

Kutsu-hanke

Espoon mielenterveysyhdistys EMY ry

Tämä on
KUTSU
sinulle!

- Uuden tavoittamisen tavan rakentamista mielenterveys- ja päihdeongelmaisten tai muuten sosiaalisesti eristäytyneiden ihmisten kutsumiseksi mukaan mielenterveyttä tukeviin toimintoihin.
- Kehittämishanke toimi RAY:n/STEA:n rahoittamana Espoossa osana Espoon mielenterveysyhdistys EMY ry:n toimintaa vuosina **2016-2019**.
- Hankekumppaniksi jo hakemusvaiheessa oli sitoutunut Espoon kaupunki. Hanketta suunniteltiin yhdessä Espoon kaupungin, Laurea-ammattikorkeakoulun ja muutaman eri järjestön edustajan kesken.
- Hankkeessa oli kahden työntekijän resurssi, mutta kehittämistyöhön osallistui koko järjestö.



Kuntien ja järjestöjen yhteistyön teemarahoitus - hanketyö pohjautui kumppanuuksiin

Tämä on
KUTSU
sinulle!

Espoon mielenterveysyhdistys EMY ry

- Emy mahdollistaa vertaistukeen ja vapaaehtoisuuteen perustuvaa toimintaa ja tekemistä niin mielenterveyskuntoutujille kuin muillekin kiinnostuneille.
- Yhdistyksen tavoitteena on mm. vähentää yksinäisyyttä ja lisätä osallisuutta.
- Emyn toiminta on kohtaamispaikkoja, ryhmiä, retkiä, talkotoimintaa, työtoimintaa, leirejä... Osallistujalähtöistä tekemistä ja vertaistukea.
- Yhteistyö ja kumppanuus on keskeinen osa yhdistyksen toimintaa sekä olennainen väline toimintaympäristön kehittämiseen.
- <https://emy.fi/> & <https://www.facebook.com/emyespoo> & <https://www.instagram.com/emyespoo/>

Kutsun hankekumppanit

- Espoon kaupunki
- HUS HYKS Jorvin alueen aikuispsykiatria
- Joukko järjestöjä, mm. EJY ry, Nicehearts ry, Filoksenia ry ja Samaria rf
- Espoon paikallisseurakunnat ja Espoon seurakuntayhtymä
- Sosiaali- ja/tai terveysalan opiskelijat





Yksinäisyys vähenee
kohtaaminen kerrallaan

Kutsu-hanke kehitti uuden toimintatavan

Tämä on
KUTSU
sinulle!

Kutsu-hankkeessa kehitettiin toimintamalli, joka on polku osallisuuteen ja yksinäisyyden vähenemiseen.

- Malli soveltuu käytettäväksi ainakin matalan kynnyksen kohtaamispaikoissa, joissa on mahdollisuus vapaaehtoisuuteen perustuvaan osallistujalähtöiseen kansalaistoimintaan ja vertaistukeen.
- Sektorirajat ylittävän yhteistyön kautta pyritään tavoittamaan yksinäisiä tai sosiaalisesti eristäytyneitä henkilöitä. Henkilökohtaisen tuen avulla henkilöitä kannustetaan mukaan sellaiseen mielenterveyttä tukevaan toimintaan, joka vastaa heidän omia kiinnostuksen kohteitaan. Parhaimmillaan henkilön yksinäisyys helpottuu ja hänen elämänsä tulee uutta, mielekästä sisältöä ja merkityksellisyyttä. Palvelutarpeiden kartoituksen myötä moni muukin elämää vaikeuttava asia lievittyy.
- Toimintamalli on kuvattuna seuraavalla dialla ([dia 5](#)).
- Yksityiskohtainen kuvaus toimintamallista on [Innokylässä](#).



Kutsu-toimintamalli – Yksinäisten löytäminen ja kutsuminen mukaan kolmannen sektorin mielenterveyttä tukevaan toimintaan

Verkostotyö ja yksinäisten kutsuminen

- Verkostot koolle
- Järjestöstä kertominen
- Esitemateriaali ja esittelytilaisuudet
- (liitteet 2-4)

Verkoston työntekijä kertoo järjestöstä yksinäiselle asiakkaalleen

Yhteys järjestöön - kolme tapaa kohdata

- 1 yksinäinen ottaa itse yhteyttä järjestöön
- 2 järjestön edustaja ottaa yhteyttä luvan saatuaan
- 3 kolmikantatapaaminen

Yksinäisten kohtaaminen

Kohtaaminen

- Motivoiva keskustelu, aktiivinen kuuntelu, dialogisuus, voimavarakeskeisyys ja asiakaslähtöisyys
- Kiireettömyys, 1,5-2h
- Tilanteen kartoitus

Keskustelu

- Alkukeskustelu (liite 5)
- Palvelutarpeen arviointi
- Jatkosta sopiminen

Yksinäisyydestä osallisuuteen

Yksilölliset jatkopolut

- Järjestön toimintaan mukaan tuleminen, esteiden purkaminen osallisuuden tieltä (itsenäinen/tuettu/haetaan kotoa)
- Yksilötapaamisten jatkaminen
- Palveluohjaus
- Muut toimijat (opinnot/työ/srk/järjestöt)
- Vapaaehtoistoiminta

Jatkotapaaminen

- Kuuntelu, kannustus
- Vaikutusten arviointi
- Näkemyksien keruu (asiakas valtaistuu, järjestö saa palautetta kehittyäkseen)



Hanketyön myötä käynnistyi paljon muutakin uutta

Tämä on
KUTSU
sinulle!

- **Verkostoyhteistyön uusia muotoja**
 - **Palvelukartta:** HYKS psykiatrian kanssa on koottu [palvelukarttakonsepti](#), jonka avulla mielenterveys- ja päihdekuntoutujien on helpompi löytää tarvitsemansa palvelu/yhteisö/yhteistyötaho.
 - **Kirjastokaveri:** Ison Omenan kirjaston kanssa kehitettiin kirjastokaveri-konsepti. Kirjastokaveri on järjestänyt kohderyhmälle suunnattuja tutustumiskertoja kirjaston toimintaan.
 - **Yhteisiä ryhmiä järjestettiin verkostokumppaneiden kanssa**
- **Vapaaehtois- ja vertaisohjaajakoulutus (2h tai 11h):** Järjestön vapaaehtoisille ja ryhmänohjaajille kehitettiin oma koulutus. Koulutus pohjautui [Emyn verkkosivuilla julkaistuun materiaaliin](#).
- **Uusia ryhmätoiminnan järjestämisen tapoja**
 - Osallisuutta ja sitoutumista lisääviä ryhmämuotoja, jotka edistävät tutustumista ja ystävystymistä.
 - Ryhmien ohjauksen painopistettä ohjattiin tekemiskeskeisyydestä vuorovaikutukseen ja itseohjautuvuuteen.
 - **Toimintaryhmä, ystävär ryhmä, kaikukorttiryhmä sekä elämäntaitoryhmät kuten onnellisuuden jäljillä ja tarkoituksellisemman elämän jäljillä.**
- **Vertaistoiminnan uusia muotoja**
 - Uusia osallistujia mukaan yhdistyksen toimintaan kannustavat vapaaehtoiset **”Emy-jeesi” tai ”Emy-kummi”**
 - **Vertaiskaveriporukat** eli omaehtoiset, mutta työntekijän yhdistämät ja alkuun tukemat 3-4 henkilön pienryhmät.



Kutsu-hanke lukuina

Tämä on
KUTSU
sinulle!

- Yhteydenottoja 382 kpl
 - joista tavattuja 303 hlöä (79 %)

- Suoraan Kutsun uusiin ryhmiin tulleet 551 hlöä

Tavoitetut yhteensä 933 hlöä, joista
osallistui toimintaan 854 hlöä (92 %)

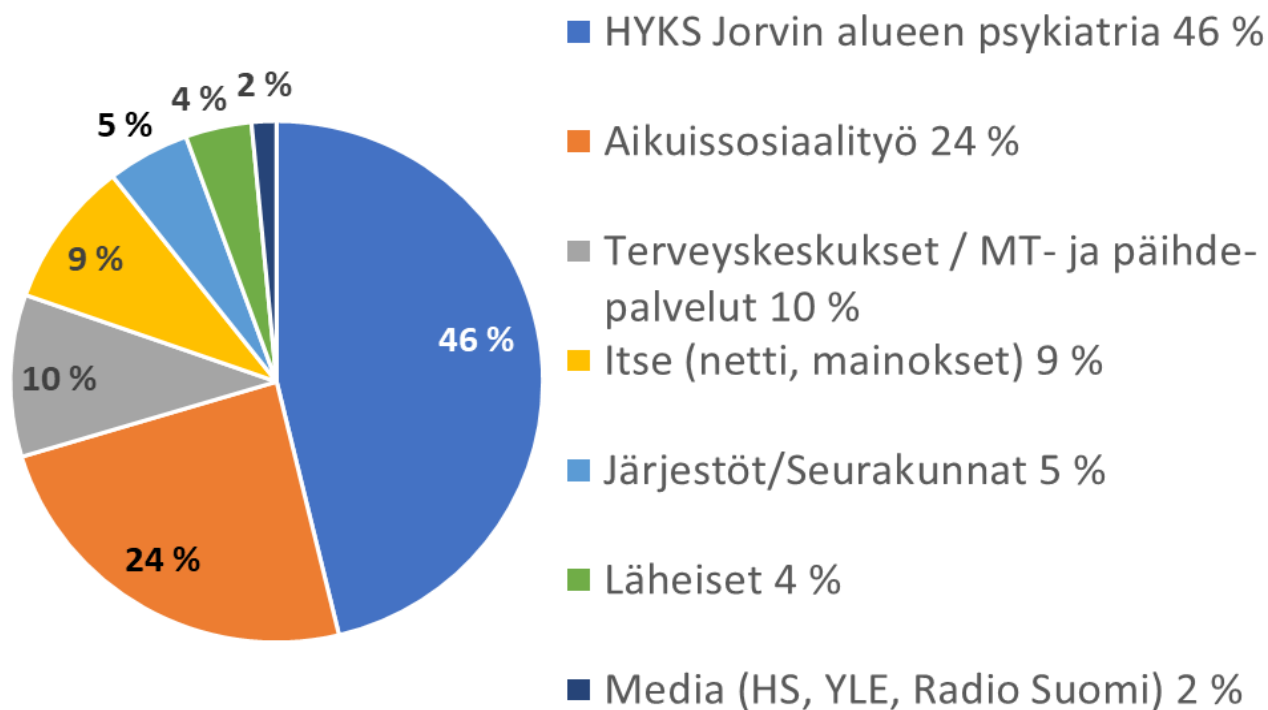
- naisia 528 hlöä = 62 %
- miehiä 324 hlöä = 38 %

- Yksilötapaamisia yht. 725 kpl, ka. 2,4 krt / hlö



Kohderyhmä tavoitettiin verkoston kautta

Tämä on
KUTSU
sinulle!



Kutsu-hanke lukuina

Tämä on
KUTSU
sinulle!

- Ryhmiä yht. 52 kpl
 - ka. 17 ryhmää / vuosi, ka. 5,4 hlöä / ryhmäkerta
- Kokoonntumiskertoja 931 krt
- Ryhmiin osallistui yht. 683 hlöä
 - naisia 61 %
 - miehiä 39 %
- Osallistumiskertoja 5059 krt



Hankeviestintä kohderyhmää tavoittamassa

Tämä on
KUTSU
sinulle!

- **Kohderyhmälle jaettavat Kutsu-kortit**, joita painettiin noin 3000 kpl
”Oletko 29–65-vuotias ja kaipaat mielekästä tekemistä? Onko läheisesi eristäytynyt, mutta saattaisi osallistua, jos joku kutsuisi? Tule etsimään uutta sisältöä elämääsi tai kannusta läheisesi ottamaan meihin yhteyttä...”
- **Verkoston työntekijöille suunnattu esite hankkeesta.** Esite kuvasi hankkeen toimintatapaa ja kannusti kutsumaan kolmikantatapaamisen koolle yksinäisen henkilön tilanteen parantamiseksi sektorit ylittävin keinoin.
- **Hankkeella oli www-sivu [yhdistyksen kotisivujen yhteydessä](#).**
- Espoon mielenterveysyhdistyksen kuukausittainen [EMY-tiedote](#) ja [ryhmätoiminnan](#) kausiluontoinen kalenteri (syyskuu & tammikuu) kertoivat hankkeen etenemisestä, ryhmätoiminnasta sekä toimintamallista.
- Hankkeen kuulumisia jaettiin monissa yhteistyökokouksissa ja –verkostoissa sekä sähköpostitse kumppaneille lähetettävien tietoiskujen muodossa.
- Hanke järjesti toimintansa pop-up-esittelyitä mm. aikuissosiaalityössä, psykiatriassa, terveysasemilla.
- Medianäkyvyyttä hanke sai mediatiedotteidensa myötä

[YLEltä](#)

[Helsingin Sanomilta](#)

[Espoon kaupungilta](#)



Erakot halutaan ihmisten ilmoille

Yksi kymmenestä suomalaisesta kärsii yksinäisyydestä. Eri hankala tilanne on, jos yksinäisyyteen liittyy myös sosiaalisia eristyneisyyttä. Omiin oloihinsa jättäytyneiden saaminen tukitoimintojen ja -palvelujen äärelle vaatii pitkäjänteistä työtä. Espoossa pyritään vahvistamaan kaupungin ja kolmannen sektorin yhteistyötä eristäytyneiden ihmisten tavoittamiseksi.

Espoo 19.7.2016 klo 15.57

Yksinäisyys etsii helpotusta yksinäisyyteen

Yksinäisyysmielenterveysyhdistyksen Kutsu-hankkeessa etsitään keinoja, joilla voidaan helpottaa nimenomaan työikäisten yksinäisyyttä.



Yksinäisyysmielenterveysyhdistyksen Kutsu-hankkeessa etsitään keinoja, joilla voidaan helpottaa nimenomaan työikäisten yksinäisyyttä.

Luetuimmat

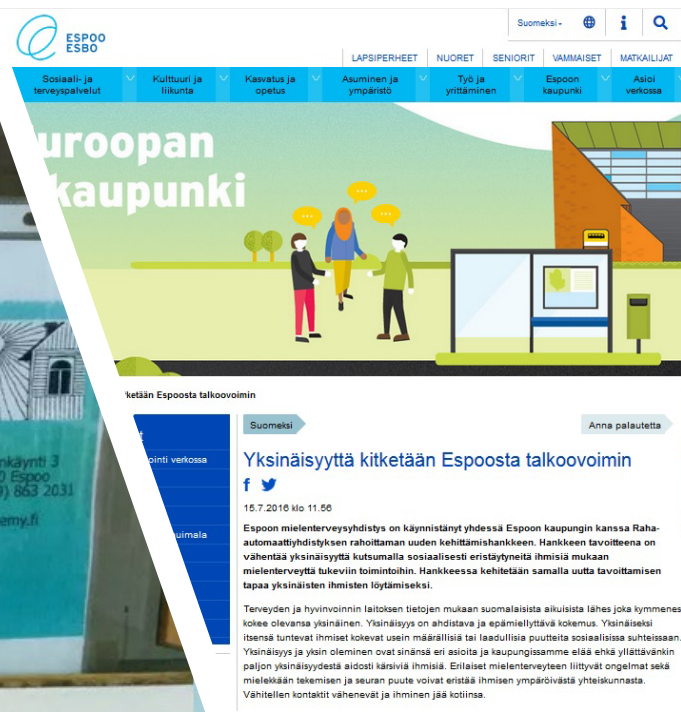
JUURI NYT

PÄIVÄ

VIIKKO

1. New Yorkin yläluokkaa palveli sata vuotta sitten oireeton kokki Mary Mallon, joka oli historian kenties pahin suurtartuttaja: isäntäperheet sairastuivat vuorotellen vaaralliseen tautiin
2. Moni suomalaislapsi on kasvatettu tavalla, joka murentaa itseluottamusta – Asiantuntijat kertovat, miksi tyyliä kannattaa muuttaa heti [Tilaa jille](#)
3. **Lukijan kolumni:** Kaurahiutalettaillija astui miinaan: Elovena-tytön pukeminen ruotsalaiseksi ekonomiksi on virhe
4. Kobe Bryantia aiemmin kyydinyt lentäjä arvioi helikopterin kulkeneen turmahetkellä 200 kilometrin tuntinopeudella
5. Koronavirus sýási Finnairin kurssin rajuun laskuun

Lukijan mielipide: Ilusi nukahtintihalli



Tämä on
KUTSU
sinulle!

*"Ei tarvitse enää
olla yksin."*

*"Ennen yhteydenottoa
koin olevani täysin
umpikujassa. Silloin voi
olla kyse elämästä ja
kuolemasta."*

*"Ekaa kertaa vähään
aikaan tuli toivoa
elämään."*

*"Mieli keveni, kun
sain muita ajatuksia
huolien sijaan."*

*"Sain
elämänsisältöä."*



Kiitos mielenkiinnostasi!

Tämä on
KUTSU
sinulle!

Kutsu-hankkeessa kehitetyt toimintatavat jatkuvat osana Espoon mielenterveysyhdistys EMY ry:n toimintaa.

Emy käynnistää vuonna 2020 uuden kehittämishankkeen; Samaan suuntaan - uutta espoolaista yhteistyökulttuuria luomassa 2020-2022

Emy on saanut STEAlta rahoituksen uudelle "Samaan suuntaan" -hankkeelle. Rahoitus on suunnattu Espoon seudulla mielenterveys- ja päihdetyötä tekevien yhteistyön edistämiseen, kunta-järjestöyhteistyön mallintamiseen ja heikoimmassa asemassa olevien ihmisten osallisuuden vahvistamiseen.

Ethän jää yksin? Olet tervetullut Emyyn!



Tämä on
KUTSU
sinulle!

Tekijät:

Espoon mielenterveysyhdistys EMY ry

Virpi Guttorm

Tiina Pajula

Toiminnanohjaaja

Toiminnanohjaaja

virpi.guttorm@emy.fi

tiina.pajula@emy.fi

p. 050 310 7981

p. 050 310 7987

26.3.2020

