohtaja osallistuu Fin Famin Uudenmaan yhdistyksen ja Hyvinkään seudun omaistoiminnan neuvottelukunnan kokouksiin, koulutuksiin, seminaareihin ym.

◆ **HYVINKÄÄN TOIMARI RY**

Yhteistyössä järjestetään toimintaa ja tapahtumia, missä molempien yhdistysten asiakkaat pääsevät tutustumaan toisiinsa mm. biljardi- ja koronaturnaukset ja leffailtapäivät. Verson väellä on mahdollisuus käydä Toimarin saunassa.

◆ **HYMISE HYVINKÄÄN SEUDUN MIELENTERVEYSSEURA RY**

Tiedotamme puolin ja toisin. Ohjaamme asiakkaita palveluihin, tuemme yhteisiä asiakkaita kuntoutustavoitteissa, järjestämme koulutusta, ryhmätoimintaa ym. Käytämme vaihtaen toistemme tiloja ja laitteita. Kehitämme yhteistyössä mielenterveystyötä ja ennaltaehkäisevää työtä.

◆ **ADHD-LIITTO**

Liitto antaa tietoa ja tukea ADHD-ryhmän toimintaan. Järjestetään tarpeen mukaan yhteisiä tilaisuuksia ja tapahtumia. Verso tarjoaa tarvittaessa tilat liitolle kurssitoimintaan.

◆ **ASUNNOTTOMIEN YÖ -TAPAHTUMA**

Hyvinkäällä asunnottomien yön tapahtuma järjestetään sovittaessa ja tilanteen salliessa verkostoyhteistyössä: Hyvinkään Verso ry, Hyvinkään Toimari ry, Hyvinkään Mäntylä ry, Hyvinkään seurakunta, Vapaaseurakunta, Setlementtiyhdistys ry, Hyvinkään kaupunki, Hyvinkään Nuorisosaunoyhdistys, Pelastusarmeija, Ridis - Ridasjärven päihdehoitokeskus, A-kilta, Hyriä säätiö ja Hyria koulutus, Laurea ja mahdolliset uudet kumppanit.

◆ **KESKI-UUDENMAAN YHDISTYSVERKOSTO**

Verso liittyi yhdistysverkoston jäseneksi vuonna 2016. Yhdistysverkosto järjestää seminaareja ja koulutuksia ja tarjoaa tilojaan jäsenyhdistysten käyttöön. Osallistutaan mahdollisuuksien mukaan yhdistysverkoston koulutuksiin ym. tilaisuuksiin.

◆ **HYVINKÄÄN KAUPUNGIN MARTAT RY JA HYVINKÄÄN ASEN-
NEMARTAT RY**

Tehdään mahdollisuuksien ja resurssien mukaan yhteistyötä. Järjestämme koulutusta ja yhteistä ryhmätoimintaa mm. leivonta, ruoanvalmistus ja käsityöt.

TAPAHTUMAT

Järjestetään myyjäisiä, avoimia ovia, puutarhatalkoita sekä vappu- ja joulujuhla. Osallistutaan Mielenterveyden keskusliiton mielenterveysmessuille. Versotalo on suljettu kesä- ja joululomalla. Ajankohdat tarkentuvat myöhemmin. Verson henkilökunta, vapaaehtoistoimijat, hallitus ja jäsenet voivat hakea ja osallistua koulutuksiin, seminaareihin ym. mahdollisuuksien ja resurssien mukaan.

KOKOUKSET

Yhdistyksen sääntömääräiset kokoukset ovat kevätkokous ja syyskokous. Yhdistyksen hallitus kokoontuu keskimäärin kerran kuukaudessa 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.

Versotalon kokoukset pidetään ruokailun jälkeen torstaisin klo 12.00–12.30. Kokouksissa arvioidaan, suunnitellaan ja tiedotetaan ja se on avoin keskustelufoorumi kaikille yhdistyksen toimintaan osallistuville.

Vapaaehtoisten kokoukset pidetään noin kerran kuukaudessa. Läsnä ovat mahdollisuuksiensa mukaan yhdistyksen puheenjohtaja, varapuheenjohtaja, hallituksen jäsenet ja henkilökunta.

VERSON HENKILÖKUNTA

Yhdistyksen toiminta on laajaa ja vastuu taloudesta ja toiminnasta on toiminnanjohtajalla ja hallituksella yhdessä. Myös viranomaisten kanssa tehtävä yhteistyö edellyttää alan ammattihenkilöstöä. Toiminnanjohtaja toimii hallituksen- ja muu henkilöstö toiminnanjohtajan alaisuudessa. Toiminnanohjaaja koordinoi vapaaehtoistoimintaa. Vapaaehtoistoimijat huolehtivat sovituista tehtävistä.

Henkilöstö toimintavuonna 2023

Toiminnanjohtaja, toiminnanohjaaja sekä toimistotyöntekijä. Toimenkuvia ja vastuutehtäviä selkeytetään. Yhdistyksellä on lisäksi työkokeilijoita ja työsuhteisia työntekijöitä palkkatuella.

Vapaaehtois- ja vertaistoiminta ovat yhdistyksen tärkeimmät toiminnot. Ryhmät toimivat vertaisohjauksella ja/tai henkilökunnan ohjauksella. Versotalon kunnostus- ja puhtaanapidon työt tehdään pääsääntöisesti vapaaehtois-

voimin, tarpeen mukaan ostetaan ulkopuolista ammattiapua. Vapaaehtoisille järjestetään koulutusta, tukea ja virkistystä.

VERSON HALLITUS

Verson hallitus vuodelle 2023 valitaan vuoden 2022 syyskokouksessa.

JÄSENEDET JA PALVELUT

Vertaistukiryhmät

Versotalon ovet ovat avoinna kaikille ja jokaisella on mahdollisuus osallistua kiinnostuksensa mukaan Versotalon viikko-ohjelman toiminnallisiin ryhmiin. Uusien henkilöiden on mahdollista osallistua luottamuksellisiin keskusteluryhmiin ottamalla yhteyttä toiminnanohjaajaan ja ryhmien vertaisohjaajiin.

Olohuonetoiminta

Olohuone pidetään avoinna tilanteen mukaan.

Kurssit ja tapahtumat

Verson jäsenet voivat hakea oman yhdistyksen, Mielenterveyden keskusliiton ja muiden järjestämille kursseille. Yhdistys järjestää myös retkiä ym. ja tukee jäseniään mahdollisuuksiensa mukaan erilaisten tapahtumien pääsylippu-, ruokailu- ja matkakuluissa.

Jäsenkahvio

Kahvio on yhdistyksen toimipaikan sydän. Versotalon aukioloaikoina kahviosta voi ostaa edullisia kahviotuotteita. Lounasta valmistetaan torstaisin vapaaehtoisten voimin. Kaikki Versotalossa kävijät, vapaaehtoiset, henkilökunta, työkokeilijat ja opiskelijat voivat lounastaa jäsenhintaan.

Sanomalehti ym. lehdet

Versotalossa on mahdollisuus lukea Aamuposti, Et-lehti, sekä Tunne & Mieli -lehti ym. Keskusliiton Revanssia ei julkaista enää paperiversiona, vaan on luettavissa netissä.

Tietokoneet

Jäsenillä on mahdollisuus käyttää Versotalossa tietokoneita ja internetiä. Tietokoneen käyttöön saa ohjausta.

Neuvonta

Verson henkilökunta antaa mahdollisuuksiensa mukaan neuvontaa.

Vertaisneuvontaa

Versossa on koulutettu vertaisneuvoja (Verne). Hän auttaa luottamuksellisesti palveluiden löytämisessä, lomakkeiden täyttämässä; Kelan palvelut, Sosiaalitoimen tuki (mm. toimeentulotuki), Terveyspalvelut, TE-toimiston palvelut, Asunnon vuokraus- ja asuinpalvelut, Velkajärjestely, Oikeusapu, Mielenterveys- ja päihdepalvelut.

SEURANTA JA ARVIOINTI

Seuranta kehitettiin Kuntoutussäätiön ARTSI-toiminnassa vuosina 2019-2020. Verson lisäksi 16 sosiaali- ja terveysalan järjestöä saivat tukea oman toiminnan arviointiin ja kehittämiseen. Versolle räätälöitiin omista tarpeista lähtevät seurantamenetelmät - mittarit ja vakiokäytännöt, joita hyödynnetään toiminnan kehittämisessä ja avustusten haussa. Tietoa kerätään kohderyhmiltä (toiminnan merkityksestä ja tuloksista, osallistujia- ja jäsenmääristä, tapahtumista ja taloudesta. Hyödynnetään ARTSI-toiminnasta saatu oppi mahdollisimman tehokkaasti. Ryhmät voivat tehdä toiminnastaan esittelyn tavoitteineen.

Artsissa tuotettiin myös arvioinnin työkalu, arvioinnin suunnitelma:

- mistä toiminnasta tietoa kerätään
- miksi tietoa kerätään (arviointikysymykset)
- miten tietoa kerätään (indikaattorit)
- milloin tietoa kerätään ja analysoidaan
- vastuuhenkilöt

Verso oli mukana 2020 keväällä alkaneessa STEAn avoimia kohtaamispaikkojen merkitystä koskevassa selvityksessä Tulokset analysoidaan ja hyödynnetään toiminnan kehittämiseen.

TIEDOTTAMINEN

Jäsentiedote eli Verson viesti

Verson viesti julkaistaan vähintään kaksi kertaa vuodessa. Ajankohtainen, laadukas julkaisu tuo yhdistykselle näkyvyyttä ja toimii sisäisenä sekä ulkoisena tiedotusvälineenä. Verson viesti postitetaan jäsenmaksun maksaneille jäsenille. Jäsentiedote on tulostettavissa yhdistyksen kotisivuilta ja saatavilla Versotalolla. Verson viestiä toimitetaan verkostoihin.

Versotalon kokous - ryhmät – ilmoitustaulu

Viikko-ohjelmasta, muusta toiminnasta ja ajankohtaisista tapahtumista tiedotetaan Versotalon kokouksissa ja ryhmissä. Ajankohtaiset asiat ovat luettavissa ilmoitustaululta.

Kotisivut, Facebook, Instagram ja Lähellä.fi

Verson kotisivut löytyvät osoitteesta www.hyvinkaanverso.fi. Facebookia ja Instagramia käytetään näkyvyyden lisäämiseen ja tiedottamiseen. Luodaan Versolle Instagram-tili. Tiedotuskanavien ylläpidosta ja päivityksestä vastaa tiedotusvastaava. Lähellä.fi -palvelu tuo valtakunnallista ja alueellista yhdistystoimintaa paremmin näkyväksi ja löydettäväksi. Uusi palvelu kokoaa yhteen järjestöt ja niiden toimintailmoitukset. Palvelu on suunniteltu sopimaan niin ammattilaisen kuin kansalaisen käyttöön.

Sähköposti ja WhatsApp

Sähköpostia ja WhatsAppia käytetään ulkopuolisessa ja sisäisessä asioinnissa ja tiedottamisessa.

Verson esite

Yhdistyksen esite on tulostettavissa yhdistyksen kotisivuilta. Esitteitä on saatavilla Versotalolla ja niitä toimitetaan yhteistyökumppaneille.

Lehtien yhdistyspalstat

Ajankohtaisista asioista ilmoitetaan Aamupostin yhdistyspalstalla ja Aamupostin Viikkolehdessä.

POHDINTAA

Sote-uudistus tuo mukanaan uudenlaisia palvelukokonaisuuksia ja yhteistyörakenteita. Yhdistykset ovat hyvinvointialueen ja kunnan yhdyspinnalla. Hyvinvointialue, kunnat ja kolmas sektori neuvottelevat vuosittain hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen tavoitteista, toimenpiteistä, yhteistyöstä ja seurannasta. Mikä yhdistysten rooli tulee olemaan jatkossa? Onko pyrkimyksenä yhdistää yhdistyksiä vai voivatko ne toimia erillisinä?

Mielenterveyden haasteet ovat lisääntyneet. Versoon on tullut viime kuukausina viikoittain uusia tutustujia julkiselta puolelta saattaen. Myös nuoria tutustujia on tullut enemmän Versoon. Lisäksi yhdistys on saanut uusia jäseniä ja vapaaehtoisia. Verson toiminta on hyvin merkityksellistä ja sitä tarvitaan yhä enemmän. Verso elää mukana muutoksessa, etsii sopivia toimintatapoja vastaamaan yhteiskunnallisiin muutoksiin ja katsoo mitä tuleva tuo tullessaan. Kaiken ohessa Versotalolla nautitaan vertaistuesta, yhdessäolosta ja merkityksellisestä tekemisestä.

www.hyvinkaanverso.fi



Hyvinkään Verso ry
Valtakatu 11
05800 Hyvinkää

Avoinna:
ma - to viikko-ohjelman mukaisesti
pe suljettu

Henkilökunta:

Toimistotyöntekijä Tuija Alho
Puh. 040 764 4356
tuija.alho@hyvinkaanverso.fi

Toiminnanohjaaja Petra Pekkanen
Puh. 040 520 1662
petra.pekkanen@hyvinkaanverso.fi

