



TOIMINTAKERTOMUS 2020

Sisällysluettelo

1. JOHDANTO.....	3
2. HALLITUS JA SÄÄNTÖMÄÄRÄISET KOKOUKSET.....	4
3. TOIMIHENKILÖT.....	5
4. TOIMITILAT.....	6
5. JÄSENREKISTERI JA JÄSENNEUVONTA.....	6
6. KARVISEN KOHTAAMISPAIKAN TOIMINTA.....	7
6.1 Käyntitilastot.....	7
6.2 Vertaisryhmätoiminta.....	10
6.3 Virkistystoiminta	13
6.4 Ruokailijatilastot.....	15
7. TIEDOTTAMINEN.....	17
8. VAPAAEHTOISTYÖ.....	19
9. YHTEISTYÖ.....	19
10. TOIMINNAN KEHITTÄMINEN JA LAADUN ARVIOINTI.....	22
11. TALOUS.....	23

1. JOHDANTO

Yhdistys perustettiin 26.4.1996 Psykkiset ry:n, Mielen terveyden Keskusliiton sekä Koillisen mielen terveysyksikön yhteistyöprojektina. Projektin (”Tuki, työ ja toiminta -vertaistuellalla työllisyyteen”) lopputuloksena syntyi Tukiyhdistys Karvinen ry, joka rekisteröitiin ja liittyi Mielen terveyden Keskusliiton jäsenyhdistykseksi 3.3.1998. Toiminta käynnistettiin Mielen terveyden Keskusliitolta vuonna 1996 saadun projektirahan sekä Helsingin kaupungilta saadun kuntoutusrahan turvin.

Tukiyhdistys Karvinen ry on mielen terveyskuntoutujien tukiyhdistys, jonka tarkoituksena on edistää mielen terveyskuntoutujien ja heidän läheistensä elämänlaatua. *Yhdistys edistää toiminnallaan mielen hyvinvointia ja ennaltaehkäisee mielen terveysongelmia.* Tarkoituksensa toteuttamiseksi yhdistys pitää voittoa tavoittelematta yllä kohtaamispaikka Karvista, jossa toimii kahvila. Yhdistys järjestää jäsenilleen vertaistuki- ja virkistystoimintaa, retkiä, kulttuuritapahtumia ja eri harrastusalojen kerhoja. Yhdistys tarjoaa monia *mahdollisuuksia osallistua* yhdistyksen tehtäviin kaikille *vapaaehtoisesta mielen terveydestä kiinnostuneille.* Toimintaan kuuluu myös kuntoutujien palveluohjausta, etujen valvontaa ja yhteiskunnalliseen asenneilmastoon vaikuttamista.

Karvisen kohtaamispaikka sijaitsee Malmilla hyvien kulkuyhteyksien varrella. Pohjois- ja koillis-Helsingin väestöpohja on noin 160 000 asukasta, ja Tukiyhdistys Karviseen ohjautuu paljon kuntoutujia mm. pohjoisen psykiatria- ja päihdekeskuksen sekä alueen asumisyksiköiden kautta. Varsinaisen vaikutusalueen lisäksi kävijöitä ja jäseniä yhdistykseen tulee myös muualta pääkaupunkiseudulta ja sen lähialueilta. Vuodesta 2012 lähtien yhdistyksen kohtaamispaikka on toiminut Malmin raitti 19:ssä sijaitsevassa erillistalossa, jonka sisä- ja ulkotilat antavat viihtyisät puitteet monenlaiseen toimintaan.

Normaalisti Karvisen kohtaamispaikassa kokoontuu säännöllisesti parisenkymmentä vertaistukiryhmää viikossa, joihin osallistuminen on erittäin vilkasta vuodesta toiseen. Jäsenet ovat tiiviisti mukana toiminnassa – niin vapaaehtoistoiminnan järjestäjinä, toteuttajina, osallistujina kuin kehittäjinäkin. Toiminnan keskiössä korostuvat kävijöiden tarpeista ja toiveista kumpuava aito kansalaistoiminta, jota toteutetaan vertaistuen muodossa.

Myös vuosi 2020 alkoi vilkkaana sekä toiminnan että käyntien määrissä mitattuna. Tammi- ja helmikuussa 2020 käyntejä Karvisessa oli paljon enemmän kuin vastaavina kuukausina vuonna 2019, mikä ennusti jälleen selvää kasvuvuotta. Vuodesta tuli kuitenkin hyvin poikkeuksellinen, sillä koronaepidemian leviämisen ehkäisemiseksi tehty valtioneuvoston päätös sulki Karvisen ja muut vastaavat kohtaamispaikat kokonaan 18.3.-31.5.2020 väliseksi ajaksi. Kesällä ja syksyllä toimintaa voitiin toteuttaa jälleen lähes normaalisti riittävät turvatoimet huomioiden, mutta joulukuussa jouduttiin taas ottamaan käyttöön voimakkaat rajoitustoimet. Rajoituksista huolimatta Karvinen teki vuoden aikana aina parhaansa palvellakseen karvislaisia ottamalla käyttöön monia uusia toimintatapoja, joista kerrotaan tarkemmin toimintakertomuksen myöhemmissä kappaleissa.

Tukiyhdistys Karvinen on myös aktiivinen verkostotoimija ja mukana vaikuttamassa yhteiskunnalliseen asenneilmastoon ja päätöksentekoon mielenterveyskuntoutujien tasavertaisuutta ja osallisuutta edistäen. Yhdistystä on kehitetty ja edelleen kehitetään avoimena järjestönä, jonka toimintaan pääsevät osallistumaan sekä jäsenet että jäsenyyttä harkitsevat. *Vertaisuus, osallisuus, kunnioitus ja positiivisuus ovat arvoja, jotka ohjaavat kaikkea päivittäistä toimintaamme ja ylläpitävät Karvisessa ilmapiiriä, jossa kaikilla on hyvä olla.*

2. HALLITUS JA SÄÄNTÖMÄÄRÄISET KOKOUKSET

Sääntöjen mukaan yhdistyksen toiminnasta vastaa hallitus, johon syyskokouksessa valitaan puheenjohtaja sekä 3-5 muuta varsinaista jäsentä ja 0-3 varajäsentä. Hallituksen toimikausi on kalenterivuosi. Hallitus kokoontuu noin kerran kuukaudessa tai tarpeen mukaan.

Yhdistyksen syyskokouksessa 16.9.2019 valittiin hallitus vuodelle 2020. Yhdistyksen puheenjohtajaksi vuodelle 2020 valittiin Inger Kavaleff-Aalto ja hallituksen jäseniksi Kaj From, Tuula Mustola, Georgij (Jori) Rojala ja Onni Viuhkonen. Varajäseniä ei valittu. Uuden hallituksen järjestäytymiskokouksessa 11.12.2019 valittiin vuoden 2020 yhdistyksen varapuheenjohtajaksi Jori Rojala, sihteeriksi Kaj From ja taloudenhoitajaksi Tuula Mustola. Jori Rojala valittiin myös yhdistyksen retkivastaavaksi.

Koronasulun vuoksi yhdistyksen kevätkokous voitiin järjestää vasta 11.6.2020 kohtaamispaikka Karvisessa. Kevätkokouksessa esitettiin vuoden 2019 toimintakertomus, tilinpäätös, tase ja tilintarkastuskertomus jäsenkokoukselle. Tilinpäätös vahvistettiin ja myönnettiin vastuuvapaus hallitukselle ja muille vastuuvollisille. Tilintarkastuksen oli toimittanut KHT-tilintarkastaja Pirjo Saarelainen Auditus Tilintarkastus Oy:stä.

Vuoden 2020 syyskokous pidettiin 25.9.2020 kohtaamispaikka Karvisessa. Syyskokouksessa vahvistettiin toimintasuunnitelma ja talousarvio vuodelle 2021 sekä käsiteltiin liittymis- ja jäsenmaksujen suuruus vuodelle 2021. Hallituksen esityksen mukaisesti jäsenkokous päätti, että nuorten aikuisten toiminnan aktivoimiseksi ensimmäisen vuoden jäsenyys 18-35 vuotiaille on ilmainen myös vuonna 2021. Muilta osin jäsenmaksu päätettiin pitää ennallaan eli 12 € / jäsen. Jäsenkokouksessa hallituksen puheenjohtajaksi esitettiin ja valituksi tuli Inger Kavaleff-Aalto. Hallituksen jäseniksi tulivat suljetussa lippuäänestyksessä valituksi Kaisa Aitto-oja, Tuula Mustola, Jori Rojala ja Onni Viuhkonen. Varajäseniä ei valittu. Lisäksi syyskokouksessa valittiin Tukiyhdistys Karvisen tilintarkastajaksi Auditus Tilintarkastus Oy päävastuullisena tilintarkastajanaan HT Antti Tusa. Varatilintarkastajaa ei tarvitse valita, kun valitaan yhteisö tilintarkastajaksi.

Hallituksen järjestäytymiskokouksessa 2.12.2020 vuoden 2021 hallituksen tehtävät jaettiin siten, että varapuheenjohtajaksi valittiin Jori Rojala, taloudenhoitajaksi Tuula Mustola ja sihteeriksi Kaisa Aitto-oja. Jori Rojala jatkaa myös Karvisen retkivastaavana.

3. TOIMIHENKILÖT

Vuonna 2020 yhdistyksen toiminnanjohtajana työskenteli Lea Heino ja sosiaalihojaajana Tuuli Häärä. Keittiötyöntekijöinä vuonna 2020 toimivat Johnny Björninen ja Tommi Kekola. Työkokeilussa vuoden 2020 aikana Karvisessa ovat työskennelleet Ulla-Maija Heino 15.1.2020 asti ja 20.1. alkaen Satu Tammentie, joka aloitti työsuhhteessa järjestöapulaisena 1.10.2020.

4. TOIMITILAT

Tukiyhdistys Karvisen kohtaamispaikka sijaitsee erillistalossa Ylä-Malmilla osoitteessa Malmin raitti 19. Helsingin kaupungilta vuokratut tilat ovat kooltaan 192,5 m². Kävijöiden käytössä on avara yleistila ja 2-3 ryhmätilaa. Lisäksi kohtaamispaikan tiloihin kuuluu pieni keittiö, jossa valmistetaan päivittäin lounasta ruokailijoille. Rakennukseen liittyy myös aidattu sisäpiha, mikä yhdistyksen puutarharyhmän kunnostamana toimii kohtaamispaikan kesäisenä ulko-olohuoneena tarjoten monenlaisia mahdollisuuksia niin virkistykseen kuin puutarhatöihinkin. Karvislaisten käytettävissä on myös taloyhtiön hiekkakenttä, joka toimii hyvin yhdistyksen kesäisen ryhmäliikunnan, ulkopelien ja kisailuiden tapahtumapaikkana.

5. JÄSENREKISTERI JA JÄSENNEUVONTA

Tukiyhdistys Karvisen keskimääräinen jäsenmäärä vuonna 2020 oli noin 400 jäsentä. Kokonaisjäsenmäärä vaihtelee vuoden aikana jonkin verran jäsenrekisterin päivitysten myötä, sillä jäsenpostitusten ja muistutuslaskujen lähetyksen jälkeen rekisteristä poistetaan ne jäsenet, joiden jäsenmaksu on ollut maksamatta kaksi vuotta. Yhdistykseen liittyi vuonna 2020 uusia jäseniä 17 kpl. Yhdistyksen jäsenmaksu vuonna 2020 oli muuten 12 €, mutta 18-35 vuotiaiden jäseniksi liittyvien osalta ilmainen ensimmäisen vuoden ajan. Karvisen jäsenrekisteriin kuului vuoden 2020 lopussa 33 nuorta aikuista.

Jäsenneuvontaa ja palveluohjausta toteuttivat vuonna 2020 Karvisen toiminnanjohtaja ja sosiaaliohjaaja, jotka ovat jäsenten käytettävissä aina toimiston aukioloaikana. Palveluohjausta toteutettiin myös yhteistyössä muun yhteistyöverkoston kanssa, johon kuuluu kattava valikoima mielenterveystyön, päihdetyön ja sosiaalihuollon toimijoita. Sosiaaliturvaan ja mielenterveyskuntoutukseen liittyvissä asioissa olivat käytettävissä myös Mielenterveyden Keskusliiton asiantuntijat.

Karvisen työntekijät ja luottamushenkilöt vastaanottivat ja perehdyttivät tutustujia ja jäseneksi liittyviä Karvisen toimintaan. Tutustujia tuli Karviseen sekä itsenäisesti että ohjatusti muun muassa psykiatrian poliklinikoiden, asumisyksiköiden ja muiden mielenterveystoimijoiden sekä sosiaalitoimen kautta. Karvinen kävi myös esittelemässä toimintaansa eri mielenterveystoimijoilla.

Kevään koronasulun aikana yhteyttä karvislaisten kanssa pidettiin pääasiassa puhelimitse ja sähköisin viestimin. Moni koki kotonaan yksinäisyyttä ja huolta, joita halusi työntekijöittemme kanssa puhelinkeskusteluissa purkaa. Samalla pystyimme välittämään koronaan liittyviä ohjeita sekä tietoa muista auttavista tahoista. Paitsi vastaamalla lukuisiin saapuviin puheluihin Karvinen on myös itse aktiivisesti kontaktoinut koko jäsenkuntaansa puhelimitse alkaen vuonna 2020 ja jatkaen seuraavana vuotena. Lokakuun alusta alkaen Karvinen on lisäksi ollut mukana Avomielin-chatissa, josta myös on mahdollista löytää juttuseuraa, vertaistukea sekä tuttuja ohjaajia. Joulukuussa kohtaamispaikka jouduttiin jälleen sulkemaan joukkokokoonumisilta, mutta työntekijät olivat kuitenkin päivittäin ajanvarauksella tavattavissa tukea, asiointia ja yksilöohjausta varten.

6. KARVISEN KOHTAAMISPAIKAN TOIMINTA

6.1 Käyntitilastot

Tukiyhdistys Karvisen kohtaamispaikan käyntimäärissä näkyvät vuoden 2020 koronarajoitukset, jotka koskivat myös kohtaamispaikkoja. Rajoitusten vuoksi Karvisen kohtaamispaikka oli kokonaan suljettuna 18.3.-31.5.2020 välisen ajan. Joulukuussa uusien rajoitusten myötä kohtaamispaikka oli jälleen suljettava vapailta kokoontumisilta ja ryhmiltä. Sen sijaan tarjosimme yksilöohjausta/-apua ajanvarauksella sekä noutoruokaa ja leivänjakelua varotoimin. Turvavälien ylläpitämiseksi istumapaikat salissa oli vähennetty puoleen myös kesällä ja syksyllä. Lisäksi moni riskiryhmään kuuluvista kävijöistämme rajoitti omatoimisesti liikkumista ja sosiaalisia kontakteja. Kaikki tämä näkyy luonnollisesti käyntimäärien laskuna.

Vuonna 2020 Karvisessa kävi yhteensä 9.165 nimensä päiväkirjaan kirjannutta kävijää. Kohtaamispaikan käyntimäärän lisäksi Karvisen toimintaan kirjattiin vuoden 2020 aikana yhteensä 660 käyntiä Karvisen tuottamissa **talon ulkopuolella** toteutuneissa harrasteryhmissä (uintiryhmä, allasvoimistelut, biljardi, keilaus) eli **kaiken kaikkiaan Karvisen toimintaan osallistuneiden kirjattuja** käyntejä vuonna 2020 oli yhteensä 9.825, kuten seuraava taulukko osoittaa.

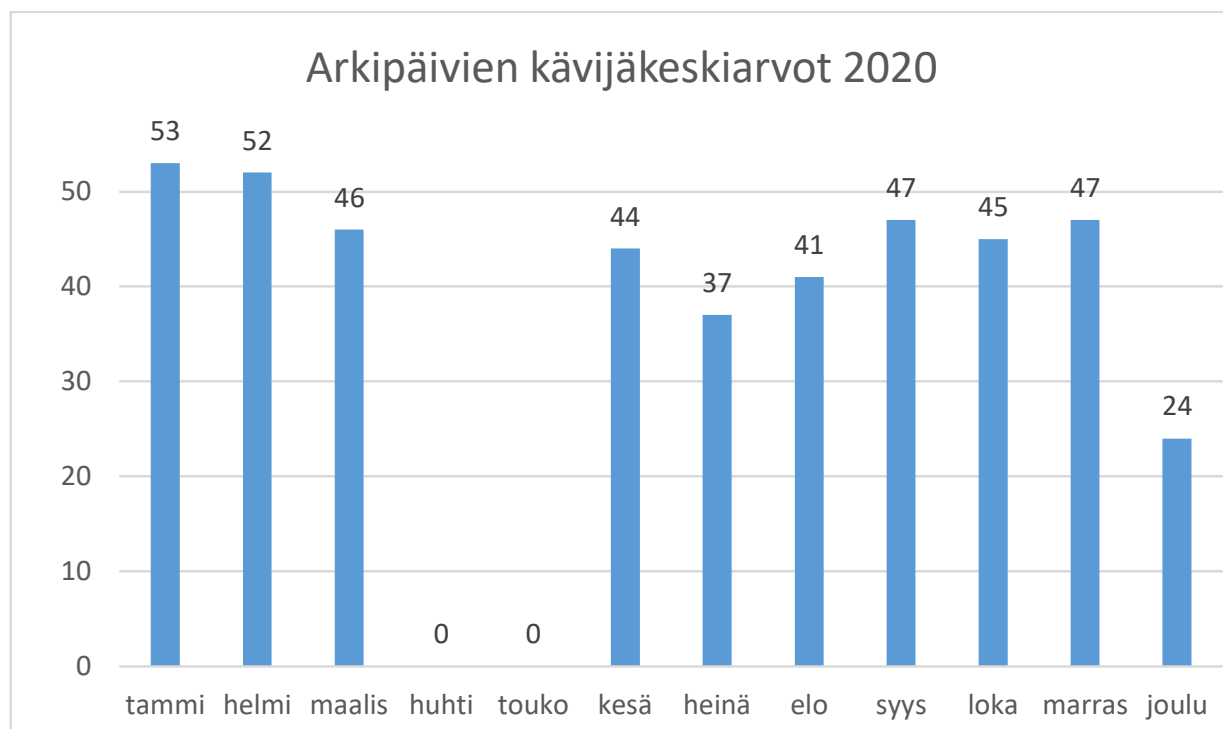
Käyntimäärät 2020		
Kuukausi	Yhteensä/kk	k.a./pvä
tammi	1 181	53
helmi	1 124	52
maalis (kiinni 18.3. alk.)	585	46
huhti (koronasulku)	0	0
touko (koronasulku)	0	0
kesä	918	44
heinä	843	37
elo	868	41
syys	1 039	47
loka	1 055	45
marras	1 040	47
joulu (yksilöohjausta)	512	24
Yhteensä:	9 165	43
+ muissa tiloissa:	660	
YHTEENSÄ:	9 825	

Taulukko 1. Vuoden 2020 käyntimäärät

Normaalivuotena Karvinen on auki vuoden ympäri arkisin klo 9 - 15 ja lauantaisin klo 10 - 13 (lokakuusta maaliskuun loppuun). Vuonna 2020 käyntipäiviä oli koronarajoitusten vuoksi kuitenkin yhteensä vain 224 kpl, joista 205 oli arkipäiviä ja 19 lauantaita. Koko vuoden osalta tilastoidut kävijämäärien keskiarvot olivat: *keskimäärin 43 kävijää / arkipäivä ja 16 kävijää / lauantai.*

Vuonna 2020 Karvinen pystyttiin pitämään auki neljänä lauantaina tammikuussa, neljänä helmikuussa, kahtena maaliskuussa, neljänä lokakuussa ja neljänä marraskuussa. Joulukuussa lauantai-aukioloa ei rajoitusten vuoksi toteutettu, koska kohtaamispaikka oli auki vain yksilöohjausta/-tukea varten.

Seuraavassa diagrammissa esitetään vuoden 2020 arkipäivien kävijäkeskiarvot kuukausitasolla. Huom. kaaviokuvassa ei ole mukana kohtaamispaikan ulkopuolisiin harrasteryhmiin osallistuneita (660) kävijöitä, mutta myös ne ovat Tukiyhdistys Karvisen tarjoamaa vertaistoimintaa.

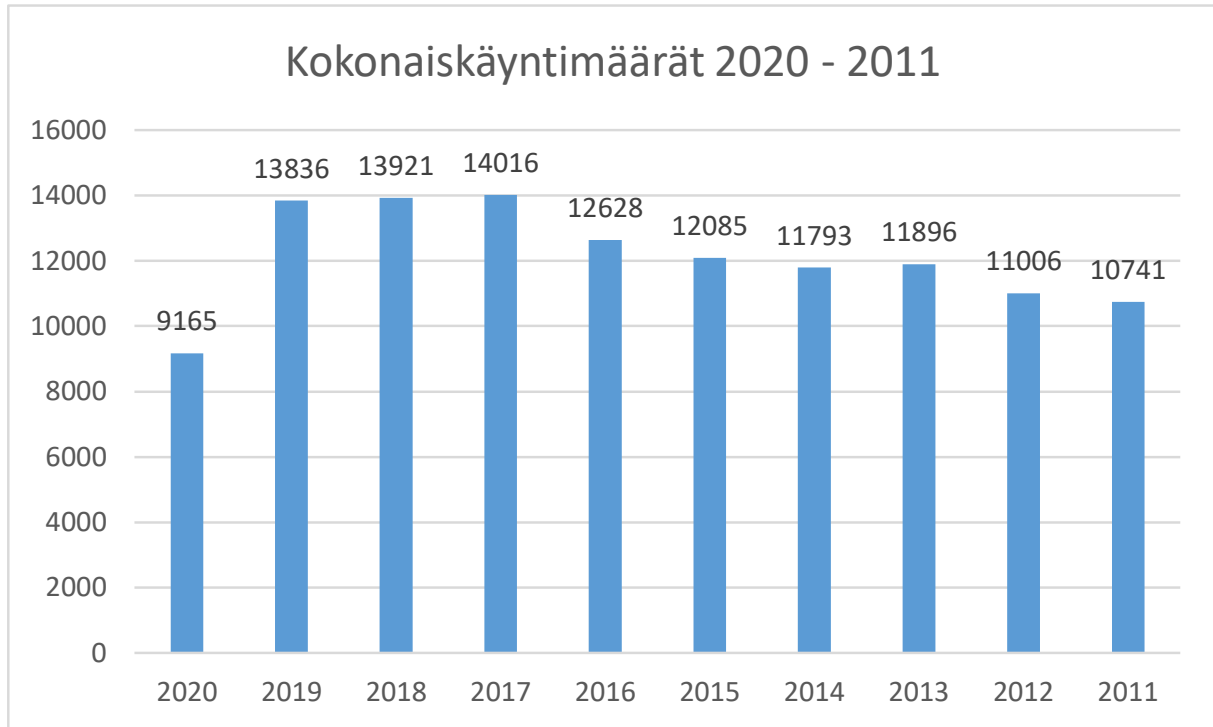


Kaavio 1. Arkipäivien kävijäkeskiarvot kohtaamispaikassa toimintakaudella 2020

Vuosi 2020 alkoi vilkkaana sekä toiminnan että käyntien määrissä mitattuna. Tammi- ja helmikuussa 2020 käyntejä Karvisessa oli enemmän kuin vastaavina kuukausina vuonna 2019. Tammikuussa 2020 oli 1.181 käyntiä eli keskimäärin 53 kävijää/arkipäivä. Helmikuussa käyntejä kirjattiin 1.124 eli keskimäärin 52 kävijää/arkipäivä. Tuhannen käynnin raja ylittyi myös syys-, loka- ja marraskuussa. Käyntitilastot osoittavat, että poikkeusvuodesta huolimatta - ja myös sen vuoksi - tarve yhteisöllisyyteen, mielekkääseen päiväohjelmaan sekä monimuotoiseen tukeen ja ohjaukseen oli ilmeistä. Maalis-, huhti-, touko- ja joulukuussa, kun kohtaamispaikka ei ollut avoinna normaalisti, tähän tarpeeseen pyrittiin vastaamaan tiiviillä puhelinyhteyksillä, sähköpostitse, chatilla ja muilla some-kanavilla.

Koronarajoitusten vuoksi vuonna 2020 oli peräti 51 aukiolopäivää vähemmän kuin vuonna 2019. Yhteensä vuonna 2020 aukiolopäiviä oli siis vain 224, joista lisäksi joulukuussa (21 päivää)

kohtamispaikka oli vapailta kokoontumisilta kiinni ja joulukuulle kirjatut käynnit (512 kpl) mittaavat ainoastaan yksilökäyntien määrää. Seuraava kaaviokuva osoittaa kokonaiskäyntimäärien kehityksen vuosina 2011-2020 ja vuoden 2020 poikkeuksellisen tason.



Kaavio 2. Kokonaiskäyntimäärät kohtaamispaikassa vuosina 2011 – 2020.

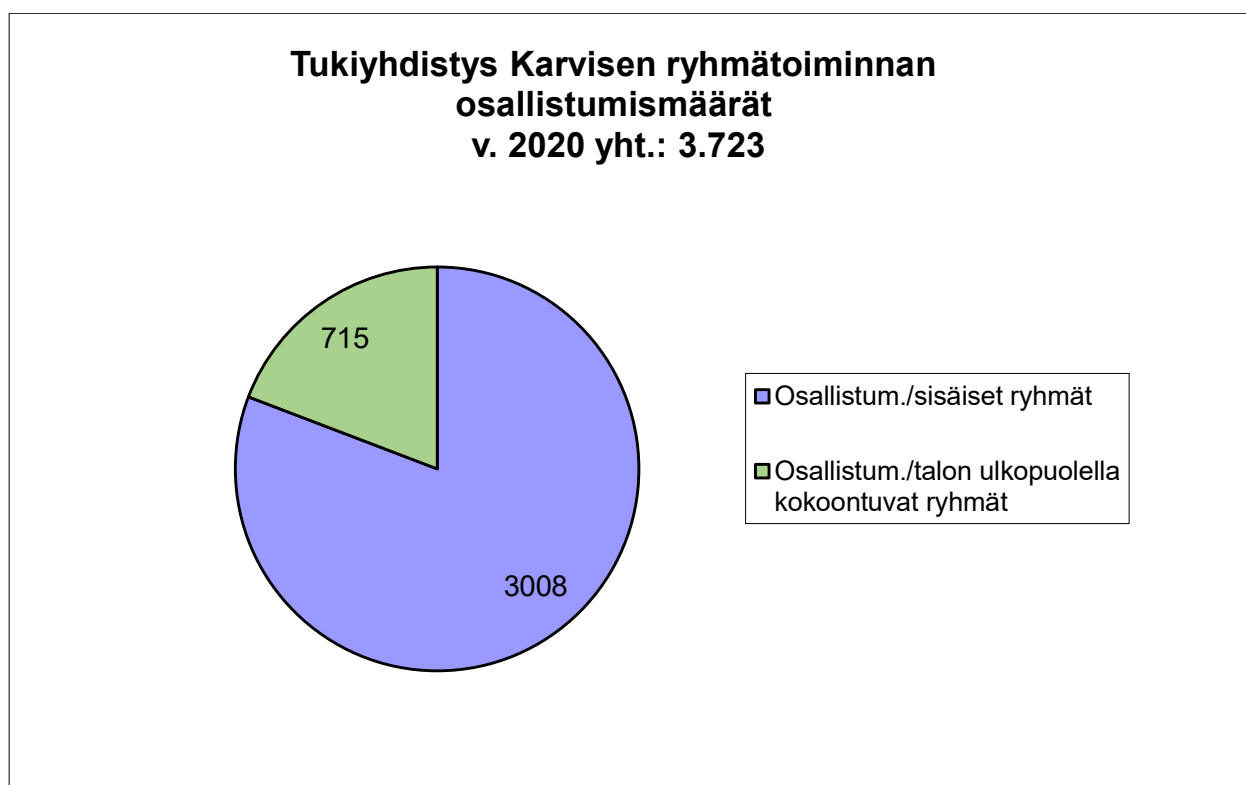
6.2 Vertaisryhmätoiminta

Normaalivuosina Karvisen viikko-ohjelma on täynnä vilkasta toimintaa, josta jokainen voi löytää itselleen mielekästä ohjelmaa. Kohtaamispaikkaan voi aina tulla viettämään aikaa vapaasti, tapaamaan ihmisiä, lukemaan lehtiä, kuuntelemaan ja soittamaan musiikkia, katsomaan tv:tä, käyttämään tietokoneita, ruokailemaan ja kahvittelemaan. Vapaan oleskelun lisäksi löytyy jäsenille runsaasti mahdollisuuksia osallistua itselle mieluisiin vertaisohjaajien ohjaamiin ryhmiin. Vertaisryhmiin voivat jäsenten lisäksi osallistua myös tutustujat ja jäsenyyttä vasta harkitsevat.

Koronarajoitusten vuoksi Karvisen ryhmätoiminta oli tauolla 18.3.-31.5.2020 välisen sulkuajan. Useimmat ryhmistä jatkoivat toimintaansa elokuussa, mutta myös keskikesällä harrastettiin turvallisesti esim. ulkoliikuntaa. Monipuolinen ryhmätoiminta jatkui varotoimin

aina marraskuun loppuun asti, jonka jälkeen rajoitukset keskeyttivät harrastusryhmät jälleen joulukuun alusta alkaen. Katkonaisesta harrastuskaudesta huolimatta Karvisen viikko-ohjelmassa toimi vuonna 2020 kuitenkin peräti 31 eri vertaisryhmää.

Ryhmien osallistujamäärä vaihteli 4-25:en osallistujaan/kerta. Suurin osa vertaisryhmistä kokoontui Karvisen kohtaamispaikassa, mutta myös talon ulkopuolisissa tiloissa kokoontui muutamia toiminnallisia vertaisryhmiä, kuten liiku- ja virkistysryhmä, uinti-, allasvoimistelu-, jooga-, keilaus- ja biljardiryhmät. Seuraava kaaviokuva esittää ryhmätoimintaan osallistuneiden kokonaismäärää vuonna 2020 jaoteltuna kohtaamispaikassa kokoontuneisiin sisäisiin ryhmiin ja talon ulkopuolisiin ryhmiin. Kaiken kaikkiaan Karvisen ryhmätoimintaan oli vuoden 2020 aikana osallistuttu 3.723 kertaa, mikä kertoo karvislaisten hyvästä aktiivisuudesta vertaisryhmätoiminnassa. Koronasulku, -rajoitukset ja huomioonotetut varotoimet laskivat kuitenkin vuoden 2020 ryhmätoiminnan osallistumiskertoja 33%:lla verrattuna edelliseen vuoteen (5.557).



Kaavio 3. Ryhmätoimintaan osallistuminen 2020.

Aihealueittain toimintakauden 2020 vertaisryhmät toteutuivat seuraavasti:

Karvisen viikko-ohjelmaan kuului vuonna 2020 **kolme keskusteluryhmää**. **Naisten** toiminnallinen keskusteluryhmä kokoontui tiistaisin ja sitä ohjasi Arja Tuomioja. Torstaisin kokoontunutta **miesten keskusteluryhmää** ohjasi Kaj From ja perjantaisin kokoontunutta **avointa keskusteluryhmää Tuula Mustola**.

Liikuntaryhmiä toimi viikoittain useampia. Maanantaisin Karvisessa toimi Kaisa Aitto-ojan ohjaamana **jumppa- ja painonhallintaryhmä**, jonka lisäksi Kaisa ohjasi pitkin viikkoa myös **liikutaan yhdessä ja askeleita arkeen -ryhmiä**. **Karvisen liiku ja virkisty -ryhmä** kokoontui kevätkaudella keskiviikkoisin Tuula Haapalaisen ohjauksessa Syystien palvelukeskuksessa. Samoin keskiviikkoisin Matti Lahtinen ohjasi Syystiellä karvislaisille **hatha-joogaa**, siihen saakka kunnes Syystien palvelukeskuksen liikuntatilat maaliskuussa suljettiin koronatilanteen vuoksi. Hatha-jooga jatkui syyskaudella vielä viisi kertaa Karvisen kohtaamispaikassa. Karvinen tuki vuonna 2020 jäsentensä liikuntaharrastusta myös tarjoamalla yhdistyksen tuella mahdollisuuden **uintiin torstaisin Malmin uimahallissa**. Joka toinen viikko uimassa kävivät Karvisen naiset ja joka toinen viikko Karvisen miehet, ja **uintiryhmään** mahtui 10 uimaria/kerta. Kerran kuukaudessa tarjottiin myös **allasjumppaa** Malmin uimahallilla. Allasjumppaa ohjasi Francisco Diaz-Abasta, joka ohjasi syyskaudella lauantaisin myös **keppijumppaa** Karvisessa. Koronarajoitusten vuoksi Malmin uimahalli oli kiinni maaliskuun puolivälistä kesäkuun alkuun sekä joulukuun ajan, minkä ajan myös Karvisen uintiryhmät olivat tauolla.

Lisäksi kerran kuukaudessa Karvisen jäsenet kävivät **keilaamassa** Tapanilan keilahallilla Jori Rojalan johdolla. **Biljardikerho** kokoontui Malmin nuorisotalon tiloissa kaksi kertaa viikossa keskiviikkoisin ja perjantaisin Kauko Mustolan ja Veikko Jurvan ohjauksessa. Malmin nuorisotalon ja Tapanilan keilahallin koronasulut aiheuttivat tauon myös näiden ryhmien toimintaan keväällä maaliskuusta kesäkuuhun ja syksyllä joulukuun ajaksi.

Muita vuonna 2020 toteutuneita toiminnallisia vertaisryhmiä olivat mm. kädentaidon ryhmät, kieliryhmät, musiikkiryhmät sekä erilaiset peli- ja viihderyhmät. Maanantaisin ratkottiin **sanaristikoita** Ritva Kempaisen luotsaamana ja rentouduttiin harjoittelijoiden ohjaamissa

rentoutushetkissä. Kävijöillä oli maanantaisin myös mahdollisuus saada **digi-neuvontaa** Otso Pohdon opastuksella. Myös **nuorten aikuisten vertaistukiryhmä** kokoontui maanantai-iltapäivisin Tuuli Häärän ja opiskelijoiden ohjauksessa. Sirpa Kukkasen ohjaama **runoryhmä** kokoontui joka toinen viikko, keväällä maanantaisin ja syyskaudella keskiviikkoisin. Syyskaudella Karvisessa kokoontui maanantai-iltapäivisin myös Tommi Kekolan luotsaama **kokkikerho**. **Karvisen näytelmäkerho** kokoontui tiistaisin ja sen ohjaajana toimi Arja Tuomioja. Keskiviikkoisin kokoontuivat myös **espanjan kielen** alkeisryhmä Ritva Kemppaisen ohjaamana ja Heikki Krookin isännöimä **musavisa/levyraati**. Jori Rojalan ohjaama **englannin ryhmä** kokoontui keväällä keskiviikkoisin ja syyskaudella tiistai-iltapäiväisin. Torstaisaamuisin kevätkaudella kokoontui **luova ryhmä** Tuula Mustolan ohjaamana ja syyskaudella ryhmää ohjasi Melina Iso-aho temalla **oman elämän arkkitehti**. Torstaisin Karvisessa pelattiin myös **bingoa** Eero Aallon ja Raimo Alholan johdolla, jonka jälkeen torstai-iltapäivisin kokoontui **musiikin-/levyjen kuunteluryhmä**. Ryhmää ohjasivat vuoroviikoin Joonas Tirroniemi, Jari Korkala ja Arto Räsänen. Karvisen viikko-ohjelma päättyi perjantai-iltapäivien **karaokeen**, jota isännöivät Jari Kuusela ja Tuomo Saastamoinen.

Harrasteryhmien lisäksi Karvisen säännöllisessä viikko-ohjelmassa olivat tiistaisin ja perjantaisin vapaaehtoistyönä toteutettu **leivänjako** sekä keskiviikkoiltapäivisin kokoontuva **vertaistukea päihteettömyyteen tarjoava ”Kelmien kerho”**, jossa kerran kuukaudessa vierailivat myös pohjoisen jalkautuvan **päihdetyön Jelpin ohjaajat**. Lisäksi sosiaali- ja terveysalan **opiskelijat** toteuttivat harjoittelu- ja oppimistehtävinään lukuisia jäsenten toiveista nousseita ryhmiä kuten mm. **rentoutushetkeä, tietovisaa ja valokuvausryhmää** sekä esim. päiväretkiä pääkaupunkiseudulla, teemallisia tuokioita jne.

6.3 Virkistystoiminta

Retket, leirit, teatteri, musiikki- ja muut kulttuuritapahtumat ovat aina erittäin suosittuja ja toivottuja toimintoja saadun kävijäpalautteen mukaan. Yhdistys pyrkii tukemaan virkistystoimintaa resurssiensa puitteissa, jotta mahdollisimman monella olisi mahdollisuus osallistua erilaisiin hyvän mielen aktiviteetteihin. Ilman yhdistyksen tukea monilla kuntoutujilla olisi taloudellisesti vaikeaa käydä esimerkiksi maksullisissa esityksissä tai näyttelyissä. Moni yksinäinen ei myöskään yksin lähtisi tapahtumiin, mutta tutun yhteisön mukana osallistuminen on helppoa ja turvallista.

Vaikka vuoden 2020 koronarajoitukset laskivatkin merkittävästi sekä tapahtumatarjontaa että osallistumismahdollisuuksia, pystyi Tukiyhdistys Karvinen silti vuoden aikana tarjoamaan monipuolista virkistystoimintaa yli 850 osallistujalle. Kaikissa Karvisen toteuttamissa tapahtumissa ja retkissä huomioitiin tarvittavat varotoimet.

Vuonna 2020 Karvisesta käytiin seuraavissa **teatteri- ja musiikkiesityksissä**: ”Maailma on tehty meitä varten” -musikaali helmikuussa, UMO Helsinki Jazz -konsertti helmikuussa, näytelmä ”Aarresaari” maaliskuussa, Bling -naisteniltamat maaliskuussa, kesäteatterinäytelmä ”Elling” elokuussa, näytelmä ”Vaimoni on toista maata” syyskuussa ja näytelmä ”Seitsemän veljestä” lokakuussa. Kaiken kaikkiaan tuettuja paikkoja näihin esityksiin jaettiin 107:lle karvislaiselle. Karvisessa toimii myös oma aktiivinen draamaryhmä, joka esiintyi Karvisen omassa ystävänpäivän tapahtumassa.

Heinäkuussa 20.7.-24.7. yhteensä 16 karvislaista osallistui yhdistyksen tukemalle viikon **kesäleirille** Iitin Kesäharjussa. Hyvinvointilomien **tuettu vertaistukiloma Kotorannan lomakodissa** Nurmijärvellä siirtyi keväältä marraskuulle, ja siihen osallistui 14 karvislaista 23.11.-28.11.2020. Edellä mainittujen pitkien lomien lisäksi toteutettiin **12 päiväretkeä** ympäri vuoden ja näihin osallistui yhteensä 124 karvislaista. Syyskuussa Karvisen retkivastaava Jori Rojala järjesti mielenkiintoisen **kokopäiväretken Hankoon**, johon osallistui 26 karvislaista. Lyhyempiä päiväretkikohteita olivat mm. Kallion kirjasto, eduskunta, uusittu Olympiastadion, Ateneum, Kansallismuseo, Haltialan tila, silakkamarkkinat, Didrichsenin museo, Amos Rex ja Hakasalmen huvila.

Yhdistys tarjosi jäsenilleen myös mahdollisuuden virkistyä Karvisen uintivuorolla Malmin uimahallissa kerran viikossa sekä osallistua kerran kuukaudessa ohjattuun allasvoimisteluun (ks. myös s. 12). **Kesäkauden päättäjäisiä** vietettiin 18.8. Meriharjun luontotalolla Uutelassa, jossa mukavan päivän ohjelmassa oli mm. saunomista, onkimista, sienestämistä, pihapelejä, nuotiolauluja ja grillausta. Karvisen leikkimielisissä **kesäolympialaisissa** kisailtiin syyskuun alussa omalla urheilukentällä.

Virkistäviä toiminnallisia tapahtumia olivat myös yhdessä **Avomielin-yhdistysten kanssa järjestetyt turnaukset**: onkikisa Vanhankaupungin lahdella, kesäinen minigolf-turnaus sekä mölkky-, keila- ja biljarditurnaukset. Perinteisiä Avomielin-marrasiltamia ei koronatilanteen vuoksi voitu vuonna 2020 järjestää.

Jäsenten toivomuksesta yhdistys tarjoaa myös teemaluentoja ja tietoiskuja mielenkiintoisista aiheista. Vuonna 2020 erityisesti **Kuluttajaliiton maaliskuinen luento digihuijauksien tunnistamisesta ja niiltä suojautumisesta** kiinnosti monia ja antoi hyödyllistä tietoa karvislaisille. Myös eri opiskelijoiden sekä vapaaehtoisten harjoittelujaksoillaan vuoden aikana toteuttamat lukuisat virkistys-, teema- ja toiminta- ja musiikkituokiot olivat erittäin toivottuja ja tarjosivat jokaiselle mahdollisuuden osallistua ja virkistyä Karvisen kohtaamispaikassa.

6.4 Ruokailijatilastot

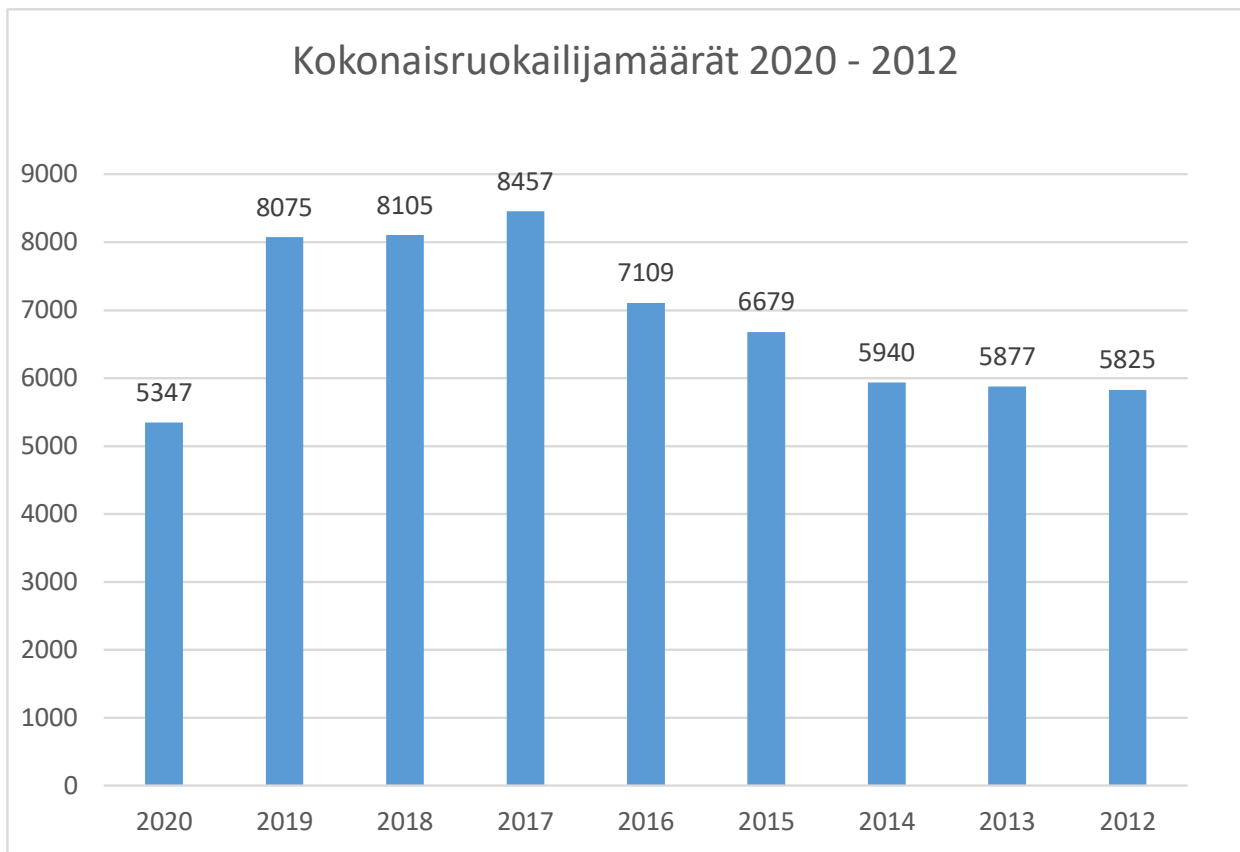
Yhdistyksen keittiöllä on jo pitkät perinteet edullisen ja maittavan lounasruokailun toteuttamisesta. Yhteisöllisen ruokailun merkitys on erittäin tärkeää monen kuntoutujan elämänlaadulle sekä fyysisen hyvinvoinnin kannalta että sosiaalisena tapahtumana ja se näkyy kiitettävänä arvioina myös vuosittaisessa kävijäkyselyssä. Lounaan hinta pyritään pitämään edullisena ja vuonna 2020 Karvisen keittiö valmisti kävijöille terveellistä ja täyttävää kotiruokaa neljän euron omakustannushintaan sisältäen pääruuan lisukkeineen, juoman, leivän sekä jälkiruuan tai kahvin ja pullan. Lauantaisin tarjolla oli keittolounas vain 2 €/annos.

Vuosi 2020 oli poikkeuksellinen myös Karvisen keittiön toiminnalle. Kevään koronasulun aikana 18.3.-31.5.2020 lounasruokailua ei ollut mahdollista järjestää ja samalla jäivät väliin myös perinteiset pääsiäisateriat ja vapun kevätherkuttelut. Kun Karvisen kohtaamispaikka kesäkuun alussa jälleen avattiin, otettiin ruokasalissa käyttöön tehostetut turvatoimet. Joka toinen istumapaikka poistettiin käytöstä riittävien turvavälien mahdollistamiseksi, siivousta tehostettiin, hygieniaohjeistusta ja käsidesiä lisättiin saataville ja itseannostelusta luovuttiin lounaslisäkkeiden osalta.

Juhannusta voitiin kuitenkin juhlia turvallisesti yhdessä Karvisen viihtyisällä pihalla nauttien keittiön valmistamasta maistuvasta grilliateriasta ja iloisesta tunnelmasta. Kesäkaudella keittiö varusti myös monille karvislaisten luontoretkille mukaan ruokaisat eväät ja huomioi vuoden

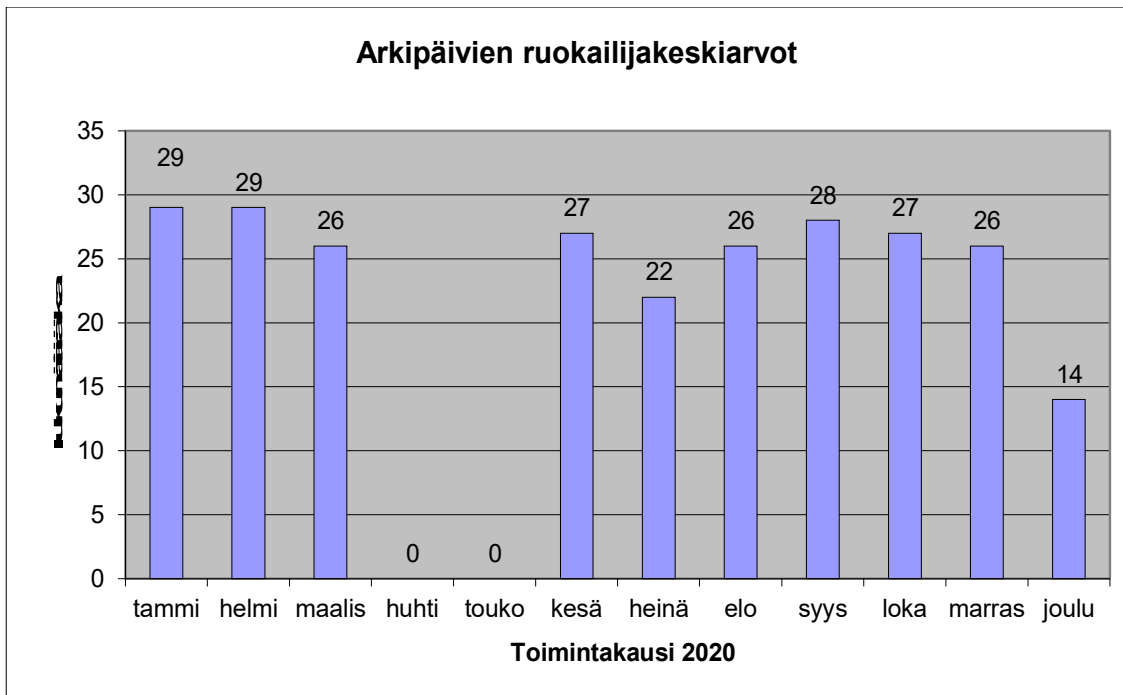
kuluessa tarjoiluissaan myös mm. ystävänpäivän, naistenpäivän, laskiaisen, isänpäivän yms. merkkipäivät. **Uusien koronarajoitusten myötä joulukuussa väliin jäivät kuitenkin pikkujoulut ja puurojuhla, ja Karvisen keittiö siirtyi valmistamaan aterioita noutoruokailuna. Myös perinteinen jouluateria jouduttiin varotoimien vuoksi toteuttamaan noutoruokailuna.**

Kevään koronasulku, ruokasalin paikkojen puolittaminen ja loppuvuoden noutoruokailuun siirtyminen vaikuttivat luonnollisesti laskevasti ruokailijamääriin. Tukiyhdistys Karvisessa **ruokaili vuonna 2020 yhteensä 5.347 kävijää**. Seuraava diagrammi osoittaa kokonaisruokailijamäärien kehityksen viime vuosina.



Kaavio 4. Kokonaisruokailijamäärät vuosina 2012-2020.

Seuraava diagrammi osoittaa ruokailijamäärien arkipäivien keskiarvon vuonna 2020.



Kaavio 5. Arkipäivien ruokailijamäärän keskiarvo 2020.

Koko vuoden osalta tilastoidut ruokailijamäärien keskiarvot olivat: *keskimäärin 25 ruokailijaa/arkipäivä ja 12 ruokailijaa/lauantai*. Joulukuussa Karvisen keittiö valmisti lounasta ainoastaan mukaan noudettavaksi, ja kaavion lukema joulukuun osalta kuvaa noutoannosten päiväkohtaista keskiarvomäärää.

7. TIEDOTTAMINEN

Vuonna 2020 ilmestyi kolme jäsentiedotetta/-kirjettä, joilla informoitiin jäseniä Karvisen toiminnasta, ryhmistä, tapahtumista ja retkistä sekä koronatilanteen vaikutuksista toimintaan. Jäsenkirje jaettiin jäsenille postitse ja se oli luettavissa Karvisen kohtaamispaikassa. Jäsenkirje postitettiin myös tärkeimmille yhteistyötahoille. Kaikki jäseninformaatio oli luettavissa myös Karvisen kotisivuilla (www.tukiyhdistyskarvinen.fi) ja sosiaalisessa mediassa (www.facebook.com/tukiyhdistyskarvinen) sekä kohtaamispaikan ilmoitustauluilla. Nuorten aikuisten ryhmän toiminnasta tiedotettiin myös WhatsApp-ryhmän kautta. Lisäksi tiedotusta

täydennettiin säännöllisin Instagram-julkaisuin. Loppuvuodesta 2020 käynnistettiin Karvisen kotisivujen uudistus ja uudet sivut otettiin käyttöön seuraavan vuoden alussa.

Sisäistä tiedotusta täydennettiin vuonna 2020 jatkamalla säännöllisiä yhteisökokouksia joka kuukauden ensimmäisenä keskiviikkona. Yhteisökokouksissa tiedotetaan yhteisöä koskevista ajankohtaisista asioista ja hallituksen tekemistä päätöksistä, vastataan kävijöiden esittämiin kysymyksiin ja otetaan vastaan palautetta ja toivomuksia hallituksen kokouksissa käsiteltäväksi. Tiedon välityksen lisäksi yhteisökokouksien tarkoituksena on tarjota jäsenille myös keskustelufoorumi yhteisiin asioihin ja yksi vaikuttamisväylä lisää yhdistyksen toimintaan. Vuonna 2020 Karvinen piti kymmenen yhteisökokousta.

Toimintaan tutustuville tahoille, uusille jäsenille, yhteistyökumppaneille ja verkostoille kertoo yhdistyksen toiminnasta ajantasainen perusesite sekä "Tervetuloa Karvisen toimintaan"-infolehtinen yhteystietoineen ja viikko-ohjelmineen. Käytössä on myös kokemus-asiantuntijavoimin tehty esittelyvideo, joka on esillä sekä yhdistyksen kotisivuilla että Youtube:ssa. Kuntoutujien ja läheisten lisäksi Karvisen toimintaan kävi tutustumassa myös sosiaali- ja terveysalan ammattilaisia ja opiskelijoita. Vuonna 2020 Karvisessa kirjattiin yhteensä 171 tutustujaa.

Tukiyhdistys Karvinen toimitti ja julkaisi vuonna 2020 yhdessä muiden Avomielin-yhdistysten kanssa (Espoon Mielenterveysyhdistys EMY ry, Vantaan Mielenterveysyhdistys Hyvät Tuulet ry, Tukiyhdistys Majakka ry ja Helmi ry) *Avomielin-lehteä*, jota oli jäsenille jaossa Karvisen kohtaamispaikassa. Lisäksi lehteä toimitettiin yhteistyökumppaneille, kaupungin kirjastoihin sekä kaikille MTKL:n jäsenyhdistyksille. Tukiyhdistys Karvinen jakoi Avomielin-lehteä myös tutustujille sekä kohtaamispaikassa että toimipaikkavierailuissa.

Tukiyhdistys Karvinen osallistui jälleen marraskuussa *Mielenterveysmessuille*, jotka toteutettiin tällä kertaa virtuaalisesti. Kansalaisareenan vapaaehtoistoiminnan messut, kaupunginosatapahtumat ja monet muutkin normaaliin vuosiohjelmaan kuuluvat verkosto- ja yleisötapahtumat oli peruutettu koronavarotoimien vuoksi. Karvinen kävi kuitenkin kutsuttuna esittelemässä toimintaansa myös julkisen sektorin yksiköissä kuten esimerkiksi Auroran sairaalassa, Laakson psykiatrisella poliklinikalla ja Malmin sosiaalitoimessa.

8. VAPAAEHTOISTYÖ

Tukiyhdistys Karvinen ry:n toiminta perustuu vahvalle vapaaehtoistoimijuudelle. Jäsenten oma panos onkin toiminnan kantava voima, sillä työsuhteessa olevia ohjaajia on vain kaksi. Kansalaistoiminnan ja yhdessä tekemisen henki ovat Karvisessa vahvasti läsnä. Vapaaehtoistyöhön osallistuu Karvisessa säännöllisesti noin 40 henkilöä. Toimintaan osallistumisen lisäksi mahdollisuus osallistua myös sen tuottamiseen on monelle palkitseva ja voimaannuttava kokemus.

Vuonna 2020 kohtaamispaikan lukuisat säännöllisesti kokoontuvat harrastuskerhot ja vertaisryhmät toimivat aktiivisesti vapaaehtoisten ohjaamina. Vapaaehtoistyönä suoritettiin muun muassa kaksi kertaa viikossa tapahtunut leivänjakelu, osallistuttiin keittiö- ja siivoustöihin, tehtiin nikkarointi- ja kunnostustöitä, autettiin postituksissa, tapahtumien ja tilaisuuksien järjestelyissä sekä piha-alueen ja kasvien hoidossa. Lisäksi psykoterapeutti tarjosi vapaaehtoistyönä ratkaisukeskeistä yksilöpsykoterapiaa kuntoutujille sekä tarvittaessa työnohjausta Karvisen työntekijöille. Vapaaehtoisia tarvittiin myös EU-ruoka-aputoimitusten vastaanottamisessa ja ruokakassien pakkaamisessa. Ruoka-apua jaettiin Karvisesta vuonna 2020 noin 400 kassillista.

Vapaaehtoistyöntekijöiden jaksaminen ja tyytyväisyys tehtävänsä on meille erittäin tärkeää ja sitä mitataan vuosittain erillisellä tyytyväisyyskyselyllä, jonka tulosten pohjalta yhdistys kehittää vapaaehtoisille suunnattavaa tukea. Tavoitteena on, että kaikki yhdistyksen toimintaa toteuttamassa olevat vapaaehtoiset kokevat tehtävänsä mielekkäiksi ja yhdistyksen antaman tuen riittäväksi. Vuoden 2020 kyselyn tulokset osoittivat, että vapaaehtoistyö koetaan palkitsevaksi ja Karvisen toiminnan arvioidaan edistävän elämänlaatua merkittävästi.

Vuonna 2020 Karvinen järjesti vapaaehtoisilleen syyskuussa virkistyspäivän Kuusijärvellä sekä tarjosi useita teemallisia koulutuksia ryhmänohjaajille. (ks. 10. TOIMINNAN KEHITTÄMINEN).

9. YHTEISTYÖ

Tukiyhdistys Karvinen ry:n toimintaan kuuluu mielenterveyskuntoutujien edunvalvonta yhteistyössä Mielenterveyden Keskusliiton ja alan muiden järjestöjen kanssa. Yhdistys ottaa kantaa

kuntoutujien asioihin, tukee ja avustaa jäseniä etujen hoitamisessa ja on tarvittaessa mukana myös potilaiden kotiuttamisasioissa ja yhteistyöverkoston luomisessa. Yhdistys pyrkii tarjoamaan mahdollisimman monelle kuntoutujalle edellytykset vertaistukitoimintaan sekä mielekästä tekemistä niin osallistujana kuin toteuttajanakin.

Yhdistyksen toimintaedellytyksiä vahvistetaan toimivilla ja vakiintuneilla yhteistyökuvioilla sekä pysymällä avoimena uusille yhteistyökumppaneille ja -malleille. Yhteistyöllä pyritään laaja-alaisempaan vaikuttamiseen, yhdistyksen oman toiminnan kehittämiseen ja kaikkien yhteistyökumppaneiden kannalta hyödylliseksi koettuun asiantuntemuksen ja resurssien järkevään jakautumiseen.

Tukiyhdistys Karvinen ry oli mukana Avomielin-yhteistyössä pääkaupunkiseudun mielenterveysyhdistysten (Espoon Mielenterveysyhdistys EMY ry, Vantaan Hyvät Tuulet ry, Tukiyhdistys Majakka ry ja Helmi ry) kanssa. Vuonna 2020 Tukiyhdistys Karvinen oli mukana toimittamassa Avomielin-lehteä, julkaisemassa Avomielin-kotisivuja ja järjestämässä mielenterveysmessuja. Avomielin-kumppaneiden kanssa järjestettiin vuoden aikana myös biljardi-, minigolf-, mölkky-, keilailu- ja onkiturnaukset. Koronatilanteen vuoksi Avomielin-yhteistyö päätti kuitenkin jättää järjestämättä perinteiset luottamushenkilö- ja työntekijätapaamiset. Myöskään Marrasiltamia ei järjestetty. Säännöllisiä Avomielin-kokouksia pidettiin vuoden aikana kolme, lisäksi kokoonnuttiin useita kertoja työkokouksiin lehden toimituskunnan, messutyöryhmän ja muiden tapahtumien järjestelytiimien kesken. Suurin osa tapaamisista toteutettiin etäkokouksina.

Säännöllistä yhteistyötä on tehty myös pääkaupunkiseudun laajemman verkoston, kuten muiden kolmannen sektorin, Helsingin kaupungin, erityissairaanhoidon ja seurakunnan organisaatioiden kanssa. Vuonna 2020 maaliskuussa Karvinen osallistui mielenterveystoipilaille, sairaalan henkilökunnalle ja omaisille järjestettyyn Aurora-päivään ja itsemurhan tehneiden muistoksi järjestettyyn Kynttilä-tapahtumaan marraskuussa, mutta perinteinen mielenterveystoimijoiden Iloliikkuja-tapahtuma jäi koronatilanteen vuoksi toteuttamatta.

Karvinen on tunnettu malmilainen toimija ja osallistuu säännöllisesti kolmatta sektoria, julkista palvelua, yritys-elämää ja kuntalaisia yhdistävään kaupunginosayhteistyöhön. Vuonna 2020

perinteinen Malmi-päivä päätettiin koronatilanteen vuoksi jättää toteuttamatta, mutta vielä maaliskuussa 2020 Karvinen esitteli toimintaansa mm. Malmin sosiaalitoimen järjestöpäivillä. Osallistuimme myös syyskuussa malmilaisten mielenterveystoimijoiden yhteistyöpalaveriin, jonka tarkoituksena oli jakaa hyviä käytäntöjä ja suunnitella uusia keinoja kuntoutujien tukemiseksi korona-aikana. Malmin seurakunnan kokoonkutsumassa tapaamisessa oli mukana myös psykiatrisen poliklinikan edustajia sekä muita kolmannen sektorin toimijoita.

Yhteistyötä tehtiin vuonna 2020 myös päihdekuntoutuksen kanssa. Karvisessa kokoontui keskiviikkoiltapäivisin vertaistukea päihhteettömyyteen tarjoava ”Kelmien kerho”, jossa kerran kuukaudessa vierailivat myös pohjoisen jalkautuvan päihdetyön Jelpin ohjaajat. Päihdepolin ohjaajien säännöllinen käyntirytmä tarjosi karvislaisille myös mahdollisuuden keskustella luottamuksellisesti omasta tai läheisten päihhteiden käytöstä ja saada tarvittavaa ohjausta. Karvisen päihhteetöntä vertaistoimintaa tukee hyvin myös aina tiistai-iltaisina Karvisessa kokoontuva AA-ryhmä. Toiminnallista yhteistyötä oli myös Malmilla A-killan yhteydessä toimivan Ogelin kerhon kanssa.

Tukiyhdistys Karvinen ry tekee hyvää oppilaitosyhteistyötä mm. Diakin, Laurean, Metropolian, Diakoniaopiston ja Stadin ammattiopiston kanssa. Vuonna 2020 Tukiyhdistys Karvinen tarjosi pitkän työharjoittelupaikan neljälle sosiaalialan opiskelijalle ja kävi myös itse esittelemässä toimintaansa Laurean järjestötorilla. Oppilaitosten opiskelijat ovat aktiivisesti osallistuneet Karvisen toimintaan harjoittelujaksojen ja tapahtumien yhteydessä, tehneet kehittämistehtäviä sekä perehtyneet vertaistuen ja kokemusasiantuntijuuden merkitykseen mielenterveystyössä. Mieleenpainuvia opiskelijavetoisia tapahtumia olivat mm. helmikuiset vesiliikuntaohjaukset sekä maaliskuinen frisbee-golfpäivä.

Tukiyhdistys Karvinen seuraa yhteistyöverkoston näkemyksiä yhteistyön laadusta ja kerää palautetta kumppaneiltaan yhteistyön ja yhdistyksen edelleen kehittämiseksi. Kyselytutkimus yhteistyökumppaneille lähetetään joka vuosi ja toteutettiin jälleen loppuvuodesta 2020. Yhteistyökyselyn tulosten mukaan yhteistyötä Tukiyhdistys Karvisen kanssa pidetään hyödyllisenä ja Karvisen toiminnan arvioidaan edistävän kuntoutujien elämänlaatua merkittävästi.

10. TOIMINNAN KEHITTÄMINEN JA LAADUN ARVIOINTI

Tukiyhdistys Karvinen jatkoi vuonna 2020 toimintansa laadun systemaattista arviointia ja kehittämistä. Perustan toiminnan seurannalle antavat jo vuonna 2011 strategiatyön pohjalta määritellyt ja julkaistut Karvisen arvot, missio, visio, ydintavoitteet ja tehtävät. Toiminnan laadun arvioimiseksi on määritelty mittareita sekä toimenpidetavoitteiden että tulostavoitteiden mittaamiseksi.

Toiminnan laadun ja tuloksellisuuden arviointi tapahtuu **vuosittain toteutettavan kävijäkyselyn** avulla. Ensimmäinen kysely, jolla kerättiin palautetta ja mitattiin Tukiyhdistys Karvisen toiminnan merkitystä kävijöiden elämänlaadulle, toteutettiin jo vuonna 2011. Vuonna 2018 *Tuuli Härän* opinnäytetyö *”Hyvä näkyväksi” - Mittareiden kehittäminen helsinkiläisessä mielenterveystukiyhdistyksessä tuloksellisuuden ja vaikuttavuuden todistamiseksi* esitteli tarkennetut mittarit niin elämänlaadun kuin osallistujatilastoinninkin osalta.

Tehdyn kehittämistyön pohjalta **STEAn tuloksellisuus- ja vaikuttavuusarvioinnin mukaan Tukiyhdistys Karvisen toiminnan tuloksellisuus on hyvällä tasolla ja toiminnan kohderyhmää on tavoitettu hyvin.**

Vuonna 2020 suoritettujen kävijäkyselyjen tulokset verrattuna edellisen ja aiempien vuosien tuloksiin osoittavat Karvisen toiminnan pysyneen kiitettävällä tasolla kaikkien mittareiden osalta. Kyselyjen tuloksia käytetään toiminnan kehittämiseen ja seuraavan vuoden toiminnan suunnitteluun. Kävijäkyselyjen tuloksista tehdään vuosittain erillinen raportti ja se julkaistaan ja esitellään yhteisökokouksessa.

Kävijäkyselyn lisäksi Tukiyhdistys kerää vuosittain tietoa laadun kehittämiseen erikseen myös yhdistyksen vertaisohjaajilta ja muilta vapaaehtoistoimijoilta, työntekijöiltä sekä tärkeimmiltä yhteistyökumppaneilta. Kaikkien kyselyiden ja mittareiden tuloksia käydään läpi jokavuotisessa hallituksen ja vakituisten työntekijöiden yhteisessä kehittämispäivässä, jossa tulosten pohjalta suunnitellaan kehittämistoimenpiteitä seuraavan vuoden toimintasuunnitelmaan. Vuonna 2020 kehittämispäivä pidettiin 26.8. Tuusulan Onnelassa. Kehittämispäivän työskentelyssä yhdistyksen

toimintaa arvioidaan myös SWOT-analyysin (Strengths, Weaknesses, Opportunities, Threats) sekä muiden itsearviointityökalujen avulla.

Yhdistyksen toiminnan kehittämisen rinnalla on **tärkeää kehittää ja ylläpitää** sekä työntekijöiden että luottamushenkilöiden **osaamista ja työssä jaksamista**. Vuonna 2020 yhdistyksen työntekijät viettivät työhyvinvointipäivää 26.6. ulkoillen Helsingin Isosaarella. Vuonna 2020 Karvisen työntekijöitä ja luottamushenkilöitä osallistui myös seuraaviin koulutuksiin ja seminaareihin: KUMAJA -kumppanuusverkostoinfot, SOSTE:n sote-koulutus ja webinaari, Instagram-koulutus, STEA:n koulutukset sote-uudistuksesta ja tuloraportoinnista, kirjoittamisen starttikurssi, Helsingin kaupungin iso talopaja -info, Avomielin-verkkokoulutus, MTKL:n Hevari-voimavarakoulutus sekä istumajooga-ohjaajakoulutus. Lisäksi syyskuussa Karvisen vapaaehtoiset viettivät yhteistä virkistyspäivää Kuusijärven ulkoilualueella.

11. TALOUS

Tukiyhdistys Karvinen ry:n toimintaa rahoittivat vuonna 2020 Sosiaali- ja terveystieteiden avustuskeskus STEA (138 000 €) ja Helsingin kaupungin sosiaali- ja terveystieteiden virasto (32 000 €). Lisäksi tukea on saatu liikuntavirastolta (2 000 €) liikunnan tukemiseen.

Yhdistyksen kirjanpidon vuonna 2020 on hoitanut Tilihelsinki Oy. Taloudenhoitajana toimi Tuula Mustola. Tilintarkastuksen vuoden 2020 tilinpäätöksestä toimitti Auditus Tilintarkastus Oy päävastuullisena tilintarkastajanaan HT Antti Tusa. Hallitus on valvonut talousasioita säännöllisesti toiminnanjohtajan kanssa.