



LIITE 6

**Mielenterveyden
keskusliitto**

Vuosikertomus 2023

Sisälllys

- Resurssit ja henkilöstö
- Luottamushallinto
- Edunvalvonta
- Viestintä
- Jäsenedistystoiminta ja jäsenpalvelut
- Koulutus- ja kehittämissyksikkö
- Voimavaralähtöinen kurssitoiminta
- Valtakunnallinen mielenterveysneuvonta
- Liikunta
- Kulttuuri
- Omat Avaimet
- Muu toiminta

Resurssit ja henkilöstö

Toiminto	Resurssit		Rahoitus		Toimipaikka
	Henkilötyö- vuosi	Käytetyt eurot	Rahoittaja	Osuus	
Kansalaisjärjestötoiminta	18,8	1 537,7	STEA, Ay	100 %	Helsinki, Kuopio
Yhdistyksille delegoidut STEA-avustukset	0,0	112,6	STEA, Ak6	100 %	Helsinki, Kuopio
Voimavaralähtöinen kuntoutus	10,5	901,0	STEA, Ak4	100 %	Helsinki, Turku, Tampere, Kuopio, Jyväskylä, Oulu
Koulutus- ja kehittämissyksikkö KOUKE	8,5	599,4	STEA, Ak12	100 %	Helsinki, Tampere, Kuopio, Oulu
Neuvontapalvelut	6,3	403,4	STEA, Ak19	100 %	Helsinki, Turku, Kuopio
Omat avaimet -toiminta	1,6	104,8	STEA, Aspa-säätiö	100 %	Iisalmi
Kulttuuritoiminta	0,3	39,3	Taike	71 %	Helsinki
Liikuntatoiminta	0,3	30,7	OKM	87 %	Jyväskylä
Muu toiminta	0,5	47,1	Oma rahoitus, STM	100 %	Helsinki, Tre, Kuopio
	46,7	3 776,0			

Henkilöstön ikäjakauman kehitys 2019 - 2023

Ikäjakauma henkilötyövuosina	2019	2020	2021	2022	2023	%
35 tai alle	1,5	4,7	5,8	5,3	7,1	15 %
36 - 45	9,9	10,9	11,6	12,9	8,5	18 %
46 - 55	12,4	14,3	13,0	11,2	12,6	27 %
56 - 65	14,1	14,9	18,7	20,2	17,4	37 %
66 tai yli	3,8	1,0	0,0	0,0	1,1	2 %
	41,7	45,8	49,2	49,6	46,7	100 %

- Työntekijämäärä vuoden 2023 aikana vaihteli 47 - 49 työntekijän välillä.
- Keskimääräinen henkilömäärä ja työaika henkilötyövuosiksi laskettuna oli 46,6 vuotta.
- Vuoden aikana työsuhteen aloitti 6 ja päätti 7 henkilöä. 3 henkilöä jäi eläkkeelle ja 4 työsuhdetta päättyi eri syistä.
- Työntekijöiden keski-ikä 31.12.2023 oli 50 vuotta ja mediaani-ikä 51 vuotta.

Luottamushallinto

Hallituksen kokouksia pidettiin yhteensä 5 kpl, joista yksi live kokous ja muut olivat etäkokouksia.

Liittovaltuuston kokouksia pidettiin yksi ja siihen osallistui 25 jäsentä.

Järjestötoiminnan kehittämisryhmä kokoontui kuusi kertaa etänä. Järjestötoiminnan kehittämisryhmän keskeisin tehtävä oli liiton aluetyön vahvistaminen eri keinoin. Lisäksi ryhmä päätti Pomppu-palkinnosta, joka myönnettiin Porin Hyvikselle.

Ansiomerkkejä myönnettiin jäsenyhdistysten tai liiton toiminnassa ansioituneille luottamus- ja toimihenkilöille yhteensä 74 kpl, joista 11 kpl kultainen ansiomerkki (20 vuotta), 9 kpl hopeinen ansiomerkki (15) vuotta, 24 kpl pronssinen ansiomerkki (10) vuotta ja 30 kpl teräksinen ansiomerkki (5) vuotta. Mielenterveyden keskusliiton ansiomerkkien hinnat päivitettiin 1.11.2023 nousseiden hankintahintojen vuoksi.

Edunvalvonta: toimenpiteet ja tulokset 2023

Lausunnot ja kuulemiset eduskunnalle 10

Edunvalvontaan liittyvä hallitustyöskentely 90 tapaamista, 1900 kohtaamiskertaa

Verkostomaiset työ- ja ohjausryhmätyöskentelyt 158 tapaamista, noin 3 000 kohtaamista

Liitto antoi lausunnon muun muassa nuorten hyvinvointiin liittyvien mt-palveluiden tarpeesta ja saatavuudesta, mielenterveyslain ja hallinto-oikeuslain muuttamisesta (2 kuulemistä) ja sosiaaliturvakomitean välimietinnöstä. Lisäksi kuuleminen konkretisoitui sosiaali- ja terveysalan yhdistysten ja säätiöiden rahoituksen kohdalla, josta annettiin myös kolmas lausunto. Olimme aikaisemmin jo lausuneet kaksi kertaa. Tämä on huomattava arvostus asiantuntemustamme kohtaan.

Edunvalvonnan keskeiset hallitustyöskentelyt ja työryhmät

Hallitukset:

Aspa-säätiö, Aspa palvelut Oy, Aspa asiantuntijapalvelut Oy, A-klinikkasäätiö, Kuntoutussäätiö, VATES-Säätiö ja Sosten valtuusto

Työryhmät:

Mielenterveyspooli, Kulttuurihyvinvointipooli, Mielenterveyspoliittinen neuvottelukunta, Skitsofrenia- ja masennuskoalitio, Kansallinen itsemurhien ehkäisyä tukeva ohjausryhmä, Potilaat mukaan –hankkeen ohjausryhmä.

Viestintä: toimenpiteet 2023

Tavoitteet

Lisätä tietoa ja kokemuksen ääntä, poistaa stigmaa, vaikuttaa palveluihin ja päätöksentekoon, tehdä liittoa tunnetummaksi

Vaikuttamisviestintä yhteistyöfoorumeilla

Mielenterveyspooli
Masennuskoalitio
Skitsofreniakoalitio

Mielenterveysbarometri 2023

Heikentynyt luottamus mt-palveluihin
Osattomuuden kokemuksen kasvu

Mielenterveysmessut

Neljättä kertaa verkossa
Uusi tapahtuma-alusta
Uusi verkkokauppa
Uusi ohjelmarakenne

Some- ja verkko- viestinnän kehitys

LinkedIn-koulutus
Vahva tuki asiantuntijoille
some- ja verkkonäkyvyydelle

Kannanotto

Kulttuuri on tärkeä kuntoutumisen keino

Toiminnanjohtajan kirje henkilöjäseneille

2 kpl (postitse)

Näkyvyyden lisääminen

Sosiaalinen media
Mediaviestintä
Uutiskirje (11 kpl)

Pride Helsinki

Ensimmäistä kertaa mukana tapahtumassa ja kampanjassa

Sähköinen jäsenkirje

11 kpl (754 saajaa)
MTKL yhdistysuutiset
Facebook (1267 seuraajaa)

Kampanjaviestintä

Mielenterveysviikko
It's heavy & Metalliliiteri-podcast
Skutsi kuulee

Viestintä: tulokset 2023

Verkkosivut

333 653 kävijää (+20%)

Someseuraajat

46 608 (+ 16 %)

LinkedIn +78 %, Mielentila
FB +26 %, Instagram +22 %,
FB +10 %, X (Twitter) -2 %

Ulkoisen uutiskirje

7017 tilaajaa (+23 %)

Avausprosentti 44

Mielenterveysmessut

Maksaneet kävijät +16 %

Kaikki kävijät +10 %

Medianäkyvyys

132 artikkelia (-34 %)

162 000 000

näyttökertaa (-22 %)

Somemarkkinointi

Tapaht. määrä + 5 %

Ilmoittautuneet + 35 %

Kattavuus: kaikki kunnat

Kulttuurikampanja: Metalliliiteri-podcast

30 971 kuuntelua/katselua
Ylellä verkkojuttu + Tiedetrippi-
podcast, MTV Viiden jälkeen

Vuoden Pomppu

Porin Hyvis esiteltiin 4
alueellisessa mediassa

Asiantuntijat somessa

Jo noin puolet (22 kpl)
tuottaa sisältöä omiin
ulkoisiin kanaviin

Mielenterveysviikko

Verkkoistunnot - 20 %
Uudet verkkokävijät - 20 %
Somekattavuus + 11 %

Jäsenyhdistystoiminta: toimenpiteet 2023

Alueelliset
yhdistyspäivät 7 tilaisuutta (esim. Pk-seutu, Kainuu ja Satakunta)
191 osallistujaa

Yhdistyskäynnit 38 kpl
Kohtaamiskertoja 301
Seutupäivät 3
Kohtaamiskertoja 54

Valtakunnalliset
yhdistyspäivät
Riihimäellä
Mukana 22 yhdistystä ja
165 osallistujaa

Yhdistyskoulutuksia
hallintoon 6 kpl
Kohtaamiskertoja 32
Toiminnanjohtajien
verkostotapaamiset 6
Kohtaamiskertoja 32

Liikettä palloon –
tapahtuma. Joukkueita
12 ja niissä 149
osallistujaa

Seurannan ja avustusten
haun tuki 8 kpl

Jäsenpalveluiden muuta tietoa

Jäsenet mutta myös muut ihmiset saivat tarvittaessa sosiaalineuvontaa. Oikeusneuvonta kohdennettiin jäsenjärjestöille. Yhteensä 276 kohtaamiskertaa. Sosiaalityöntekijä piti 14 koulutusta, joissa oli 376 kohtaamista. Lakimies piti 10 koulutusta, joissa oli 245 kohtaamista.

Kilta tapahtuma- ja asiointialustaa käytti 57 jäsenjärjestöä. Järjestettiin 47 koulutusta, joihin osallistui 77 henkilöä.

Jäsenäänestysinfoja järjestettiin 8, joihin osallistui 50 henkilöä.

Jäsenyhdistyksiä vuoden lopussa 125 (-11 kpl) jäsenmäärä 12 326 (- 1101 jäsentä). Yhdistyksiä on lakkautettu pitkälti hallitusten ikääntymisen tai jäsenpuutteen vuoksi. Osa on yhdistynyt suurempiin yhdistyksiin.

Yhdistysavustuksia AK6 jaettiin 54 (-12) yhdistykselle. Näistä toiminta-avustuksia 54, yhtään kehittämisavustusta ei jaettu. viidellä yhdistyksellä siirtyi käytettäväksi edellisen vuoden avustuksia – täten avustusta sai yhteensä 59 jäsenyhdistystä.

Mielenterveyden ongelmia kokeville ihmisille terveyttä ja hyvinvointia edistävää ryhmämuotoista kuntoutustoimintaa, jonka tavoitteena a)ennaltaehkäistä mt-ongelmien pitkittymistä, b)lisätä kokonaisvaltaista hyvinvointia, c)vahvistaa toipujan itsenäisyyttä ja aktiivisuutta omassa toipumisessaan sekä d)vahvistaa kokemusta itselle mielekkästä, merkityksellisestä elämästä.

Kohderyhmänä mielenterveyden ongelmia kokevat ihmiset, jotka ovat työn/opiskelujen ulkopuolella. Alakohderyhminä: *mielenterveyden ongelmia kokevat, joilla tavoitteena työ/opiskelu, *nuoret aikuiset 18-29v, *perheet, pariskunnat, läheiset.

Tulokset:

- Järjestetty tavoitteellisia, ammatillisesti ohjattuja vertaistuellisia kursseja (43kpl) ja kertaluonteisia tapahtumia (29kpl). **Yhteensä 72 tapahtumaa, joissa 1135 osallistujaa. Kurseilla 589 ja tapahtumissa 546 osallistujaa.** Kasvokkaisilla kurseilla osallistujia 256 ja verkkokurseilla 333. Hakijoita kurseille 1362 (v.2022 1263), 192 kunnasta. Kasvokkaisille kurseille 622 ja verkkokurseille 740 hakijaa ja tapahtumiin ilmoittautuneita 907.
- Suunniteltu toteutettavaksi 46 kurssia ja 8 tapahtumaa. Toteutunut 43 kurssia ja 29 tapahtumaa.
- Kohderyhmän tavoittamisessa onnistuttu suunnitellusti (tot. 1135/tav.1170/v.2022 1328).
- Toiminta on ollut monipuolista, eri elämäntilanteisiin sopivaa ja maantieteellisesti kattavaa. Verkossa 22 kurssia ja 25 tapahtumaa ja kasvokkain 21 kurssia sekä 4 tapahtumaa. Osa kasvokkaisesta toiminnasta järjestetty valtakunnallisina yöpyvinä kursseina ja osa alueellisina avokurseina. Verkkokursseja toteutettu sekä Kipinä- verkkoalustalla että Teams-tapaamisilla. Toiminnallisina teemoina ollut mm. luonto, luovuus, liikunta, kulttuuri, ja eläinavusteisuus.
- Miesten sekä alle 50v osallistujien määrä kasvanut v.2022 verrattuna.

Sukupuolijakauma	v.2023 %	v.2022 %	Ikäjakauma	v.2023 %	v.2022 %
Mies	18	12	Alle 18v	3	
Nainen	78	86	18-29v	9	8
Muu, en halua kertoa	4	2	30-40v	24	25
Osallistujat alakohderyhmittäin		v.2023	41-50v	31	23
Työelämän ulkopuolella olevat mt-ongelmia kokevat		618	51-62v	24	29
Mt. ongelmia kokevat, joilla tavoitteena työ/opiskelu		61	63-79v	9	15
Syrjäytymisvaarassa olevat nuoret aikuiset		196			
Pariskunnat, perheet ja läheiset		260			

Vaikutukset: muutos ennen kurssia vs 2kk kurssin jälkeen (N178/47)

- Mielenterveyden ongelmien pitkittymistä ehkäisee parantunut kyky tunnistaa voimavaroja (+0,6) sekä kyky pitää huolta omasta hyvinvoinnista (+0,6). Lisäksi tulevaisuus nähdään kurssin jälkeen valoisampana (+0,8) ja luottamus tulevaisuutta kohtaan on lisääntynyt (+0,3). Myötätunto itseä kohtaan on vahvistunut (+0,5), samoin itseluottamus (+0,2).
- Kokemus elämän mielekkyydestä ja merkityksellisyydestä on kohentunut. Päivittäiset tekemiset koetaan merkityksellisempinä (+0,4) ja tyytyväisyys omaan elämäänsä on lisääntynyt (+0,7).
- Osallisuuden kokemuksen vahvistumista tukee se että osallistujat kuuluvat kurssin jälkeen entistä useammin itselleen tärkeään ryhmään tai yhteisöön (+0,6) sekä kokevat itsensä useammin tarpeelliseksi muille ihmisille (+0,4).
- Yleinen elämänlaatu parantunut (EuroHis N=146 ennen kurssia ja 58 2kk kurssin jälkeen) KA ennen kurssia 2,7--> 2kk kurssin jälkeen 3,0. (+0,3).
- Ahdistuneisuus vähentynyt (GAD-2; N=146/58. Edeltävän kahden viikon aikana 1)Hermostuneisuuden-, ahdistuneisuuden- tai kireydetunne 2) En ole voinut lopettaa tai hallita huolestumistani. Max pistemäärä 6. Ennen kurssia 3,3--> 2kk kurssin jälkeen 2,8. Muutos -0,5.
- Koettu yksinäisyys (N=146/58) vähentynyt. Tunnetko itsesi yksinäiseksi? 1)En koskaan, 2)Hyvin harvoin, 3)Joskus, 4)Melko usein, 5)Jatkuvasti. Ennen kurssia KA 3,4--> 2kk kurssin jälkeen 3,1. Muutos -0,3.



Yksilölliset tarpeet huomioivaa tietoa, tukea, neuvontaa, ohjausta sekä vapaaehtoisvoimin järjestettävää vertaistukitoimintaa mielenterveyden ongelmia kokeville, heidän läheisilleen sekä muille tukea, tietoa ja neuvontaa tarvitseville. Esisijaisena kohderyhmänä mt-ongelmia kokevista ihmisistä he, joilla ongelmia palvelujen/etuuksien saamisessa, vaikeutta päästä palvelujen piiriin, löytää vastuutahoa tai vertaistukea itselle.

➤ **Toiminta ja kohdatut asiakkaat:** Kohderyhmää tavoitettu viime vuotta paremmin, vaikka henkilöresursseissa ollut vajausta

Toimintamuodot	Tuotokset (suluissa v.2022)	Kohdatut asiakkaat v2023 (6185)	Kohdatut asiakkaat v2022 (5478)
Ammattilaisten tarjoama valtakunnallinen tuki *Neuvontapuhelin *ValoaChat- ammattilaisten ylläpitämä kanava	144 (224) 5h aukioloa 222 (224) 3h aukioloa	997 1315	1592 1362
Vertais- ja kokemustoiminta *ValoaChat- vertaiskanava *ValoaChat- teemaillat tukinetissä *Minun kokemukseni- kokemuspuheenvuorot verkossa	56 (11) 2h aukioloa 25 (23) teemailtaa 6 (5) puheenvuoroa	164 234 476	33 257 572
Vaikuttamistyö *Ryhvät, infot, tapahtumat *"Hetki elämästäni"- somepostaukset *Blogit, haastattelut, tiedotteet	61 (37) 5 (6) 6 (12)	2960	1630
Vapaaehtoistoiminta *Vapaaehtoisten alkuinfot *Vapaaehtoisten koulutus *Vapaaehtoisten ryhmämuotoinen tuki *Toiminnassa mukana olleet vapaaehtoiset	6 9 9	39	32

Tulokset

1) Ammattilaisten tarjoamalla yksilöneuvonnalla:

a) pystyttiin tarjoamaan asiakkaille heidän tarvitsemaansa tietoa ja tukea. (90% ValoaChatin ja 97% neuvontapuhelimen asiakkaista sai tarvitsemansa tiedon työntekijän arvioinnin mukaan.)

b) vahvistettiin asiakkaiden toimijuutta omassa arjessa. (85% ValoaChatin ja 97% neuvontapuhelimen asiakkaista sai itselleen uusia näkökulmia tai työkaluja arkeen.)

c) vahvistettiin osallisuuden kokemusta. (86% ValoaChatin asiakkaista ja 95% neuvontapuhelimen asiakkaista).

2) Vertaistuellisissa palveluissa asiakkaat ovat

a)kokeneet tuleensa kuulluksi (4,6)

b)voineet jakaa vertaisen kanssa itselle merkityksellisiä kokemuksia (4,3)

c)saaneet uusia näkökumia tilanteeseensa (3,8)

d)Kokeneet myönteisyyden ja toiveikkuuden vahvistuneen (4,5)

3) Vapaaehtoistoiminnan ylläpito, koordinointi ja kehittäminen on ollut tuloksellista:

a) Monipuolista kokemustaustaa omaavia vapaaehtoisia on saatu mukaan toimintaan. Toimintavuoden aikana 39 vapaaehtoista, ikähaarukalla 27-71v., eri elämänvaiheissa eläviä ihmisiä.

b) Vapaaehtoistyön määrä kasvoi vertaischattien aukioloa laajennettaessa sekä uuden vapaaehtoistehtävän myötä

c) Vapaaehtoisten koordinoinnissa ja tukemisessa on onnistuttu erinomaisesti. Koulutuksen/perehdytyksen laatuaindikaattoreiden ka oli 4,5. Saatu tuki ja ohjaus 4,8.

d) Vapaaehtoistyö on vahvistanut toimijan omaa hyvinvointia. Omien voimavarojen tunnistaminen on lisääntynyt 91%:lla, vuorovaikutus/itseilmaisu vahvistunut 82%:lla ja itsemyötätunto 82%:lla. Vapaaehtoiset kokevat tekemisellään olevan merkitystä (5,0) ja olevansa tarpeellisia (4,5).

Liikuntatoiminta tavoitteet ja resurssit:

Tavoitteet:	Resurssit:
<p>Mielenterveyden keskusliiton liikuntatoiminnan tavoitteena on lisätä mielenterveyskuntoutujien liikuntaa ja liikkumista.</p> <p>Liikunnalla edistetään mielenterveyskuntoutujien sekä psyykkistä että fyysistä terveyttä.</p>	<p>MTKL liikuntatoiminnan taloudelliset resurssit tulivat vuonna 2023 pääosin STEAn avustuksista. Lisäksi Olohuoneen osallistujat hankkeen toiminta jatkui toukokuun loppuun saakka. Uusi hanke Virkeyttä väkeen alkoi 1.6. Molemmat nämä hankkeet saivat OKM:n valtakunnallista liikunnallisen elämäntavan kehittämishankeavustusta. Liikuntatoimintaa koordinoi kokopäiväinen liikunta- ja elintapojen asiantuntija.</p>

Tulokset:

Toiminta tavoitti vuoden 2023 aikana yhteensä 1220 osallistujaa ja 82 jäsenjärjestöstä. Suurimmat osallistujamäärät keräsivät valtakunnalliset liikuntatapahtumat sekä Syty liikkeelle – kampanja.

Liikunta - keskeiset toiminnot ja tulokset

Koulutukset ja webinaarit verkossa jäsenjärjestöille, yhdistysaktiiveille sekä jäsenjärjestöjen työntekijöille
→ 6 kpl, 18 jäsenjärjestöä, 36 osallistujaa

Livetapahtumat- ja koulutukset:
→ 5 kpl, 32 jäsenjärjestöä ja 362 osallistujaa

Liikkumiskampanja jäsenjärjestöille ja niiden jäsenille
→ 78 yhdistystä, 346 osallistujaa

Jäsenjärjestövierailut
→ 3 kpl, 35 osallistujaa

Jäsenjärjestöihin nimettyjä liikuntavastaavia 33

Ilves Vireä Mieli Sb- joukkueen toiminta
→ 21 osallistujaa

Liikunta- ja elintapa-asioista viestiminen jäsenistölle eri viestintäkanavia käyttäen

Infotilaisuudet livenä ja verkossa
→ 2 kpl, 190 osallistujaa

Ohjausryhmäjäsentyys Suomen Paralympiakomitean Aktiivisuutta läpi arjen-hankkeessa (2022-2024)

Yhteistyö soveltavan liikunnan edistämiseksi Suomessa eri tahojen kanssa

Olohuoneen osallistujat – hankkeen toiminta:

- Aktiivisissa tauoissa mukana 39 jäsenyhdistystä, 130 osallistujaa
 - Pilottiryhmätoiminta
 - koulutettu 5 Tsempparia, 3:een jäsenyhdistykseen
 - paikallisissa ryhmissä 11 osallistujaa
 - Verkkokurssi Teamsissä
 - 12 osallistujaa
- Yhteensä 197 osallistujaa

→ Toiminta saavutti 84 jäsenjärjestöä ja 1220 henkilöä.

Kulttuuritoiminta 2023

Tavoitteet	Resurssit
<p>Kulttuuritoiminta on Mielenterveyden keskusliiton strategian mukaista toimintaa: teemme työtä stigmojen vähentämiseksi myös kulttuurin keinoin. Kulttuuritoiminnan keskeisiä tavoitteita ovat:</p> <ul style="list-style-type: none">• Tarjota mielenterveydenhaasteita kokeneille mahdollisuuksia osallistua taide- ja kulttuuritoimintaan.• Tuoda esille kokonaisvaltaisesti kulttuurihyvinvointia mielenterveyden näkökulmasta sekä käsitellä mielenterveysaiheita kulttuurin keinoin.• Tuoda näkyviin, miten taide- ja kulttuuritoiminta edistää toipumisorientaation neljää merkittävintä osa-aluetta: toivoa, osallisuutta, toimijuutta sekä kohtaamista.• Kerätä kokemustarinoita kulttuurin voimauttavasta merkityksestä.	<p>MTKL sai Taiteen edistämiskeskukselta avustusta kulttuuritoimintaan: kulttuurihyvinvoinnin ja osallisuuden edistämiseen 30 000€. Kulttuuritoimintaa järjestetään ensisijaisesti mielenterveyden haasteita itse kokeville, mutta myös kaikille suunnattuna avoimena sisältönä ja toimintana.</p> <p>Liittoon on palkattu kulttuurituottaja kehittämään, suunnittelemaan ja ohjaamaan liiton sekä jäsenyhdistysten kulttuuritoimintaa. Vuonna 2023 saadulla Taiken avustuksella hän on voinut toimia kulttuurituottajana ja kouluttajana 40% työajalla. Lisäksi avustuksella on ollut mahdollista ostaa kurssitoimintaa taide- ja kulttuurialan ammattilaisilta.</p> <p>Liiton hallituksen alainen Järjestötoiminnan kehittämisryhmä kokoontui kuusi kertaa vuoden aikana käymään läpi MTKL:n kulttuuritoimintaa.</p>

Tulokset

Vuoden 2023 aikana on tavoitettu aiempaa enemmän osallistujia kulttuuritoiminnan pariin. **Tapahtumiin osallistuttiin noin 1380 kertaa**. Myös **medianäkyvyys kohosi** vuoden aikana - kulttuuritoiminnalla saavutettiin näkyvyyttä mielenterveyden teemoihin ja kulttuurihyvinvointiin. Medianäkyvyys teki järjestömmen toimintaa tutummaksi ja toi uusia kävijöitä myös Mielenterveyden keskusliiton verkkosivuille. Esim. Metalliliiteri-podcasteja on kuunneltu n. 29 000 kertaa. **Miehiä tavoitettiin poikkeuksellisen paljon** Metalliliiteri-videopodcasteilla. Miehiä oli yli 80 % katsojista, kun esimerkiksi Mielenterveyden keskusliiton Facebook- ja Instagram-seuraajista yli 85 % on naisia.

Kulttuuri: keskeiset toiminnot ja tulokset 2023

It's Heavy!

Kulttuurikummi 2023
muusikko, kitaristi, Raskasta
joulu -kiertueen perustaja
Erkka Korhonen

It's Heavy!

IG-livetapahtuma, 128
osallistujaa

Kitarapajat toipujille
Karjaa, Turku, Tampere, 18
osallistujaa

Riffishowdown,
kitarariffejä toivosta +
collabvideo, 11 osallistujaa
Tukikonsertti, Lempäälä,
Ideapark

Metalliliiteri –podcastsarja
yhteistyössä **Rockwayn**
kanssa:

1. jakso **Marko Hietala**
2. jakso **Jenny Rostain**
3. jakso **Pexi Olkkonen**
4. jakso **Tuple Salmela**
5. jakso **JP Leppäluoto**

Videopodcasteja on
katsottu YouTubessa lähes
29 000 kertaa

Sote-hyte-alan
ammattilaisten koulutukset:

5 webinaaria/ **2**
lähikoulutusta
/ osallistujia **478.**

Yhdistystoiminnan tapahtumat:

Valtakunnalliset
yhdistyspäivät, osallistujia
165, mm. museokäynneillä
90 osallistujaa

Vertaiset verkossa -toiminta:

3 kulttuurisisältöistä
tapahtumaa, osallistujia **107**

Ostetut verkkokurssit:

Luovuus ja päihteet – Jussi
Kinnunen, 27 hlöä,
Minäkö laulaisin I – Mika
Tepsa, 19 hlöä
Minäkö laulaisin II – Mika
Tepsa, 50 hlöä,
Meikä mandoliini,
teksteistä biisiksi – Mikaela
Mansikkala, 20 hlöä,
Runoja! Open mic –
iltapäivä – Anja Erämaja, 17
hlöä

→ **Tapahtuma- ja kurssitoiminnalla saavutettiin n.**
1380 osallistujakertaa.

Mediaosumat: mm. MTV Viiden jälkeen, YLE Areena
Tiedetrippi, Yle Jälkinäytös, Yle Radio Suomen päivä,
Yle Pohjanmaa, Yle radiouutiset, Ilta-Sanomat

Omat avaimet 4You -toiminta 2023

Kohtaamisia yhteensä yli 2650

Toiminta ja tuotokset:

- Toiminta-alue Kainuun, Pohjois-Savo, Pohjois-Karjala, Etelä-Savo ja Keski-Suomi.
- Valtakunnallisesti verkossa webinaareja ja perehdytyksiä.
- Valmennuskertoja ja webinaareja oli yhteensä 85 kertaa sekä erilaista luovaa ja vapaamuotoista toimintaa järjestettiin 35 kertaa.
- Perehdytyksiä pidettiin 7 kpl.

Tulokset:

- Toiminnassa mukana yli 200 nuorta / nuorta aikuista.
- Kokemustoimijoita ja kehittäjänuoria oli mukana 26 henkilöä.
- Toimintaan osallistuneista 100 % koki tulleeensa hyväksytyksi sellaisena kuin on ja 93 % koki arjessa toimimisen vahvistuneen osallistumisen ansiosta. 91 % valmennuksiin osallistuneista kokivat tulleeensa tietoisemmiksi omista voimavaroistaan.
- Perehdytyksiin osallistui sosiaali- ja terveysalan ammattilaisia ja alan opiskelijoita yhteensä 291. Heistä 95 % aikoi ottaa työmenetelmän käyttöön työssään.

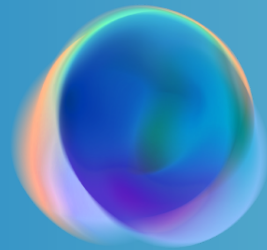


Muu toiminta

Työhyvinvointiin satsataan edelleen ja sitä kehitetään tiiviissä dialogissa johdon ja henkilöstön kesken. → Työhyvinvointikyselyn ka 3,8. Koettu työkyky ja työhyvinvointi 4,2 ja työkykyindeksi parantunut, ollen 8.

Henkilöstöpäivillä keskityttiin uuden strategian sisällön tuottamiseen.

Varainhankinnan kehittämistyötä jatkettiin. Yritysyhteistyöstä ja yksityishenkilöiden lahjoituksista kertyi n. 56 000 euroa. Pieni ele –keräyksen liiton osuus oli 12 000 euroa. Liitto sai testamenttilahjoituksen, josta muodostettiin sidottu rahasto nuorten ja nuorten aikuisten mielenterveystoimintaan.



Mielenterveyden keskusliitto

Mielenterveysongelmia itse kokeneiden ihmisten järjestö

Malmin kauppatie 26
00700 Helsinki

etunimi.sukunimi@mtkl.fi