



TOIMINTASUUNNITELMA 2023
TUKIYHDISTYS KARVINEN RY

SISÄLTÖ

<u>1. JOHDANTO.....</u>	<u>3</u>
<u>2. HALLITUS.....</u>	<u>4</u>
<u>3. TOIMIHENKILÖT.....</u>	<u>4</u>
<u>4. VIESTINTÄ.....</u>	<u>5</u>
<u>5. KEHITTÄMINEN, TOIMINNAN ARVIOINTI, LAATU JA KOULUTUS.....</u>	<u>6</u>
<u>6. KÄVIJÄTOIMINNOT.....</u>	<u>7</u>
<u>7. VAPAAEHTOISTYÖ.....</u>	<u>8</u>
<u>8. YHTEISTYÖ.....</u>	<u>8</u>
<u>9. TALOUS.....</u>	<u>9</u>

1. JOHDANTO

Yhdistys sai alkunsa 26.4.1996 Psyykkiset ry:n, Mielen terveyden Keskusliiton sekä Koillisen mielen terveysyksikön yhteistyöprojektina. Projektin ("*Tuki, työ ja toiminta* - vertaistuellalla työllisyyteen") lopputuloksena syntyi Tukiyhdistys Karvinen ry. Yhdistys rekisteröitiin ja se liittyi Mielen terveyden Keskusliiton jäsenjärjestykseksi 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 **toiminnan tarkoituksena on edistää mielen terveyskuntoutujien ja heidän läheistensä elämänlaatua. Yhdistys edistää toiminnallaan mielen hyvinvointia ja ennaltaehkäisee mielen terveysongelmia tarjoamalla vertaistuki-, virkistys- ja kerhotoimintaa sekä monipuolisia mahdollisuuksia vapaaehtoistyöhön.** Yhdistyksen toimintaan kuuluu myös kuntoutujien palveluohjausta, etujen valvontaa ja yhteiskunnalliseen asenneilmastoon vaikuttamista. Joka arkipäivä kohtaamispaikassa kokoontuu useita aktiivisesti toimivia vertaisryhmiä. Jäsenet ovat erittäin tiiviisti mukana toiminnassa; sekä järjestämässä että osallistumassa. Toiminnan sisällössä korostuvat kävijöiden tarpeista ja toiveista lähtevä toiminta ja palvelut. Karvinen tarjoaa kuntoutujille edullista ruokailua, vertaistukea, mukavaa yhteistä tekemistä ja ohjausta **ympäri vuoden.**

Karvisen **toimitilat** sijaitsevat hyvien kulkuyhteyksien varrella Malmilla, osoitteessa Malmin raitti 19. Viihtyisät ja toimivat tilat erillistalossa sekä viherpiha kasvimaaineen antavat hyvät puitteet suunnitella ja toteuttaa monipuolista vertaistoimintaa sekä toivottaa tervetulleiksi myös tutustujia ja uusia jäseniä. Tukiyhdistyksen toiminta palvelee pääasiassa Koillis-Helsingin alueella asuvia. Alueen väestöpohja on noin 160.000 henkilöä ja kasvaa edelleen. Lisäksi kävijöitä tulee myös muualta pääkaupunkiseudulta ja sen lähialueilta.

Yhdistystä kehitetään **avoimena matalan kynnyksen kansalaisjärjestönä**, jonka toimintaan pääsevät osallistumaan sekä jäsenet että jäsenyyttä vasta harkitsevat. Toiminnan kehittämisessä linjan muodostavat Karvisen **arvot, missio, visio sekä toiminnan tavoitteet.** Toiminnan **tuloksellisuutta mitataan** erilaisten osallistujatilastojen sekä kävijöille, vapaaehtoisille, henkilöstölle ja yhteistyökumppaneille suunnattujen kyselyiden avulla. Erityisesti kävijöiden antama palaute ja arvio toiminnan eri osa-alueista sekä sen merkityksestä elämänlaadulle tuovat esiin niitä kehittämiskohteita, joihin kullakin toimintakaudella panostetaan. Tällä tavoin **yhdistyksen kehittämiseen voivat osallistua kaikki sen kävijät.** Pyrkimyksenä on, että kävijöille vahvistuu ymmärrys omasta osallisuudestaan ja vaikutusmahdollisuuksistaan yhdistyksen toiminnassa.

Tukiyhdistys Karvinen ry toteuttaa laadukkaasti omaa perustehtäväänsä ja tekee **toimintaansa näkyväksi osallistumalla aktiivisesti verkostoyhteistyöhön yli sektori-rajojen.**

Tähän toimintasuunnitelmaan on sisällytetty vuoden 2022 kehittämispäivässä viimeisimmän kävijäkyselyn tulosten, vapaaehtoisille, henkilöstölle ja yhteistyökumppaneille tehtyjen kyselyiden sekä yhdistyksen itsearviointin pohjalta sovitut kehittämistoimenpiteet. **Vuoden 2023 toimintasuunnitelma ja talousarvio on tehty olettaen, että koronapandemia ei rajoita yhdistyksen toimintaa, vaan sitä pystytään toteuttamaan normaalisti. Tarvittaessa toimintaa kuitenkin sopeutetaan tilanteen vaatimalla tavalla.**

2. HALLITUS

Päätösvaltaa Tukiyhdistys Karvinen ry:ssä käyttää vuosikokouksen valitsema hallitus. Tukiyhdistys Karvisen sääntöjen 6 §:n mukaan hallitukseen voidaan valita puheenjohtajan lisäksi 3-5 muuta varsinaista jäsentä ja 0-3 varajäsentä. Hallituksen toimintakausi on kalenterivuosi. Hallitus toimii yhdistyksen toimeenpanevana elimenä. Hallitus kokoontuu määräajoin tai tarpeen mukaan ja pitää vähintään yhden kehittämispäivän toimintakaudessa yhdessä toiminnanjohtajan ja sosiaaliohjaajan kanssa. Vastuualueittain hallitukseen kuuluvat puheenjohtaja, varapuheenjohtaja, taloudenhoitaja ja sihteeri. Taloudenhoitaja vastaa yhdistyksen talouden seurannasta. Hallitus käyttää talousasioissa ylintä päätäntävaltaa yhdistyksen taloussäännön mukaisesti. Hallitus ylläpitää ja kehittää yhteistyötä yhdistyksen toiminnan kannalta tärkeiden yhteistyötahojen kanssa.

Osallistujalähtöisyys on Tukiyhdistys Karvisen hallituksen toiminnan perusta ja sen mukaisesti Karvisessa panostetaan erityisesti kävijöiden osallisuuden ja vaikutusmahdollisuuksien vahvistamiseen sekä osallistujien kokemusten ja palautteen keräämiseen toiminnan ohjauksen perustaksi. Toimintakaudella 2023 yhdistyksessä **jatkuvat kerran kuukaudessa osallisuutta vahvistavat yhteisökokoukset**, joissa kerrotaan hallituksen tekemistä päätöksistä ja tulevista toiminnoista sekä kirjataan kävijöiden palautetta ja ehdotuksia seuraavassa hallituksen kokouksessa käsiteltäviksi. Palautetta ja kysymyksiä voi jättää myös nimettömänä palautelaatikkoon. Kaikkeen saatuun palautteeseen myös vastataan yhteisökokouksien yhteydessä.

3. TOIMIHENKILÖT

Tukiyhdistys Karvisella on vakituudessa työsuhhteessa kolme työntekijää; toiminnanjohtaja, sosiaaliohjaaja ja vastaava kokki. Lisäksi yhdistyksessä työskentelevät toinen kokki ja järjestöapulainen määräaikaissa työsuhhteissa palkkatuen turvin työllistettyinä.

Toiminnanjohtaja toteuttaa yhdessä sosiaaliohjaajan kanssa hallituksen päätökset sekä hankkii tietoa hallituksen päätösten pohjaksi. Hän valmisteleo yhdistyksen vuosikiertoon ja avustusten hakemiseen ja raportointiin liittyvät dokumentit hallitukselle. Toiminnanjohtaja osallistuu sekä rahoittajien että muiden, yhdistyksen toiminnan kannalta relevanttien tahojen, järjestämiin koulutuksiin, seuraa näiden tiedotusta ja ottaa ne huomioon toiminnan ohjauksessa. Toiminnanjohtaja vastaa kävijöiden tukemisesta sekä jäsenasioiden hoitamisesta. Toiminnanjohtaja vastaa osaltaan myös yhdistyksen toiminnan ulkoisesta viestinnästä ja yhteistyön rakentamisesta verkostoissa.

Sosiaaliohjaajan vastuulla on erilaisten toimistotöiden lisäksi kävijöiden ohjaus ja neuvonta. Hän vastaa toimintaa mittaavien indikaattoreiden keräämisestä sekä tuloksellisuus- ja vaikuttavuusraportoinnista. Lisäksi sosiaaliohjaaja toimii toiminnanjohtajan sijaisena ja vastaa omalta osaltaan tapahtumien ja retkien toteutuksesta, sisäisestä ja verkko- viestinnästä sekä muista yhdistyksen toimintaan liittyvistä järjestelyistä.

Karvisen kokkien vastuulla on ruoanlaiton ja muiden keittiötöiden ohella ruokalistojen suunnittelu, tukkutilaukset, kuluseuranta, omavalvonta ja keittiöhygienia. Toiminnanjohtajan esimiehenä toimii hallituksen puheenjohtaja; sosiaaliohjaajan ja keittiötyöntekijöiden toiminnanjohtaja.

4. VIESTINTÄ

Tukiyhdistyksen viestintä **ylläpitää ja vahvistaa mielikuvaa Karvisesta osaavana ja arvostettuna** vapaaehtoistyöhön ja kansalaistoimintaan nojautuvana mielenterveysyhdistyksenä. Tukiyhdistys Karvisen viestintä palvelee kuntoutujia, heidän lähipiiriään, tutustujia sekä yhteistyöverkoston eri toimijoita. Toimintakaudella 2023 viestinnässä jatketaan säännöllistä tiedottamista sekä perinteisesti että sähköisesti.

Tärkeä väline yhdistyksen ja jäsenten välisessä tiedotustoiminnassa on kolme - neljä kertaa vuodessa ilmestyvä **jäsenkirje**. Kirjeellä tiedotetaan jäsenille Karvisen tulevasta toiminnasta ja tapahtumista. Jäsenkirje postitetaan **myös yhteistyökumppaneille** ja se on lisäksi luettavissa Karvisen kotisivuilla. Jäsenkirjeiden ilmestymisen välillä tiedotetaan ajankohtaisista asioista kohtaamispaikan **ilmoitustauluilla** sekä irrallisilla **tiedotteilla**. Kohtaamispaikan eteisaulassa on lisäksi nähtävillä **kuukausikohtainen tapahtumakalenteri**.

Sähköisen median osalta Karvisen kotisivut, **facebook-sivut ja instagram** päivitetään säännöllisesti viikoittain. Tukiyhdistys Karvisen uusittuja **kotisivuja päivitetään ajantasaisesti ja niiden kautta käyttäjillä on myös helppo yhteys sekä Karvisen facebook-sivuille että virtuaalisen kohtaamispaikan chattiin, jota Karvinen ylläpitää yhdessä Avomielin-kumppaneiden kanssa**. Karvisen **toiminnasta on tehty myös oma esittelyvideo. Sen lisäksi** tietoa Karvisen toiminnasta löytyy myös yhteistyökumppaneiden kotisivuilta kuten esim. **HUS:n virtuaalisesta Mielenterveystalosta ja Vertaistalosta** ja Avomielin-kotisivuilta.

Toimintakaudella 2023 jatketaan myös Tukiyhdistys Karvisen hallituksen osallistavaa kävijätiedotusta. Joka kuukauden ensimmäisenä keskiviikkona pidetään **yhteisökokous**, jossa Karvisen hallitus tiedottaa tekemistään päätöksistä sekä ottaa vastaan kävijöiden palautetta ja kysymyksiä seuraavassa hallituksen kokouksessa käsiteltäviksi. Lisäksi näiden **yhteisökokouksien** aikana Karvisen henkilökunta informoi kävijöitä **ajankohtaisista asioista suullisesti** kirjallista tapahtumatiedotusta täydentäen.

Toimintakaudella 2023 Karvinen huolehtii näkyvyydestään myös osallistumalla aktiivisesti niin mielenterveyskuntoutujille suunnattuihin **tapahtumiin** (esim. *Mielenterveismessut, Aurora-päivä, Aurora User's Forum, Iloliikkuja-tapahtuma, HUS Psykiatrian Henkireikä-tapahtuma* sekä erilaiset vertaistuki- ja kokemusasiantuntija-tapahtumat) kuin muihinkin toimintaamme läheisesti liittyviin tapahtumiin (esim. *Kynttilä-tapahtuma, vapaaehtoistyön Volunteer-messut, Malmi-päivä*). Tapahtumanäkyvyyttä lisää "Hyvää mieltä Karvisesta"-teemaa esille tuova roll-up messubanneri.

Tiedotusta Tukiyhdistys Karvisen toiminnasta suunnataan myös **verkostotoimijoille**, mm. päiväsairaalaan, psykiatria- ja päihdepoliklinikoille, Helsingin A-kiltaan, Malmin sairaalaan, Auroran sairaalaan, Mielenterveyden Keskusliiton tietopalvelupisteeseen, Niemikotisäätiölle, Lilinkotisäätiölle ja kriisipalveluihin. Karvinen on laajasti tunnettu pääkaupunkiseudun palveluntarjoajille ja vieraillee säännöllisesti eri yksiköissä kertomassa toiminnastaan. Vastaavasti myös kuntoutujia käy runsain mitoin ohjatusti tutustumassa Karvisen toimintaan. Tähän tarkoitukseen on käytössä **"Tervetuloa tutustumaan Karvisen toimintaan"-infollehtinen** yhteystietoineen ja ajantasaisine viikko-ohjelmineen. Yhdistyksen **päivitetty perusesite** kertoo myös toiminnan ydinasiat, ja siitä otetaan vuoden aikana tarvittaessa lisäpainoksia.

Avomielin-lehden julkaisemista jatketaan yhdessä Avomielin-yhdistysten kanssa. Avomielin-yhteistyössä lehteä toimittamassa mukana ovat: Tukiyhdistys Karvinen ry, Tukiyhdistys Majakka ry, Vantaan Hyvät Tuulet ry, Mielenterveysyhdistys Helmi ry ja Espoon Mielenterveysyhdistys EMY ry. Lehteä jaetaan Mielenterveysmessuilla, tutustujille, kirjastoihin, muihin yhdistyksiin sekä eri tapahtumien yhteydessä ympäri toimintavuoden ja se on luettavissa sähköisesti myös Karvisen kotisivujen välityksellä. Avomielin-yhteistyö ylläpitää myös Avomielin-chattia (discord) sekä **Avomielin-kotisivuja**, josta on linkit yhdistysten omille kotisivuille.

Toimintakaudella 2023 viestinnässä pidetään edelleen näkyvästi esillä Karvisen perusviestiä. **Karvisen motto, arvot, tavoitteet, toiminnan missio ja visio ilmaisevat sen tiivistetysti** yhdistyksen jäsenille, rahoittajille ja muille sidosryhmille. Yhdessä ne muodostavat pysyvän perustan toimintasuunnitelmille.

5. KEHITTÄMINEN, TOIMINNAN ARVIOINTI, LAATU JA KOULUTUS

Tukiyhdistys Karvisen hallitus pitää yhdessä toiminnanjohtajan ja sosiaaliohjaajan kanssa vähintään yhden **kehittämispäivän** toimintakaudessa. Kehittämispäivän aikana hallituksen jäsenet käyvät läpi yhdistyksen toiminnan **itsearviointia**, osallistujatilastoja, toiminnan puitteita, rahoittajien ja muiden sidosryhmien odotuksia sekä kävijöille, vapaaehtoisille, henkilöstölle ja yhteistyötahoille suunnattujen **kyselyjen tuloksia** ja niistä toimintasuunnitelmaan nostettavia kehittämiskohteita ja tavoitteita.

Kävijöiden antama palaute ja arvio toiminnan eri osa-alueista sekä toiminnan **merkityksestä elämänlaadulle** tuovat esiin ne kehittämiskohteet, joihin kullakin toimintakaudella panostetaan. Näin kaikilla yhdistyksen toiminnassa mukana olevilla on mahdollisuus **osallistua toiminnan kehittämiseen**. Kävijäkyselyn seurantatietoa on kertynyt jo kymmenen vuoden ajalta. Vuonna 2022 kyselyä kehitettiin paremmin elämänlaadun muutosta kuvaavaksi. Tämän avulla toiminnan tuloksellisuutta arvioidaan myös vuonna 2023. Kyselyn tulosraportti on julkinen. Se esitellään kävijöille tulosten julkistamistilaisuudessa ja jää kohtaamispaikkaan luettavaksi. Sen tulokset raportoidaan yhdistyksen toiminnan **tuloksellisuuden ja vaikuttavuuden mittareina** myös rahoittajille, joiden päivittyvien linjausten mukaisesti myös Karvisen mittareita päivitetään. Lisäksi Tukiyhdistys **Karvinen on mukana STEA:n pilotissa** testaamassa ja raportoimassa uusia kehitettäviä toiminnan mittareita.

Yhdistys on jo kahdeksan vuoden ajan työskennellyt aktiivisesti myös nuorten aikuisten toiminnan kehittämiseksi. Tavoitteena on ollut aktivoida yhdistyksen nuorempi jäsenkunta, kehittää mielekäästä toimintaa nuorille yhdistystoimintaan hakeutuville kuntoutujille ja samalla pitää yhdistys ikärakenteeltaan elinvoimaisena myös tulevaisuudessa. Nuorille aikuisille kuntoutujille eli 18-35 vuotiaille tarjotaan omaa säännöllistä vertaisryhmätoimintaa sekä mahdollisuuksia kehittää toimintaa haluamaansa suuntaan. **Hallitus esittää jälleen jäsenkokoukselle vuoden 2023 jäsenmaksujen osalta 18-35 vuotiaille ilmaista jäsenyyttä ensimmäisen vuoden osalta.** Karvinen tekee myös yhteistyötä muiden mielenterveysjärjestöjen kanssa esimerkiksi nuorten kuntoutujien yhteistapahtumien järjestämiseksi sekä nuorten kuntoutujien toiminnan edelleen kehittämiseksi ja hyvien käytäntöjen jakamiseksi.

Laadukkaan toiminnan ylläpitämiseksi yhdistys sekä järjestää että koordinoi toimihenkilöiden ja jäsenten koulutusta ja osaamista. Sekä hallituksen edustajat että toiminnanjohtaja osallistuvat säännöllisesti STEAn ja muiden, toiminnan kannalta tärkeitä teemoja käsittelevien, tahojen koulutuksiin. Vastuuhenkilöiden koulutuksen tavoitteena on **erityisesti rahoitukseen, yhdistystoimintaan ja työssä tarvittaviin taitoihin liittyvän osaamisen** kehittäminen ja ylläpito. Lisäksi työntekijöillä on mahdollisuus säännölliseen **työn-ohjaukseen**. Myös **yhdistyksen vapaaehtoistyöntekijöille ja vertaisohjaajille** tarjotaan säännöllisesti omaa tehtävää tukevaa koulutusta.

6. KÄVIJÄTOIMINNOT

Toimintakaudella 2023 yhdistyksen kävijätoimintoja toteutetaan toiminnan tavoitteiden mukaisesti kävijäpalautteen perusteella ja monin osin myös yhteisön jäsenten itsensä toteuttamana toimintana.

Kaikessa vuonna 2023 toteutettavassa toiminnassa huomioidaan koronapandemian aiheuttamat rajoitukset ja varotoimet, mikäli niihin ilmenee edelleen tarvetta.

Tukiyhdistys Karvisen kohtaamispaikka pidetään auki **maanantaista perjantaihin klo 9-15 ympäri vuoden** ilman lomakauden sulkuja. Myös yhdistyksen **lounaskahvila** toimii kaikkina aukiolopäivinä tarjoten edullisen mahdollisuuden maittavaan ja täysipainoiseen ateriaan. **Lauantaisin** kohtaamispaikka pidetään auki klo 10-13 lokakuun alusta maaliskuun loppuun (6 kk), mikäli vapaaehtoisia lauantai-päivystäjiä ilmoittautuu riittävästi.

Toimintakaudella 2023 **retkiä, leirejä, erilaisia virkistys- ja kulttuuritapahtumia sekä vierailijaluentoja pyritään tarjoamaan monipuolisesti** resurssien antamissa puitteissa. Osa tapahtumista toteutetaan myös yhteistyössä muiden pääkaupunkiseudun mielen-terveysyhdistysten kanssa taloudellisista syistä ja hyvän yhteistyön ylläpitämiseksi. **Karvisen retkivastaava** pitää toimintakauden 2023 alussa retkitoiminnasta jäsenille keskustelu- ja infotilaisuuden. Suunnitteluun vaikuttaa myös aiemmista retkistä kerätty **osallistujapalaute**.

Toimintakaudella 2023 yhdistyksen ydintoimintamuotona jatkavat suositut **vertaistukiryhmät, joita kokoontuu** kohtaamispaikassa useita jokaisena arkipäivänä. Ryhmätoiminnassa jatketaan edelleen vakiintuneita keskustelu-, viihde- ja liikuntaryhmiä sekä kielellisiä että taide- ja kädentaitoja ylläpitäviä kerhoja. Osana yhdistyksen monipuolista liikuntatarjontaa Karvinen tarjoaa jäsenilleen edelleen viikottaisen veloitusettoman uintiryhmän ja kerran kuukaudessa allasvoimistelua Malmin uimahallissa. Myös uusia vertaisryhmiä voidaan joustavasti perustaa osallistujien ja vertaisohjaajien motivaation mukaisesti. Arjen toimintakykyä tukevana toimintana jatketaan myös suosittuja ruoanlaittokursseja Karvisen kokin ohjauksessa.

Vertaisohjaajien omaa jaksamista tuetaan tarjoamalla mahdollisuus käsitellä ryhmätilanteita ja saada ohjausta ryhmäilmiöiden käsittelyyn. Tukea omaan jaksamiseen on tarjolla työpäivien aikana yhdistyksen ohjaajien taholta ja ajanvarauksella vapaaehtoisena työskentelevältä psykoterapeutilta yksilöllisen tarpeen mukaan. **Ratkaisukeskeistä keskusteluapua** on tarjolla myös kaikille muille sitä tarvitseville kävijöille. Lisäksi vertaisohjaajilla on mahdollisuus hakeutua myös **vertaisohjaajakoulutuksiin**.

Karvisessa kokoontuu säännöllisesti myös ns. **”Kelmien kerho”**, jonka tarkoituksena on **tarjota vertaistukea ja ohjausta päihteettömyyteen**. Aiemmin vuosia päihdepolin tiloissa, toiminut ryhmä on siirtynyt luontevaksi osaksi Karvisen toimintaa ja jatkaa vakiintuneella paikallaan Karvisen kerhokalenterissa myös vuonna 2023. Helsingin päihdepalveluiden Jelpin eli pohjoisen alueen jalkautuvan päihdetyön sosiaaliohjaajat käyvät ohjaamassa kerhoa säännöllisesti kerran kuukaudessa. Tiistai-iltaisin Karvisessa kokoontuu myös AA-ryhmä.

7. VAPAAEHTOISTYÖ

Tukiyhdistys Karvisen toimintaa toteuttamassa on mukana kymmeniä sitoutuneita vapaaehtoisia, joiden panos yhteisölle on erittäin merkittävä.

Vapaaehtoistyöntekijöiden tyytyväisyys tehtäväänsä on tärkeää ja myös **vuonna 2023** Tukiyhdistys Karvinen **tarjoaa vapaaehtoisilleen kouluttautumisen- ja virkistäytymismahdollisuuksia sekä muuta jaksamista edistävää toimintaa. Vapaaehtoisten palautetta kerätään** vuosittain erillisellä tyytyväisyyskyselyllä, jonka tulosten pohjalta yhdistys **kehittää vapaaehtoisille suunnattavaa tukea**. Saadun palautteen perusteella Karvisen vapaaehtoiset kokevat Karvisen toiminnan palkitsevaksi; he pitävät tehtävistään ja kokevat saavansa arvostusta ja riittävästi ohjausta.

Tukiyhdistys Karvinen toteuttaa laadukkaasti perustehtävänsä ja on yhteisö, josta voimme kaikki olla ylpeitä. Ilman omaa yhteisöä ihmiset kokevat osattomuutta ja yksinäisyyttä, mutta **mielekkääseen yhteisöön kuulumisen ja sen hyväksi työskenteleminen** luo onnellisuutta, jolloin vapaaehtoistyö on jo itsessään **palkitsevaa**. Osallistujien oma panos, vapaaehtoistyö ja toisten huomioiminen edistävät entisestään Karvisen **vahvaa yhteisöllisyyttä** ja ovat koko toiminnan kantava voima. Lisäksi vapaaehtoisia värvätään myös oman kävijäkunnan ulkopuolelta esim. vapaaehtoismissuilla, esittelytapahtumista ja sosiaalialan oppilaitoksista.

8. YHTEISTYÖ

Tukiyhdistys Karvisen toimintaan kuuluu mielenterveyskuntoutujien edunvalvonta yhteistyössä Mielenterveyden Keskusliiton ja muiden alan järjestöjen kanssa. Yhdistys ottaa tarvittaessa kantaa asioihin sekä ohjaa jäseniä etujen hoitamisessa. Yhdistys ylläpitää ja kehittää vakiintuneita yhteistyösuhteita sekä pysyy avoimena myös uusille yhteistyökumppaneille ja -malleille. Yhteistyöllä pyritään laaja-alaisempaan vaikuttamiseen, yhdistyksen tunnettavuuden vahvistamiseen, toiminnan laadun kehittämiseen sekä kustannussäästöihin.

Yhteistyötä tehdään erityisesti muiden mielenterveysyhdistysten ja Mielenterveyden keskusliiton kanssa sekä muun laajemman yhteistyöverkoston kanssa laadukkaampien tapahtumien järjestämiseksi ja kehittyneemmän edunvalvonnan takaamiseksi. Hallitus, jäsenet ja toimihenkilöt osallistuvat tarpeen mukaan myös MTKL:n järjestämiin koulutuksiin ja kokouksiin.

Karvinen jatkaa tiivistä yhteistyötä AVOMIELIN-yhteistyökumppaneiden (Espoon Mielenterveysyhdistys Emy ry, Vantaan Hyvät Tuulet ry, Tukiyhdistys Majakka ry ja Helmi ry)

kanssa. Toiminta sisältää mm. säännöllisiä luottamushenkilö- ja työntekijätapaamisia, yhteistapahtumia, Avomielin-lehden ja Avomielin-kotisivujen julkaisemisen, yhteisosaston mielenterveysmessuilla sekä yhteistyönä hallinnoidun Avomielin-verkon chatin ylläpidon.

Toimintakaudella 2023 Tukiyhdistys Karvinen toteuttaa ja osallistuu yhteistyössä muiden pääkaupunkiseudun mielenterveysyhdistysten ja muun yhteistyöverkostonsa kanssa liikuntatapahtumia, iltamia ja erilaisia teemapäiviä; kuten esimerkiksi Iloliikkuja-tapahtuman, Aurora-päivän, Hyvän mielen iltapäivän, Biljarditurnauksen, Kalastuskisan, Kesäolympialaiset, Minigolf-turnauksen, luontoretkiä, Marrasillamat, Keilaturnauksen ja Mielenterveysmessut.

Laajemmassa verkostossa Tukiyhdistys Karvinen seuraa julkisten palveluntarjoajien psykiatristen yksiköiden, sosiaali- ja terveysministeriön ja Helsingin kaupungin toiminnan vaikutuksia omaan toimintaansa ja osallistuu mm. STEA:n koulutuksiin. Lähialueilla toimivista julkisten ja kolmannen sektorin mielenterveys- ja päihdetoimijoista vakiintunutta yhteistyötä on muun muassa psykiatristen poliklinikoiden, Auroran sairaalan, HUS:n psykiatriakeskuksen, päiväsairaaloiden, Pohjoisen Päihdepoliklinikan, A-killan, Malmin AA-ryhmän, seurakunnan mielenterveystyön, Niemi- ja Lilinkotisäätiöiden kanssa sekä Helsingin kaupungin päihdepalveluiden ja sosiaalityön kanssa.

Myös hyvää oppilaitosyhteistyötä jatketaan tarjoamalla sosiaalialan opiskelijoille ohjattuja harjoittelupaikkoja, mahdollisuuksia toteuttaa teemapäiviä ja -tapahtumia, osallistua vapaaehtoistyöhön sekä kehittää mielenterveystyötä opinnäytetyön muodossa.

Toimintakaudella 2023 palautetta toiminnan suunnittelun pohjaksi kerätään myös tärkeimmille yhteistyökumppaneille suunnatun sähköisen kyselyn avulla.

9. TALOUS

Talousarvio toimintakaudelle 2023 on laadittu vuoden 2021 tilinpäätöstietojen sekä toimintakauden 2022 kumulatiivisen toteutuman perusteella. Vuoden 2023 talousarvio noudattelee tuotto- ja kulurakenteiltaan pitkälti vuoden 2022 budjettia huomioiden kuitenkin kustannustason nousun.

Retki- ja virkistystuottojen ja -kulujen taso suunnitellaan pidettävän entisellä tasolla ja hyvän retkisuunnittelun ja kilpailutuksen ansiosta virkistystoiminta ja esimerkiksi suositut omakustannushinnaltaan edulliset retket säilyvät kaikkien ulottuvilla myös tulevilla toimintakaudella.

Yhdistyksen kirjanpidon hoitaa Tilitoimisto Tilihelsinki Oy. Yhdistyksen tilintarkastajana toimii Auditus Tilintarkastus Oy päävastuullisena tilintarkastajanaan HT Antti Tusa.