



22.3.2017

## SISÄLTÖ

- Ehdokasasettelu päättyy 1.4.!
- Kokousedustajien valinta
- Tee huonevaraus alennushintaan 24.4. mennessä
- Jäsenedut
- Pieni Ele –video Huomenta Suomi -lähetysessä
- Ilmianna Vuoden Pomppu viimeistään 1.6. mennessä
- Hyvää mieltä musiikista
- Ilmoittaudu Mestaruusturnaukseen 30.3. mennessä
- Komiasti yhyres Seinäjoella
- Seuraa liiton kursseja ja tapahtumia
- Liikuntakysely yhdistyksille
- Kärkihankkeet pyörähtivät käyntiin
- KokeNet hakee kokemusneuvoja
- Kunta tv:n haastattelu
- Yhdistysten palvelupuhelin palvelee maanantaisin
- Pysy ajan tasalla ja seuraa jäsenkanavia

## LIITTEET

- Liittokokousinfo
- Jäsenedut
- Kärkihankkeet pyörähtivät käyntiin

## Hyvä jäsenyhdistys!

*Maanantaina oli kevätpäiväntasaus ja päivät jo pitenee. Ensi viikonloppuna siirrymme myös kesäaikaan. Odotamme jo jännityksellä kesän alkua, mutta ennen sitä on vielä tärkeitä kevään tapahtumia.*

*Pieni Ele -vaalikeräykset starttaavat kuntavaalien vaalipaikoilla maalis- ja huhtikuussa, sekä Mielenterveyden keskusliiton liittokokous järjestetään toukokuussa Helsingissä. Siellä tapaamme yhdistysväkeä eri puolelta Suomea. Tampereella pelataan perinteisesti toukokuussa Mestaruusturnauksen merkeissä.*

*Mielenterveyden keskusliiton puhelinvaihde on suljettu pääsiäisviikolla 10.-17.4.2017.*

---

## LIITTOKOKOUS 2017

### Ehdokasasettelu päättyy 1.4.!

Ehdokasasettelu liiton puheenjohtajaksi sekä hallituksen ja liittovaltuuston tehtäviin päättyy 1.4.2017. Siihen mennessä asetetut ehdokkaat esitellään liiton verkkosivuilla ja Revanssi-lehdessä 2/2017. Myös liittokokouksessa on mahdollista asettaa vielä ehdokkaita. Ehdokasasettelulomakkeen löydät netistä <http://mtkl.fi/yhdistysnetti/liittokokous-2017/>.

### Kokousedustajien valinta

Yhdistys voi lähettää kokoukseen edustajia jäsenmääränsä mukaisesti 2-6 henkilöä, kaksi jokaista alkavaa sataa jäsentä kohden. Yhdistys voi halutessaan lähettää vain yhden henkilön, jolla on valtakirjalla käytettävissään kaikki yhdistyksen äänet.

Kokousedustaja on oikeutettu käyttämään päätösvaltaa liittokokouksessa: hän saa käyttää puheenvuoroja ja äänestää. Kokousedustaja valitaan yhdistyksessä siten kuin sen omissa säännöissä on sanottu. Jos säännöissä ei tästä asiasta sanota mitään, tehdään kuten yhdistyksessä on ollut tapana: valinnan tekee joko hallitus/johtokunta tai yhdistyksen kokous. Jos vakiintunutta käytäntöä ei ole, yhdistys voi tehdä kummin vain.

On tärkeää muistaa valita myös varaedustajat siltä varalta, että valituille edustajille tai joillekin heistä tulee este. Jos yhdistyksen kokous on valinnut edustajan eikä varaedustajaa ole valittu ja valittu henkilö sairastuu, yhdistyksen hallitus voi tässä tapauksessa valita uuden edustajan, ellei yhdistyksen kokousta satu silloin olemaan.

Kokouskutsun mukana huhtikuussa tulee valtakirjalomake käyttöönne. Valtakirjan tarkistus alkaa lauantaina 20.5.2017 klo 8:00. Vain oikein täytetty valtakirja oikeuttaa äänestämään liittokokouksessa.

### Tee huonevaraus alennushintaan 21.4. mennessä

Katso liittokokouksen majoitus- ja huonevaraustiedot jäsenkirjeen liitteestä *liittokokousinfo*. Varmista alennus ja tee varaus 21.4. mennessä.

Löydät kaikki liittokokoukseen liittyvät tiedot myös netistä  
<http://mtkl.fi/yhdistysnetti/liittokokous-2017/>.

---

## LIITTO

### Jäsenedut

Mielenterveyden keskusliitto palvelee jäsenyhdistyksiään sekä yhdistyksen jäseniä monin eri tavoin. Katso päivitettyt jäsenetumme jäsenkirjeen liitteestä tai netistä  
<http://mtkl.fi/yhdistysnetti/jasenedut/>.

---

### Pieni Ele –video Huomenta Suomi -lähetyksessä

Mielenterveyden keskusliitto on mukana vammaisjärjestöjen Pieni ele -vaalikeräyksessä. Ennakko- ja varsinaisilla äänestyspaikoilla näkyvät upeat jäsenyhdistyksemme keräyslippaineen, mutta keräystä tuetaan myös tv-näkyvyydellä yhteistyössä Huomen Suomen kanssa.

MTKL:n oma muutaman minuutin video tulee ulos MTV Huomenta Suomi -lähetyksessä 30.3. klo 6.37 - 6.45. Muutamaa päivää aiemmin saamme napakan some-levitykseen sopivan klipin videostamme - laittakaa siis omatkin someprofiilinne laulamaan, jotta varsinainen video saa mahdollisimman ison yleisön!

Video kertoo vertaistuesta kolmen valtakunnalliseen vertaistukipuhelimeemme vastaavan vertsaikan - Mervi Juuren, Hilikka Pulkkisen ja Markku Forsströmin - kautta. Kaikki kolme tekevät myös aktiivista vapaaehtoistyötä yhdistyksissä. Kiitos rohkealle kolmikolle heittäytymisestä haastatteluihin!

---

### Ilmianna Vuoden Pomppu viimeistään 1.6. mennessä

Onko sinun yhdistyksesi tehnyt tänä vuonna jotain uutta tai ottanut merkittävän kehitysoikan? Nyt voit ehdottaa Vuoden Pompuksi 2017 joko omaa tai jotakin toista yhdistystä, joka olisi mielestäsi ansainnut palkinnon. Voit ehdottaa myös sellaista yhdistystä, jota on jo ehdotettu aiempina vuosina. Valinta tehdään aina niiden ehdotusten kesken, jotka on lähetetty palkinnon luovutusvuonna. Tee esitys 1.6. mennessä ja muista kertoa nämä tiedot:

- Ehdotettu yhdistys
- Perustelut ehdotukselle Vuoden Pompuksi, joko tarinan muodossa tai vapaamuotoisesti
- Lähettäjän nimi, yhdistys, yhteystiedot ja sähköpostiosoite

**Palautus ja lisätietoa:** Maie Puusaar, asiakaspalvelu@mtkl.fi, Malmin kauppatie 26, 00700 Helsinki.

---

## LIITON TAPAHTUMAT JA KURSSIT

### Hyvää mieltä musiikista



Mielenterveyden keskusliiton jokakeväisen henkisen hyvinvoinnin viikon teema on tänä vuonna *Hyvää mieltä musiikista*. Teemaviikkoa vietetään 24.-30.4.2017. Sairastapauksen vuoksi emme vielä ole saaneet Henkisen hyvinvoinnin viikon materiaalia valmiiksi. Toimitamme teemaviikon materiaalin yhdistyksille 3.4.2017 mennessä.

---

### Ilmoittaudu Mestaruusturnaukseen viimeistään 30.3.



Mestaruusturnaus järjestetään Tampereen Messu- ja urheilukeskuksessa 27.-28.5.2017. Voit ilmoittautua tapahtumaan tästä. Ilmoittautuminen päättyy 30.3.2017

---

### Komiasti yhyres Seinäjoella



Mielenterveyden keskusliiton suosittu jäsentapahtuma Kulttuuri- ja yleisurheilupäivät kokoaa yhdistysväen tänä vuonna Seinäjoelle 25-27.8.2017. Tapahtumapaikkana toimii

Sokos Hotel Lakeus sekä sen ympäristö. Viikonlopun aikana voi vaikka pistäytyä pop up -kirpparilla, laulaa yhteislauluja, osallistua tanssikisaan, kävellä 1000 metriä yleisurheilukisoissa ja tutustua Seinäjoen kulttuuriin. Ilmoittautuminen aukeaa 11.5.2017 ja sulkeutuu 11.8.2017. Lue lisää tapahtumasta netistä <http://mtkl.fi/palvelut/kulttuuri-ja-yleisurheilupaivat-2/>.

---

## Seuraa liiton kursseja ja tapahtumia netistä

Seuraa netin tapahtumakalenterista [tästä](#) liiton ja jäsenyhdistyksien koulutukset sekä tapahtumat.

- Vielä ehdit ilmoittautua Kemin ideapäivään 3.5.2017, joka on tarkoitettu yhdistysten liikunta- ja kulttuurivastaaville sekä ryhmänohjaajille. Tapahtuman tiedot löytyy tapahtumakalenterista ja kohdasta koulutusta yhdistyksille.
- 

## Liikuntakysely yhdistyksille

MTKL haluaa kartoittaa paikallisyhdistysten liikuntatoimintaa. Toivomme teidän vastaavan alla oleviin kysymyksiin

Vastatkaa kysymyksiin vuoden 2016 toiminnan perusteella.

1. Kuinka monta säännöllisesti (= ryhmä kokoontui vähintään kerran kahden viikon aikana) kokoontuvaa liikuntaryhmää yhdistyksessänne toimi?
2. Kuinka monta eri ihmistä osallistui yhdistyksen liikuntaryhmiin?
3. Kuinka monta yksittäistä liikuntatapahtumaa yhdistys järjesti?

Lähehtävän vastaukset liikuntasiihteri Kati Rantoselle sähköpostiin [kati.rantonen@mtkl.fi](mailto:kati.rantonen@mtkl.fi) tai 046-920 6427. Vastaattehan viimeistään 14.4. mennessä.

---

## Kärkihankkeet pyörähtivät käyntiin

Mielenterveyden keskusliitto on mukana kahdessa vuodenvaihteessa käynnistyneessä kärkihankkeessa (Filha Ry ja VESOTE). Yhdistykset kutsutaan mukaan kehittämään palveluita ja vertaistukea yhdessä muiden toimijoiden kanssa. Lue lisää hankkeesta jäsenkirjeen liitteestä.

---

## KokeNet hakee kokemusneuvoja

”KokeNet – mieli mukaan” on matalan kynnyksen sähköinen palvelu, jossa koulutetut kokemusneuvojat tarjoavat vertaistukea, neuvontaa ja ohjausta kansalaisille päihde- ja mielenterveysongelmissa luottamuksellisesti ja maksutta.

Kohderyhmänä ovat kaikki päihde- ja/tai mielenterveysongelmia omakohtaisesti kokevat ihmiset ja heidän läheisensä. Palvelua tarjotaan myös päihde- ja mielenterveystyön ammattilaisille, organisaatioille, oppilaitoksille ja medialle.

KokeNet hakee 6-8 uutta kokemusneuvojaa, joilla on itse/läheisenä kokemusta mielenterveyspulmista ja niistä toipumisesta tai niiden kanssa elämisestä. Toiveena on, että kokemusneuvojalla on kokemusta kokemusasiatuntijana/vertaisena toimimisesta ja osaa siten käyttää omaa kokemustietoaan ihmisten auttamiseksi. Hyvät kirjalliset ja puhelajahjalliset taidot sekä tietokoneosaaminen on eduksi. Kokemusneuvonta on palkkiollista toimintaa.

Lähetä vapaamuotoinen hakemus tai kysy lisätietoja 2.4.2017 mennessä: Mikael Söderström, [mikael.soderstrom@a-klinikka.fi](mailto:mikael.soderstrom@a-klinikka.fi) tai 040 647 3501.

KokeNet –mieli mukaan –hanketta koordinoi A-klinikkasäätiö ja kumppanina toimivat MTKL sekä KoKoA ry.

---

## Kunta tv:n haastattelu

Kunta tv:n haastatteli Mielenterveystalossa lakimies Merja Karista ja toiminnanjohtaja Olavi Sydänmaanlakkaa tulevasta sote-uudistuksesta. Haastattelun löydät tästä linkistä: <http://www.kunta.tv/aiheet/uusimmat/nuorten-mielenterveyshairiot-ovat-vakava-viesti/>.

Olavi muistuttaa videolla kuntia huolehtimaan, että järjestöjen arvokas työ turvataan myös sote-uudistuksessa.

---

## Yhdistysten palvelupuhelin palvelee maanantaisin

Jos sinua askarruttaa jokin asia, soita ja kysy rohkeasti. Ensisijaisesti puhelimeen vastaa yhdistyskoordinaattori Helena Koskelo-Suomi.



## Pysy ajan tasalla ja seuraa jäsenkanavia

Tule mukaan keskustelemaan Mielenterveyden keskusliiton some-foorumeille!



[www.facebook.com/mielenterveydenkeskusliitto](https://www.facebook.com/mielenterveydenkeskusliitto)

[www.facebook.com/mtklyhdistysuutiset](https://www.facebook.com/mtklyhdistysuutiset)

Twitter: @MTKL\_fi

[www.mtkl.fi/yhdistysnetti](http://www.mtkl.fi/yhdistysnetti)



## **Aurinkoisia kevätpäiviä!**

*Yhteistyöterveisin MTKL:n viestintä- ja yhdistystiimi: viestintäpäällikkö Sirkku Immonen, viestinnän suunnittelija Mirja Aarnio, yhdistyssihteerit Maie Puusaar ja Arja Laakso, tapahtumakoordinaattori Silja Lepistö, yhdistyskoordinaattori Helena Koskelo-Suomi, liikuntas sihteeri Kati Rantonen ja kärkihankekoordinaattori Laura Heimonen.*