



## ONNEA IISALMEEN – ESIKOISYHDISTYS 50 VUOTTA!

Mielenterveyden keskusliiton vanhin jäsenyhdistys ja perustajajäsen Iisalmen Mielenterveystuki täyttää 50 vuotta ja juhlii merkkipäivää 28.9.2018. Yhdistyksen perustajajäsen Tapani Rissanen on myös liiton kunniapuheenjohtaja. Lämpimät onnittelut aktiivisille iisalmelaisille!

Tästä alkaa merkkipäivien putki. Ensi vuonna 50-vuotisjuhliiaan viettävät Mielenterveysyhdistys Neilikka ja Pohjois-Kymen mielenterveysyhdistys Pohjatuuli, seuraavana vuonna juhliitaan Joutsenossa, Oulussa ja Kuopiossa. Liiton kanssa samana vuonna 2021 juhlavuotta viettävät mielenterveysyhdistykset Joensuussa, Porissa, Helsingissä (Majakka) sekä Hyvinkäällä. Onnea jo etukäteen!

## HAE AVUSTUSTA MIELENTERVEYSVIIKON TAPAHTUMIIN

Ne jäsenyhdistykset, jotka eivät saa suoraan avustusta STEA:lta, voivat hakea vielä liitolta avustusta tämänvuotisen mielenterveysviikon tapahtumien järjestämiseen. Avustusta voidaan myöntää esimerkiksi kynttiläpäivän tapahtumiin, avoimiin oviin tai muihin yleisötilaisuuksiin, jäsentapahtumiin ja muuhun toimintaan, joka nostaa mielenterveysviikon näkyvyyttä paikkakunnalla.

Avustus on käytettävä mielenterveysviikolla 18.-25.11.2018 ja selvitykset käytöstä on toimitettava heti tapahtumien jälkeen. Avustus ei koske osallistumista mielenterveysmessuille eikä sellaisia tapahtumia, joihin liitto on jo tänä vuonna myöntänyt avustusta.

Hakuaika 17.9. - 17.10.2018, hakulomake ja -ohjeet 17.9.2018 alkaen [yhdistysnetissä](#).

## ENSI VUODEN YHDISTYSAVUSTUKSET HAKUUN 1.10.2018

Jäsenyhdistykset, jotka eivät saa suoraan avustusta STEA:lta, voivat hakea yhdistysavustusta Mielenterveyden keskusliitolta. Avustus jakautuu perus-, toiminta- ja kehittämisavustuksiin. Yhdistyksesi saa hakuohjeet ja -linkit ilmoittamaanne sähköpostiosoitteeseen 1.10. ja hakuaika päättyy 21.12.

Lisätietoja: yhdistys sihteeri Maie Puusaar, [maie.puusaar@mtkl.fi](mailto:maie.puusaar@mtkl.fi), 040 512 0125 tai yhdistyspalvelupuhelin 050 339 4971 maanantaisin klo 12-16.

Muista myös nämä talouden kannalta tärkeät päivämäärät:

- 31.10. Tarkistettu jäsenlista: [arja.laakso@mtkl.fi](mailto:arja.laakso@mtkl.fi)
- 30.11. Jäsenmaksulaskut alkavat saapua yhdistykseen

## MIELENTERVEYSNEUVONTA PÄIVYSTÄÄ TIHEÄMMIN

Mielenterveysneuvonnan chat osoitteessa [www.mtkl.fi](http://www.mtkl.fi) on lisännyt päivystysvuoroja kolmeen kertaan viikossa. Sosiaalineuvoja Pirkko Jantunen vastaa chatissa parillisina viikkoina maanantaisin klo 12-15.

Tästä muistiin kaikki palveluajat:

- Neuvontapuhelin 0203 91920: arkisin klo 10-15
- Vertaistukipuhelin 0800 177599: arkisin klo 10-15
- Neuvontachat [www.mtkl.fi](http://www.mtkl.fi): ti, ke ja to klo 12-15
- Sosiaalineuvoja neuvontachatissa: parillisina viikkoina maanantaisin klo 12-15

## SEUTURYHMÄT 11 PAIKKAKUNNALLA LOKAKUUSSA

Syksyn seuturyhmäkoulutukset starttaavat 4.10. Kajaanista. Koulutukset on tarkoitettu hallituksen jäsenille, työntekijöille ja aktiivisille vapaaehtoisille, eikä niistä tule kuluja yhdistykselle. Tule kuulemaan ajankohtaista tietoa mm. yhdistystoiminnasta, puheenjohtajan tehtävistä, avustuksista ja niiden hausta!

- 4.10. Kainuu: Kajaani
  - 9.10. Kymenlaakso, Etelä-Karjala ja Etelä-Savo: Kouvola
  - 10.10. Pohjois-Savo: Kuopio
  - 11.10. Pohjois-Karjala: Kontiolahti
  - 16.10. Uusimaa: Helsinki
  - 17.10. Varsinais-Suomi: Turku
  - 23.10. Pirkanmaa: Tampere
  - 24.10. Satakunta: Pori
  - 25.10. Keski-Suomi: Jyväskylä
  - 30.10. Pohjoinen: Oulu
  - 31.10. Pohjanmaa: Nivala
- 
- 20.9. Kilta-jäsenrekisterikoulutus, Oulu. Mukaan mahtuu vielä 5 osallistujaa.

Katso koko kurssitarjonta verkon [kurssikalenterista](#) tai [Uusi alku -kurssioppaasta](#). Yhdistyskoulutukset löydät valikosta valitsemalla: jäsenyhdistykset.

## VOIMAVAROJA PERHEILLE RAAHESSA – INFOA JÄSENIÄ!

Raahessa järjestetään 16.10. alkaen maksuton Meidän arki, hyvä arki -perhekurssi, jossa saa apua ja käytännön neuvoja arkeen sekä tukea ja vahvistusta vanhemmuuteen. Hakuaika päättyy 19.9. Kurssille voivat hakea Raahessa ja sopivalla etäisyydellä asuvat perheet. Lue lisää [Raahen kurssista tästä](#) ja muista sopeutumisvalmennuskursseista [kurssikalenterista](#).

## MIELENTERVEYSVIIKKO 18.-25.11.2018

Mielenterveysviikon teema on tänä vuonna *Mun elämä, hyvä elämä*. Lisätietoa teeman sisällöstä tulossa syyskuun aikana ja mielenterveysviikon materiaalit puolestaan lokakuun alkupuoliskolla.

Ilmoita meille heti, kun olette lyöneet lukkoon mielenterveysviikon tapahtumat! On tärkeää, että saamme koottua ne ajoissa mielenterveysviikon nettisivulle toimittajien ym. käyttöön. Ilmoita tapahtumat [tästä](#).

## KISATULOKSIA JA TUNNELMIA TAMPEREELTA JA KEMISTÄ

Liiton suuret jäsentapahtumat, Mestaruusturnaus ja Kulttuuri- ja yleisurheilupäivät ovat tältä vuodelta ohi. Onneksi tapahtumista on kuvia ja tuloksia, joiden kautta voi vielä maistella muistoja kisoista, työpajoista ja mukavista kohtaamisista muiden kanssa. Mestaruusturnaus Tampereella kokosi 165 kisahenkistä osallistujaa ja Kulttuuri- ja yleisurheilupäivät Kemissä noin 400 osallistujaa.

Kuvia tapahtumista löydät Facebookin MTKL yhdistysuutisista [Mestaruusturnaus -albumista](#) ja [Kehataan Kemissä -albumista](#).

Yleisurheilukisojen [yhdistyskisan](#) voitti Kemin Yhdessä ry. [Kävelyn](#) voittajat eri ikäsarjoissa: Seppo Järvinen, Sirkka Pallas, Vesa Himanen, Tarja Filppula, Risto Mäkikangas, Marina Kinnunen, Sami Hyväri, Anu Liukkonen, Ville Koponen, Maija Hämäläinen ja työntekijäsarjassa Salla Heikkilä. [Ruotsalaisviestin](#) voitti Kuopion Mielenterveyden tuki ry:n joukkue. [3-ottelun](#) voittajat eri ikäsarjoissa: Olli Mäkinen, Jaakko Tuovila, Kyösti Penttilä, Sami Hyväri ja Ville Koponen. Onneksi olkoon kaikille voittajille ja lajeihin osallistuville!

## DISSO RY ON VUODEN POMPPU 2018

Kulttuuri- ja yleisurheilupäivien avajaisissa julkistettiin [vuoden mielenterveysyhdistykseksi](#) Suomen trauma- ja dissosiaatioyhdistys Disso ry. *Lämpimät onnittelut!*

Lokakuussa 2017 perustetun Disson tavoitteena on lisätä ymmärrystä traumatisoitumisesta ja trauman yhteydessä kehittyneestä rakenteellisesta dissosiaatiohäiriöstä.

”Unelmamme on, että voisimme lisätä kohtaamisten ja palveluiden laatua järjestelmässä sekä luoda kokemuksia ja toivoa toipumisesta”, sanoo puheenjohtaja Mai Peltoniemi. Hänen kiitospuheensa voit katsoa [tästä](#).



## TUNNE & MIELI JULKAISEE HAJAMIELISEN ALLAKAN!

Tunne & Mieli -lehden seinäkalenteri vuodelle 2019 vaalii keskittymiskykyä. *Hajamielisen allakka* on vuoden mittainen matka kohti parempaa keskittymistä. Seinäkalenteri haastaa vanhoja tottumuksia ja tarjoaa pieniä ajatuksia ja harjoituksia, joilla ravita keskittymiskykyä. Aivotutkimukseen perustuvat tekstit ovat kasvatustieteen professori **Minna Huotilaisen** ja psykologian tohtori **Mona Moisan** laatimia ja pohjautuvat heidän kirjoittamaansa *Keskittymiskyvyn elvytysoppaaseen* (Tuuma 2018). Kalenterin lempeän humoristinen ulkoasu on kuvittaja **Maria Viljan** käsialaa.

Kalenteri julkaistaan 26.9., ja sen voi tuolloin tilata lehden verkkokaupasta osoitteesta [holvi.com/shop/tunnejamieli](http://holvi.com/shop/tunnejamieli). Kalenteria myydään sekä yksin että yhdessä Keskittymiskyvyn elvytysopas -kirjan kanssa.

## KYSY YHDISTYSASIOISTA

Tarvitsetko apua tai tietoa yhdistystoimintaan liittyvissä asioissa? Syyskuu on pyörähtänyt käyntiin ja yhdistysten palvelupuhelin palvelee taas maanantaisin klo 12-16 numerossa 050 339 4971.

[Seuraava jäsenkirje ilmestyy 1.10.](#)

Lue uusin Revanssi -lehti sähköisenä TÄSTÄ! Seuraava numero ilmestyy 13.9.

Seuraa meitä somessa!



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