

Mielenterveysyhdistyksen KEVÄT 2026

TAMMIKUU

- 12.1. Ytimessä-jäsenkirje ilmestyy
- 14.1. Uusi alku -kurssiopas ilmestyy ja ilmoittautuminen alkaa
- 15.1. Jäsenjärjestöavustukset 2025: Selvitys avustusten käytöstä viimeistään tänään

HELMIKUU

- 1.2. Jäsenjärjestöavustusten 2026 hakuaika alkaa
- 2.2. Ytimessä-jäsenkirje ilmestyy
- 5.2. Ikisateita, usvaisia soitteja – kurkistuksia yhteisiin kokemuksmaiseihin: tutustutaan siihen, miten kipinäkurssit toimivat
- 5.2. Minä, mediaohjaaja -verkko-kurssi aukeaa: opi ohjaamaan mediatoimintaa yhdistyksessäsi
- 9.2. Toivon tuojaksi – uusi verkko-kurssi vertaistoimijoille aukeaa
- 10.2. Minä toipujana: Tilaa tunteille, tilaa itselle: teatteri-ilmaisun paja
- 17.2.
- 24.2.
- 12.2. Kokemustoimijan työkalupakki: Minä osana ryhmää, minä vertais-ohjaajana
- 19.2.



Huom. Ellei paikkakuntaa mainita, tapahtuma on verkossa.

VUODEN 2026 TÄRKEÄT PÄIVÄMÄÄRÄT

- 6.9. Toivo Cup -salibandyturnaus
- 15.-22.11. Mielenterveysviikko

MAALISKUU

- 2.3. Ytimessä-jäsenkirje ilmestyy
- 2.3. Ideoita liikkumiseen maaliskuussa – asiantuntijan vinkit Teams-tapaamisessa
- 5.3. Mielelle mansikoita materiaali-pankista: tutustutaan materiaali-pankin sisältöihin ja mietitään, miten niitä voisi hyödyntää
- 11.3. UUTTA! Epävakaus kuin mustavalkea myrsky -kipinäkurssi aukeaa
- 11.3. Salibandyturnaus palaa! Toivo Cupiin ilmoittautuminen alkaa. Kts. takasivu
- 11.3. Minä toipujana: Ihmisyys, lempeys ja toipumisen taito -webinaari
- 15.3. Jäsenjärjestöavustusten 2026 hakuaika päättyy
- 18.3. Kokemustoimijan työkalupakki: Luovuus ja rakentavan palautteen antaminen
- 19.3. Helposti lähestyttävät mediapajat – tervetuloa tutustumaan! Opi ohjaamaan mediatoimintaa yhdistyksessäsi
- 20.3. Helposti lähestyttävät mediapajat – tervetuloa tutustumaan! Opi ohjaamaan mediatoimintaa yhdistyksessäsi
- 24.3. Minä toipujana: Värit ja sanat varjojen takaa: taidepaja kirjoit-taen ja kuvin
- 31.3.
- 24.3. Kokemustoimijan työkalupakki: Vertaisohjaajan vuorovaikutus-taidot
- 31.3.
- 7.4.
- 30.3. Ideoita liikkumiseen huhti-kuussa – asiantuntijan vinkit Teams-tapaamisessa
- 31.3. Viimeinen päivä jättää jäsenyh-distysten aloitteet Mielentervey-den keskusliiton valtuustolle

HUHTIKUU

- 1.4. Ytimessä-jäsenkirje ilmestyy
- 24.3.
- 31.3. Kokemustoimijan työkalupakki: Vertaisohjaajan vuorovaikutus-taidot
- 7.4.
- 14.4. Minä toipujana: Symboli toi-pumiselle: kuvallisen ilmaisun taidepaja
- 21.4.
- 16.4. Alueelliset yhdistyspäivät Oulussa
- 22.4. Kokemustoimijan työkalupakki: Läsnäoloa ja lämpöä ruudun takaa
- 24.4. Toiminnanjohtajapäivä Helsingissä/Vantaalla

TOUKOKUU

- 4.5. Ytimessä-jäsenkirje ilmestyy
- 4.5. Ideoita liikkumiseen touko-kuussa – asiantuntijan vinkit Teams-tapaamisessa
- 4.5. Ehdota Vuoden Pomppu -palkinnon saajaa 31.8. mennessä
- 28.5.
- 4.6. Minä toipujana: Oma katse, oma tarina: valokuvapaja toipumisen tueksi
- 11.6.
- 18.6.

KESÄKUU

- 1.6. Ytimessä-jäsenkirje ilmestyy
- 28.5.
- 4.6. Minä toipujana: Oma katse, oma tarina: valokuvapaja toipumisen tueksi
- 11.6.
- 18.6.
- 9.6. Minä toipujana: Minun sateen-kaareva tarinani: luovan ilmaisun työpaja
- 16.6.
- 15.6. Syyskalenteri ilmestyy

HEINÄKUU

Kesän viettoa

HYVINVOINNIN ILTAKOULUT

Aihe	Päivämäärä
Vaativia tunteita – oikeita vai väriä?	24.2.
Kun kipu koskettaa mieltä	31.3.
Epävakaa persoonallisuus – kuin mustavalkea myrsky	28.4.
Voiko moraalista vaurioista parantua?	26.5.

Ilmoittaudu viimeistään edellisenä päivänä klo 10 mennessä.

ANSIOMERKKIEN HAKUAJAT

Hae viimeistään	Myöntämispäivä	Lähetyspäivä
23.1.2026	23.2.2026	25.2.2026
13.3.2026	13.4.2026	15.4.2026
8.5.2026	8.6.2025	10.6.2026
21.8.2026	21.9.2026	23.9.2026
7.11.2026	7.12.2026	9.12.2026

LIIKETTÄ VUOTEEN 2026

Tilaa Ideat liikkeelle -koulutus yhdessä muiden lähialueen yhdistysten kanssa. Saatte uusia ideoita liikuntatoimintaan. Mietityttääkö ihmisten motivointi tai rajoittavatko resurssit? Ratkotaan haasteita yhdessä.

Koulutukseen tulee olla vähintään 10 osallistujaa kolmesta eri yhdistyksestä, yhdistyksen tulee olla Mielenterveyden keskusliiton jäsen. Ehdottakaa tilauksen yhteydessä jo teillä sopivia ajankohtia. Koulutuksen kesto on 4–6 tuntia ja se järjestetään kasvokkain. Lisätietoja: Kati Rantonen.

Huomaa myös kuukausittaiset Teams-tapahtumat, joissa saat ideoita liikkumiseen kuukauden aikana. Katso kalenteri!

TYÖNTEKIJÄ- JA JÄSENJÄRJESTÖ-FOORUMIT JATKUVAT

Kevään työntekijä- ja jäsenjärjestöfoorumeista ilmoitetaan, kun ajat ja aiheet varmistuvat. Foorumeissa käsiteltävät aiheet valitaan toiveiden mukaan ja ajankohdat sovitaan erikseen. Pidä siis sähköpostia silmällä, ettei tieto tulevista foorumeista mene ohi. Lisätietoja: Erka Öörni.



NÄIN HAET ANSIOMERKKIÄ

Ansioimerkit myöntää Mielenterveyden keskusliiton hallitus, joka kokoontuu viisi kertaa vuodessa. Ansioimerkit on haettava hyvissä ajoin ennen suunniteltua luovutustilaisuutta. Katso aikataulu oheisesti taulukosta.

Mielenterveyden keskusliiton ansioimerkeillä muistetaan pitkään jäsenyhdistysten/liiton toiminnassa ansioituneita henkilöitä: työntekijät, vapaaehtoiset, yhdistyksen/liiton hallituksen puheenjohtaja, varapuheenjohtaja, sihteeri, rahastonhoitaja, jäsen tai varajäsen sekä kunniapuheenjohtaja. Ansioimerkkejä on kolme erilaista: pronssinen 6 vuoden, hopeinen 12 vuoden ja kultainen 20 vuoden palveluksesta.

TEE ALOITE KESKUSLIITOLLE!

Tiesitkö, että yhdistyksesi voi tuoda tärkeäksi katsomansa asian keskusliiton ylimmän päättävän elimen, liittovaltuuston käsittelyyn?

Tämä tapahtuu kirjallisella aloitteella, joka on jätettävä liitolle viimeistään 31.3. Aloitteen käsittelee ensin liittohallitus, jonka lausunnolla varustettuna aloite viedään liittovaltuustoon toukokuussa.

Käsitelkää aloite myös yhdistyksen hallituksessa tai yhdistyksen kokouksessa sen mukaan, mitä sääntönnö ohjeistavat. Näin asiasta jää dokumentti myös teille.

Huomioi aloitetta kirjoittaessa seuraavat asiat:

- Asian taustatiedot: selvitykset, kokemukset, laskelmat tai esimerkit
- Varsinainen esitys: Aloitteen tulee käsitellä vain yhtä asiaa. Päättää aloite konkreettisilla ehdotuksilla.
- Lisää toivomus hyväksymisestä ja toimenpiteisiin ryhtymisestä
- Allekirjoitus (yhdistyksen nimenkirjoittajat)

TOIVO CUP PELATAAN 6.9. LEMPÄÄLÄN IDEAPARKISSA

Salibandyturnaus palaa ohjelmaan syksyllä 2026. Uudistunut Toivo Cup pelataan 6. syyskuuta Lempäälän Ideaparkissa. Pelien lisäksi tapahtumassa on myös muuta oheisohjelmaa. Turnauksessa mitellään voitosta harraste- ja kilpasarjoissa. Ilmoittautuminen alkaa 11.3.



OTA YHTEYTTÄ



Järjestö- ja kehitysjohtaja
Janne Jalava, 040 350 1538
Järjestö- ja alueyhteistyö, rahoitus



Liikunta- ja elintapojen asiantuntija
Kati Rantonen, 046 920 6427
Liikuntatoiminta



Juristi
Oskari Korhonen, 040 357 2529
Järjestöjuridiikka, asiantuntijaluennot



Järjestökoordinaattori
Erka Öörni, 040 559 0347
Avustukset, yhdistystapaamiset ja -verkostot



Kulttuurituottaja
Nina Tuittu, 040 723 8682
Kulttuuritoiminta



Järjestöassistentti
Eija Korkea-aho, 040 525 7252
Jäsenviestintä ja -palvelut, Pieni ele -keräys

Järjestelmäasiantuntija **Maie Puusaar**, 040 512 0125, Jäsenasiat

Sähköpostit: etunimi.sukunimi@mtkl.fi

SEURAA SOMEA JA HAE TIETOA!



Instagram



Facebook



Jäsenuutiset



LinkedIn



TikTok



Youtube



Mielenterveyden
keskusliitto