

Yhteenveto Mielituvan toiminnasta 2024

Toiminta perustuu Varkaudessa ja lähiseudulla olevaan tarpeeseen ylläpitää matalan kynnyksen toiminnallista vertaistukipaikkaa mielenterveyskuntoutujille. Mielenterveyskuntoutujien määrä on moninkertaistunut, tilaston mukaan mielenterveys- ja käyttäytymisen häiriöiden vuoksi kuntoutuksessa olevien määrä on lähes kymmenkertaistunut. Pohjois-Savon alue on näissä tilastoissa kärkipäässä. Sotkanetin mukaan Varkaudessa on aikuisten mielenterveyden avohoitokäynnit oli 1 132, (koko maa 532,3). Varkaudessa työkyvyttömyyseläkkeet mielenterveyden ja käyttäytymisen häiriöiden vuoksi työkyvyttömyyseläkettä saavat 25 - 64-vuotiaat % on 6,1, kun koko maa % 3,2. Mielituvan toiminnan jatkuminen on ensiarvoisen tärkeää mt- kuntoutujien psyykkisen ja fyysisen hyvinvoinnin kannalta. Vastaavaa mt-kuntoutujille tarkoitettua vertaistukipaikkaa ei täällä ole ja tarve on kasvanut. Toimintaa tarvitaan kuntoutujien ja yksinäisten tueksi selvitä arjen haasteista ja kokea kuuluvansa johonkin. Toimintaa tarvitaan, jottei hoitoa antava taho kuormitu. Julkisella puolella on lakisäätteistä kuntouttavaa toimintaa. Kuntoutuvien olisi tarkoitus jatkaa toimintaa Mielituvan asiakkuudessa, jossa heidän tarpeensa ja mahdollisuutensa esim. työelämään tai elämän saaminen tasapainoon kartoitetaan. Toimintaa on kehitetty vuosittain asiakkaille sopiviksi tavoiksi tarjoamalla kohdennettua apua. Asiakasmäärä on kasvanut, yhteydenottoja on yli 6000 vuodessa. Tieto siitä, että apua saa riittää jo parempaan elämänlaatuun.

Toiminnan päätavoitteena on kuntoutujien terveyden, sosiaalisen hyvinvoinnin ja osallisuuden vahvistaminen sekä kuntoutujien elämänlaadun parantaminen vertaistuen avulla. Toiminnalla tarjotaan tukimuotoja yksinäisyyden, ahdistuksen, arkisten ongelmien tai elämänkriisin kohdatessa. Tavoitteena on kuntoutujien vuorovaikutustaitojen ja sosiaalisen verkoston vahvistuminen, sekä edunvalvonta. Tavoitteena on vähentää eriarvoisuutta ja lisätä yhdenvertaisuutta. Tavoiteltiin 340 kohderyhmäläistä- Tavoitettiin yli 400 asiakasta. Toiminta kohdistuu varkautelaisille ja lähikuntien, eläkkeellä, kuntoutustuella, sairauslomalla tai työttömänä oleviin aikuisiin mielenterveyskuntoutujiin ja heidän omaisiinsa. Ennaltaehkäisevänä työnä myös yksinäiset ja syrjäytymisvaarassa olevat. Pitkäaikaistyöttömille toimintakyvyn nostaminen ja vuorokausirytmien säilyttäminen on tärkeää. Kohderyhmänä ovat aikuiset, jotka tarvitsevat arkeensa tukea ja sisältöä elämään. Yhdistyksen (46 v.) vastuualueet on jaettu. Toiminta tukee omalta osaltaan hyvinvoinnin edistämistä kaupungissamme. Näkyvin toimintamuoto on 28 vuoden ajan ollut Mielituvan toiminta. Päivittäin asiakkaita on 20-40 (yli 6000 käyntiä tai yhteydenottoa vuodessa). Asiakaskäynnit ja kontaktit ovat kasvaneet 50 % kahden vuoden sisällä. Lisäksi etäyhteydet ovat kasvaneet 1300 kontaktiin vuosittain. Päivittäin kontakteja ihmisiin voi olla yli 100, koska etäyhteydet kuten instagram, facebook-ryhmä, puhelinyhteys asiakkaisiin, sekä yhteistyökumppaneihin asiakkaiden asioissa ovat kasvaneet. Syynä muutoksiin on ollut useita tekijöitä: Rahoitus on ollut riittävä tarvittaviin työntekijä resursseihin, on voitu tarjota monipuolista arjenapua ja tukea ihmisille. Monia muita matalan kynnyksen toimintoja on lopetettu Varkauden seudulla, aktiivinen viestintä on tavoittanut asiakkaita, yhteistyö toimijoiden välillä on kasvanut ja kehittynyt laadukkaaksi palvelukokonaisuudeksi. Saattaen ohjaus on selkeästi lisääntynyt tiedotuksen ja moninaisen yhteistyön vuoksi.

Mielitupa on auki 6 päivänä viikossa. Naisia ja miehiä toiminnassa on lähes yhtä paljon. Asiakaspalautte antaa tietoa toiminnan laadusta. Kohderyhmän tarpeet huomioidaan yhteistyökumppaneiden ja asiakaspalautteen avulla ja ne kartoitetaan vuosittain, jotta tarve ja toiminta kohtaavat. Asiakkaista useat ovat tulleet eri yhteistyötahojen lähettämänä, tai ovat kuulleet toiminnasta. Moni on psykiatrian-päihdepoliklinikan tai sosiaalitoimen asiakkaita. Yhteistyöllä ja saattaen toiminnolla, jossa asiakas tulee lähettävän tahon kanssa sovitusti Mielituvalla, kartoitetaan asiakkaan tarve, mielenkiinnot ja jatkopolku eteenpäin. Samalla tuetaan ja kannustetaan asiakasta eri toimintoihin mukaan. Arjen tukea tarjotaan

ahdistuksen, arkisten ongelmien tai elämänkriisien kohdatessa. Puhelinneuvonta, ryhmätoiminnot, verkoston yhteiset toiminnot kuten jalkautuminen, joissa toiminta sekä tarve kohtaavat. Kuntoutujien vuorovaikutustaitojen, sosiaalisen verkoston vahvistuminen, osallisuuden vahvistuminen ja terveyden ylläpitäminen näkyvät tuloksissa. Yhteistyö on ollut onnistunutta. Saattaen toiminnalla olemme saaneet jäemmään asiakkaita yli 80 % Mielituvan tuen piiriin. Sosiaalinen tuki, arjen tuki ja konkreettinen apu kuten elintarvikkeiden jako tai kaikukortti tukemaan vähävaraisten kulttuuri- ja liikuntamahdollisuuksia ovat saaneet hyvää palautetta. Yhteistyö monen eri toimijan kanssa on tuottanut tulosta mm. Mielituvalla toteutettu korva-akupunktiryhmä päihdeklonikan kanssa on onnistunut tavoittamaan uusia asiakkaita ja saamaan apua heille mm. elämän hyvinvoinnin tukemiseen, unen saantiin, migreenin hoitoon jne.

Saattaen tulleet ovat kokeneet elämänlaadun parantuneen, turvallisuuden tunteen ja sosiaalisten taitojen lisääntyneen, ahdistuksen tunteen vähentyneen, kokeneet itsensä arvokkaaksi ja tärkeäksi ihmisenä. Kokeneet kuuluvansa tässä yhteiskunnassa johonkin –yhteisöllisyyden ja osallisuuden tunne on kasvanut. Useat ovat kokeneet saavansa avun elämän kriisitilanteissa kuten surun kohdatessa, oman voimien huonontuessa, elämän tilanteiden muuttuessa, eikä ole tarvinnut turvautua sote palveluihin. Osa on neuvonnan kautta saanut ja päässyt yhteistyössä tarvittaviin palveluihin kuten velkaohjausneuvontaan, asumisneuvontaan, sosiaalitoimen eri palveluihin, diakonia-apuun jne.

Terveyspainotteisilla ryhmätoiminnoilla on saavutettu apua ja tukea mm. ravitsemukseen, liikunnan harrastukseen. Asiantuntijavierailuilla on saavutettu tietoa asiakkaille ja erilaista tukimuotoja. Digipalvelu-apu on kasvanut yli puolella. Mielituvalla on monenlaista osaamista ja yhteistyökumppaneiden tarjoamaa palvelua ja olemme voineet siksi tarjota sekä virkistystä että konkreettista apua elämän osa-alueiden eri ongelmiin kuten yksinäisyyden ehkäisemiseen. Vertaistukea ja vapaaehtoistoimintaa on tuettu työntekijöiden voimin. Vapaaehtoistomijoita on 40 henkilöä. Vertaistuki on tuonut perspektiiviä omille sairauksille ja kannustanut toimimaan yhteisön hyväksi. Vertaistukijat ovat itse kokeneet tullessa kuulluksi, saaneet merkitystä elämälleen ja kokeneet voivansa auttaa muita saman kokeneita.

Yhteistyöverkosto on lisääntynyt ja kehittänyt toimintaa saumattomaksi palveluksi asiakkaille. Mielitupa tarjoaa turvaa ja sisältöä asiakkaan elämään ja on siksi hyvä työkalu eri toimijoille lähettää asiakas toimintaan mukaan. Yhteistyöverkosto kattaa koko Pohjois-Savon hyvinvointialueen. Kumppanuussopimus Pohjois-Savon hyvinvointialueen kanssa on ollut merkittävä koko toiminnan jatkuvuudelle. Lausunto on laitettu syksyllä Stean avustushakemuksen liitteeksi Pohjois-Savon hyvinvointialueen työikäisten sosiaalipalvelusta järjestöavustuksen hakemiseen. Leena Kuusikon ja Sirpa Könösen kanssa olemme keskustelleet säännöllisin väliajoin Mielituvan toiminnasta ja yhteistyön vaikutuksista.

Kaikkiin tavoitteisiin on ylletty ja jatkamme onnistunutta yhteistyötä näillä resursseilla niin hyvin kuin se on mahdollista. Stean avustus on riittänyt työntekijöiden palkkoihin ja osittain Mielituvan kuluihin. P-S hyvinvointialueen avustus kattaa osan vuokratuloista. Mielituvan matalan kynnyksen toiminta, saattaen palvelut ja yhteistyö vaativat paikan, jossa tämä työ toteutetaan. Stean avustuksen saamista (94 500€) tukemaan tämä 6000€ kumppanuusavustus on auttanut näyttämään miten merkityksellinen Mielituvan paikka on eteläiselle P-S alueen ihmisille sekä verkoston yhteistyölle. Ennen kaikkea on voitu auttaa, ohjeistaa ja tukea ihmisiä oikean avun piiriin molemmin puolin. Kumppanuusavustus olisi jatkossakin merkittävä apu ja osoitus Mielituvan toiminnan tärkeydestä eteläisen Pohjois-Savon hyvinvointialueelle osaltaan ihmisten hyvinvointia tukemaan. Mielituvan toiminnan turvaaminen alueella tarkoittaa isoja säästöjä monella osa-alueella eri sotealan toimijoille ja ennen kaikkea turvaa, tukea ja säännöllisyyttä mt-kuntoutujien sekä yksinäisten voimavarojen ylläpitämiselle.