



TOIMINTAKERTOMUS 2024

Sisällysluettelo

1. JOHDANTO.....	3
2. HALLITUS JA SÄÄNTÖMÄÄRÄISET KOKOUKSET.....	4
3. TOIMIHENKILÖT.....	5
4. TOIMITILAT.....	5
5. JÄSENREKISTERI JA JÄSENNEUVONTA.....	6
6. KARVISEN KOHTAAMISPAIKAN TOIMINTA.....	6
6.1 Käyntitilastot.....	6
6.2 Vertaisryhmätoiminta.....	9
6.3 Virkistystoiminta	12
6.4 Ruokailijatilastot.....	13
7. TIEDOTTAMINEN.....	15
8. VAPAAEHTOISTYÖ.....	16
9. YHTEISTYÖ.....	17
10. TOIMINNAN KEHITTÄMINEN JA LAADUN ARVIOINTI.....	19
11. TALOUS.....	20

1. JOHDANTO

Yhdistys perustettiin 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, 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 terveysystyöstä 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 edelleen kasvussa. 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.

Karvisen kohtaamispaikassa kokoontui vuonna 2024 yhteensä 34 eri ryhmää, ja ryhmätoimintaan osallistuminen on jatkunut aktiivisena 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.

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 19.9.2023 valittiin hallitus vuodelle 2024. Yhdistyksen puheenjohtajaksi vuodelle 2024 valittiin Inger Kavaleff-Aalto ja hallituksen jäseniksi Kaisa Aitto-oja, Tuula Mustola, Georgij (Jori) Rojala ja Onni Viuhkonen. Varajäseniä ei valittu. Uuden hallituksen järjestäytymiskokouksessa 13.12.2023 valittiin vuoden 2024 yhdistyksen varapuheenjohtajaksi Jori Rojala, sihteeriksi Kaisa Aitto-oja ja taloudenhoitajaksi Tuula Mustola.

Yhdistyksen kevätkokous järjestettiin 17.4.2024 kohtaamispaikka Karvisessa ja siinä jäsenistölle esitettiin vuoden 2023 toimintakertomus, tilinpäätös, tase ja tilintarkastuskertomus. Tilinpäätös vahvistettiin ja myönnettiin vastuuvapaus hallitukselle ja muille vastuuvollisille. Tilintarkastuksen oli toimittanut KHT-tilintarkastaja Pirjo Saarelainen Auditus Tilintarkastus Oy:stä.

Vuoden 2024 syyskokous pidettiin 11.9.2024 kohtaamispaikka Karvisessa. Syyskokouksessa vahvistettiin toimintasuunnitelma ja talousarvio vuodelle 2025 sekä käsiteltiin liittymis- ja jäsenmaksujen suuruus vuodelle 2025. Hallituksen esityksen mukaisesti jäsenkokous päätti, että nuorten aikuisten toiminnan aktivoimiseksi ensimmäisen vuoden jäsenyys 18-35 vuotiaille on ilmainen myös vuonna 2025. Muilta osin jäsenmaksun suuruudeksi päätettiin 15 € / jäsen. Lisäksi päätettiin 150 euron suuruudesta kannatusjäsenmaksusta.

Jäsenkokouksessa hallituksen puheenjohtajaksi esitettiin ja valituksi tuli Inger Kavaleff-Aalto. Hallituksen jäseniksi esitettiin ja valituksi tulivat Kaisa Aitto-oja, Tuula Mustola, Jori Rojala ja Onni Viuhkonen. Varajäseniä ei valittu. Lisäksi syyskokouksessa valittiin Tukiyhdistys Karvisen tilintarkastajaksi KHT Pirjo Saarelainen ja varatilintarkastajaksi KHT Helena Sinisalo.

Hallituksen järjestäytymiskokouksessa 11.12.2024 vuoden 2025 hallituksen tehtävät jaettiin siten, että varapuheenjohtajaksi valittiin Jori Rojala, taloudenhoitajaksi Tuula Mustola ja sihteeriksi Kaisa Aitto-oja.

3. TOIMIHENKILÖT

Vuonna 2024 yhdistyksen toiminnanjohtajana työskenteli Lea Heino ja sosiaalihoitajana Minka Lindy (poissaolevana 8.8 – 31.12.2024). Keittiötyöntekijöinä vuonna 2024 toimivat Tommi Kekola ja Johnny Björninen, ja järjestöapulaisena Ulla-Majja Heino. Lisäksi vuonna 2024 työkokeilussa Karvisessa työskenteli Siiri Laasonen 29.4. – 13.9.2024 välisen ajan.

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 ja kokkaillaan ohjatusti yhdessä ryhmänä.

Rakennukseen liittyy myös aidattu sisäpiha, mikä yhdistyksen puutarharyhmän kunnostamana toimii kohtaamispaikan kesäisenä ulko-olohuoneena tarjoten monenlaisia mahdollisuuksia niin virkistykseen kuin puutarhatöihin. 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 2024 oli noin 370 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 2024 uusia jäseniä 27 kpl. Yhdistyksen jäsenmaksu vuonna 2024 oli muuten 15 €, mutta 18-35 vuotiaiden jäseniksi liittyvien osalta ilmainen ensimmäisen vuoden ajan. Karvisen jäsenrekisteriin kuului vuonna 2024 noin 30 nuorta aikuista.

Jäsenneuvontaa ja palveluohjausta toteuttivat vuonna 2024 Karvisen toiminnanjohtaja ja sosiaaliohjaaja, jotka auttavat ja ohjaavat kävijöitä 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 neuvontapalvelut.

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 sosiaali-toimen kautta. Karvisessa kävi vuonna 2024 yhteensä 267 tutustujaa. Tukiyhdistys Karvinen kävi myös itse esittelemässä toimintaansa eri hoitoyksiköissä.

6. KARVISEN KOHTAAMISPAIKAN TOIMINTA

6.1 Käyntitilastot

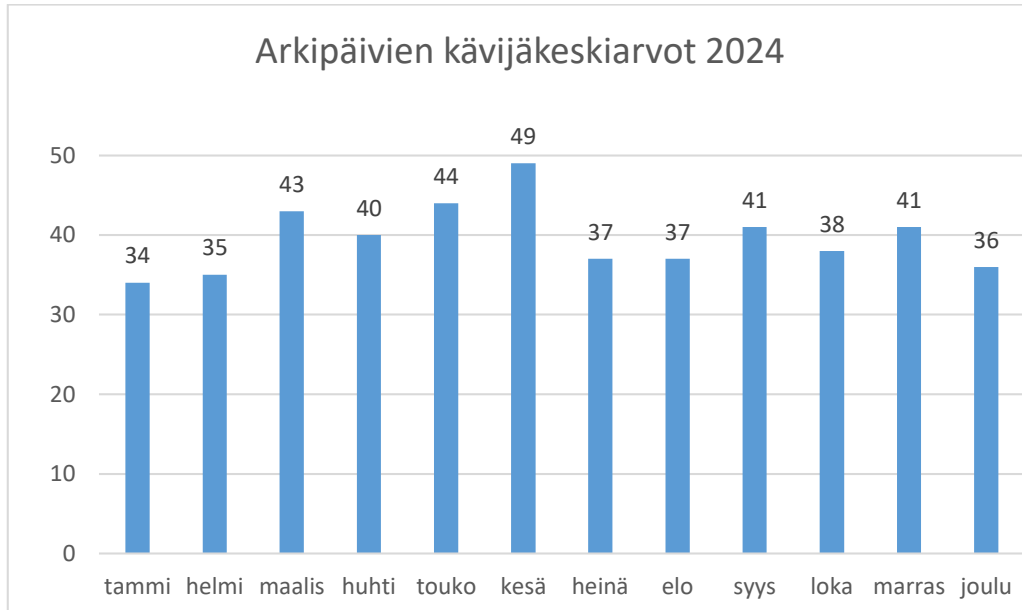
Vuonna 2024 Karvisessa kävi yhteensä 10.285 nimensä päiväkirjaan kirjannutta kävijää. Kohtaamispaikan käyntimäärän **lisäksi** Karvisen toimintaan kirjattiin vuoden 2024 aikana yhteensä **816 käyntiä** Karvisen tuottamissa **talon ulkopuolella** toteutuneissa harrasteryhmissä (uintiryhmä, bändikerho, biljardi, keilaus sekä Liiku ja virkisty -ryhmä) eli **kaiken kaikkiaan Karvisen toimintaan osallistuneiden kirjattuja käyntejä vuonna 2024 oli yhteensä 11.101, kuten seuraava taulukko osoittaa.**

Käyntimäärät 2024		
Kuukausi	Yhteensä/kk	k.a./pvä
tammi	770	34
helmi	790	35
maalis	950	45
huhti	830	40
touko	934	44
kesä	932	49
heinä	859	37
elo	819	37
syys	859	41
loka	924	38
marras	933	41
joulu	685	36
Yhteensä:	10 285	40
+ muissa tiloissa:	816	
YHTEENSÄ:	11 101	

Taulukko 1. Vuoden 2024 käyntimäärät

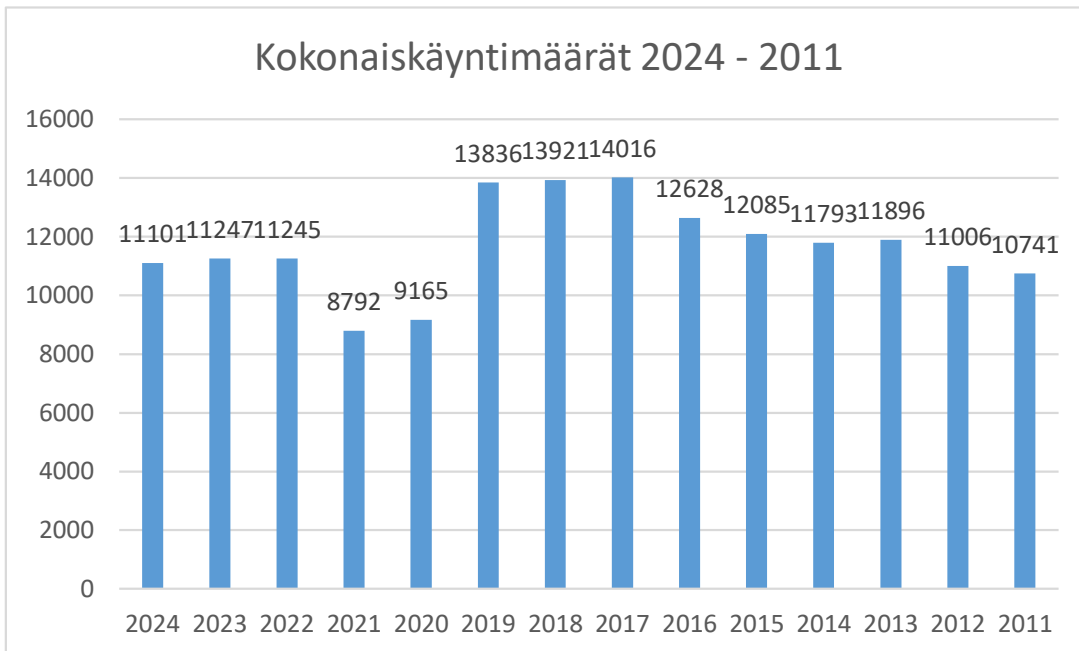
Karvinen on auki vuoden ympäri arkisin klo 9 - 15 ja lauantaisin klo 10 - 13 (lokakuusta maaliskuun loppuun). Vuonna 2024 käyntipäiviä oli yhteensä 273 kpl, joista 252 oli arkipäiviä ja 21 lauantaita. Koko vuoden osalta tilastoidut kävijämäärien keskiarvot olivat: *keskimäärin 40 kävijää / arkipäivä ja 13 kävijää / lauantai.*

Seuraavassa diagrammissa esitetään vuoden 2024 arkipäivien kävijäkeskiarvot kuukausitasolla. Huom. kaaviokuvassa ei ole mukana kohtaamispaikan ulkopuolisiin harrasteryhmiin osallistuneita (816) kävijöitä, mutta myös ne ovat Tukiyhdistys Karvisen tarjomaa vertaistoimintaa. Käyntien määrä kohtaamispaikassa nousi vuoteen 2023 verrattuna lähes sadalla, mutta laski kohtaamispaikan ulkopuolisissa toiminnoissa noin 200:lla, koska yhdistys joutui säästösyistä vähentämään uintiryhmän ratavuorot puoleen aiemmasta.



Kaavio 1. Arkipäivien kävijäkeskiarvot kohtauspaikassa toimintakaudella 2024

Eniten kävijöitä kuukausitasolla vuonna 2024 oli maaliskuussa; yhteensä 950 käyntikertaa ja keskimäärin 43 kävijää/arkipäivä. Vuonna 2024 tuhannen käynnin rajaa hätyyteltiin myös touko-, kesä-, loka- ja marraskuussa.



Kaavio 2. Tukiyhdistys Karvisen kokonaiskäyntimäärät vuosina 2011 – 2024.

Kaiken kaikkiaan käyntejä oli vuonna 2024 yhteensä 11.101, aukiolopäiviä yhteensä 273 ja koko vuoden arkipäivien kävijäkeskiarvo kohtaamispaikassa oli 40 kävijää/päivä. Kuten edellisistä tilastoista ja kaavioista käy ilmi oli vuosi 2024 käyntimäärältään edellisvuoden kaltainen.

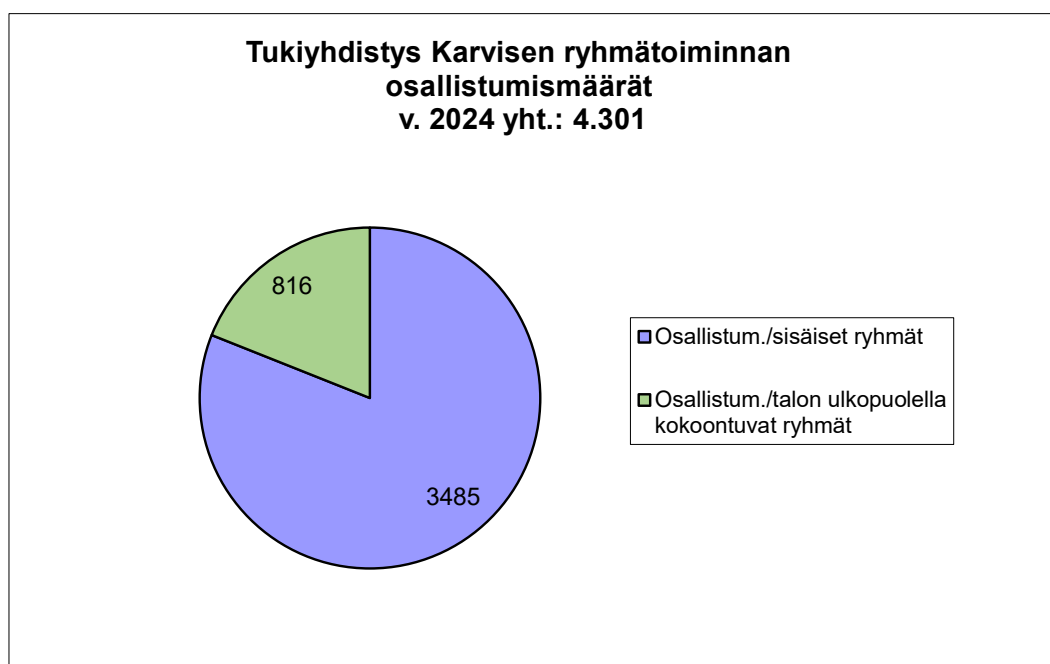
6.2 Vertaisryhmätoiminta

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.

Karvisen viikko-ohjelmassa toimi vuonna 2024 peräti 34 eri vertaisryhmää. Ryhmien osallistujamäärä vaihteli 2-21:een osallistujaan/kerta. Suurin osa vertaisryhmistä kokoontui Karvisen kohtaamispaikassa, mutta myös talon ulkopuolisissa tiloissa kokoontui useita toiminnallisia vertaisryhmiä, kuten liiku- ja virkistysryhmä, uinti-, bändisoitto-, keilaus- ja biljardiryhmät.

Seuraava kaaviokuva esittää ryhmätoimintaan osallistuneiden kokonaismäärää vuonna 2024 jaoteltuna kohtaamispaikassa kokoontuneisiin sisäisiin ryhmiin ja talon ulkopuolisiin ryhmiin.

Kaiken kaikkiaan Karvisen ryhmätoimintaan osallistuttiin vuoden 2024 aikana todella ahkerasti, peräti 4.301 kertaa. Vuonna 2024 ryhmätoiminnan osallistumismäärät kasvoivat vuoteen 2023 verrattuna yli 9%.



Kaavio 3. Ryhmätoimintaan osallistuminen 2024.

Aihealueittain toimintakauden 2024 vertaisryhmät toteutuivat seuraavasti:

Karvisen viikko-ohjelmaan kuului vuonna 2024 useampia **keskusteluryhmiä**. Torstaisin kokoontui **yleinen keskusteluryhmä** Tuula Mustolan ja Arja Tuomiojan ohjauksessa. **Tiistaisin kokoontuivat yhteistyössä Moniääniset ry:n kanssa toteutettu ääniä kuulevien vertaisryhmä sekä mieli maasta -keskusteluryhmä** yhteistyössä Mieli Maasta ry:n kanssa. Molempia tiistain ryhmiä ohjasi Tanja Ilmanen.

Myös liikuntaryhmiä toimi viikoittain useampia. Maanantaisin Karvisessa toimi Kaisa Aitto-ojan ohjaamana **liikutaan yhdessä -ryhmä**. Karvisen suosittu **liiku ja virkisty -jumpparyhmä** kokoontui keskiviikkoisin Tuula Haapalaisen ohjauksessa Syystien palvelukeskuksessa. Karvisen tuki vuonna 2024 jäsentensä liikuntaharrastusta myös tarjoamalla yhdistyksen tuella mahdollisuuden **uintiin joka toinen torstai Malmin uimahallissa** sekaryhmänä 10 uimaria/kerta. 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. Karvisessa kokoontuivat vuonna 2024 myös: Arja Tuomiojan ohjaama **Qigong-** lempeän kiinalaisen voimistelun ryhmä sekä **rentoutus-** ja **pihapeliryhmät**.

Muita vuonna 2024 toteutuneita toiminnallisia vertaisryhmiä olivat mm. kädentaidon ryhmät, kieliryhmät, musiikkiryhmät sekä erilaiset peli-, viedo-, tietovisailu- ja viihderyhmät. Maanantaisin ratkottiin **sanaristikoita** Ritva Kemppaisen luotsaamana ja rentouduttiin opiskelijoiden ohjaamissa **rentoutushetkissä**. Kävijöillä oli maanantaisin myös mahdollisuus saada **digi-neuvontaa** Otso Pohton opastuksella. Lisäksi maanantaisin Karvisen **bändiryhmän osallistujat** kokoontuivat harjoittelemaan Tapanilan kirkolla ja iltapäivisin Kaisa Aitto-oja piti Karvisessa **levyraatia**. Arja Tuomioja ohjasi tiistaisin **Voimavaroja arkeen** -ryhmää. Keskiviikko-aamuisin kokoontui Riku Turpeisen ohjaama **jammiluryhmä** ja iltapäivisin Jori Rojalan ohjaama suosittu **englannin kielen ryhmä** sekä syyskaudella opiskelijan ohjaama **Voimaa luovuudesta** -ryhmä. Joka toinen viikko keskiviikkoisin kokoontui myös Sirpa Kukkasen ohjaama **runoryhmä**. Torstaisin pelattiin Eero Aallon vetämänä **bingoa**, minkä jälkeen iltapäivällä kokoontui **musiikin-/levyjen kuunteluryhmä**. Ryhmää ohjasivat vuoroviikoin Joonas Tirroniemi, Jari Korkala ja Arto Räsänen. **Nuorten aikuisten vertaistukiryhmä** kokoontui torstai-iltapäivisin Joonas Tirroniemen ohjauksessa. Perjantaisin kokoontui Oton Pohton ohjaama **tiederyhmä**, opiskeltiin **espanjan alkeita** Kari Kinnusen ohjauksessa sekä harrastettiin **karaokea** Tommi Kekolan isännöimänä. Kevätkaudella perjantaisin kokoontui myös opiskelijan ohjaama **toiminnallinen ryhmä vaihtuvin teemoin**. Syyskaudella **askarteluryhmä ja joulupaja** kokoontui lauantaisin Tanja Ilmasen ohjauksessa. Tanja ohjasi kesä- ja heinäkuussa myös **kauneudenhoitoryhmää**.

Harrasteryhmien lisäksi Karvisen säännöllisessä viikko-ohjelmassa oli perjantaiamuisin Stadin safkan ruoka-avun turvin toteutettu aamiaistarjoilu ja ruokajakelu. Tiistai-iltaisain Karvisen tiloissa kokoontui **AA-kerho**, ja keskiviikkoiltapäivisin **vertaistukea päihteettömyyteen tarjoava ”Kelmien kerho”**, jossa kerran kuukaudessa vierailivat myös pohjoisen jalkautuvan **päihdetyön Jelpin ohjaajat**.

6.3 Virkistystoiminta

Retket, leirit, teatteri- ja musiikkiesitykset sekä muut kulttuuritapahtumat ovat aina 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 maksullisissa esityksissä tai näyttelyissä. Moni yksinelävä ei myöskään tulisi yksin lähteneeksi tapahtumiin, mutta tutun yhteisön mukana osallistuminen on helppoa ja turvallista. Vuonna 2024 Tukiyhdistys Karvisen virkistystoimintaan osallistuttiin yhteensä noin 2300 kertaa, missä on vuoteen 2023 verrattuna kasvua yli 40%.

Vuonna 2024 Karvisesta osallistuttiin useisiin teatteri- ja musiikkiesityksiin, joita olivat tammikuussa elokuva Mummola; helmikuussa Tapanilan työväen näyttämön ”Agatha Christie: Kahvi mustana”, maaliskuussa Malmin työväen teatterin ”Vaellus”; elokuussa Studio Pasilan ”Nainen – aina parhaassa iässä” sekä joulukuussa Tixibändin joulukonsertti Malmitalolla.

Yhdistyksen tukemalle omalle viikon kesäleirille Iitin Kesäharjussa 22.7.-26.7.2024 sekä sen yhteydessä 22.7. toteutetulle Iitin päiväretkelle osallistui yhteensä 33 karvislaista. Lisäksi toteutettiin monia päiväretkiä ympäri vuoden ja yhteensä retkitoimintaan osallistui 243 karvislaista. Juhannuksen alla 12.6. Karvisen retkivastaava Jori Rojala järjesti mielenkiintoisen kokopäiväretken Riihimäelle, johon osallistui 30 karvislaista. Lyhyempiä päiväretkikohteita olivat mm. Nykytaiteen museo Kiasma, Seurasaari, Kyläsaaren kierrätyskeskus, HAM-taidemuseo, Ateneum, Presidenttien haudat Hietaniemessä, Fallkullan eläintila, Amos Rex, Uutela, Suomenlinna, Tall Ship Races, Lammassaari, Haltialan tila, Korkeasaari, Meriharjun luontotalo, Silakkamarkkinat, Tuomaan Markkinat, joulukatu sekä retki joulukirkkoon.

Yhdistys tarjosi jäsenilleen myös mahdollisuuden virkistyä Karvisen uintivuorolla Malmin **uimahallissa** joka toinen torstai (ks. myös s. 10). Karvisen perinteisiä **kesäolympialaisia** sekä Karvisen taiteiden yön etkoja vietettiin molempia elokuussa Karvisen pihapiirissä. Virkistäviä toiminnallisia tapahtumia olivat myös yhdessä **Avomielin-yhdistysten kanssa järjestetyt turnaukset**: Karvisen isännöimä onkikisa Vanhankaupungin lahdella, kesäinen minigolf-turnaus,

mölkky-, keila- ja biljarditurnaukset sekä Avomielin-**marrasiltamat** marraskuussa Malmin työväentalolla.

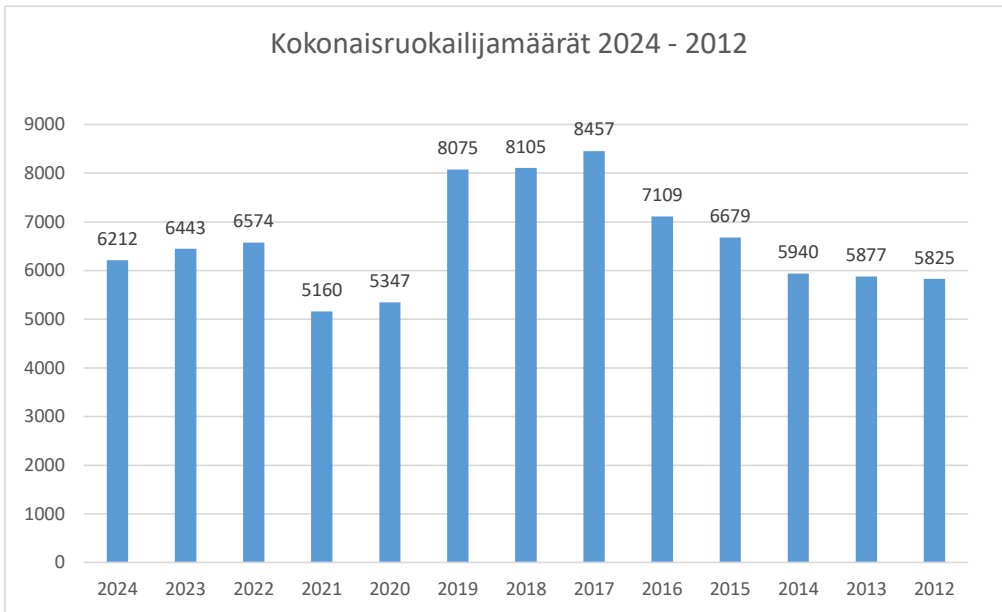
Jäsenten toivomuksesta yhdistys tarjoaa myös teematilaisuuksia ja tietoiskuja mielenkiintoisista aiheista. Vuonna 2024 kuulijoiden kiinnostuksen herättivät erityisesti Omastadi -äänestyinfo, tiedotustilaisuus Mielen hyvinvoinnin tukemisesta luovien toimintojen avulla sekä esitelmä Nepalista. Myös mielenterveysmessujen yleisöluentoja seurattiin 19.-20.11. kohtaamispaikan etäyhteyksin.

Karvisen kohtaamispaikka elää ajassa ja huomioi vuoden kierron mukaan aina kaikki mahdollisuudet tarjota pientä piristystä säännöllisen viikko-ohjelman lomassa. Tällaisia juhlavampia ajankohtia, jotka näkyivät toiminnassa olivat vuonna 2024 mm. ystävänpäivä, naistenpäivä, äitienpäivä, isänpäivä, laskiainen, pääsiäinen, vappu, juhannus, pikkujoulu ja jouluku. Vuoden aikana vietettiin monta iloista, virkistävää ja ohjelmallistakin hetkeä, joihin kaikkien oli helppo tulla mukaan.

6.4 Ruokailijatilastot

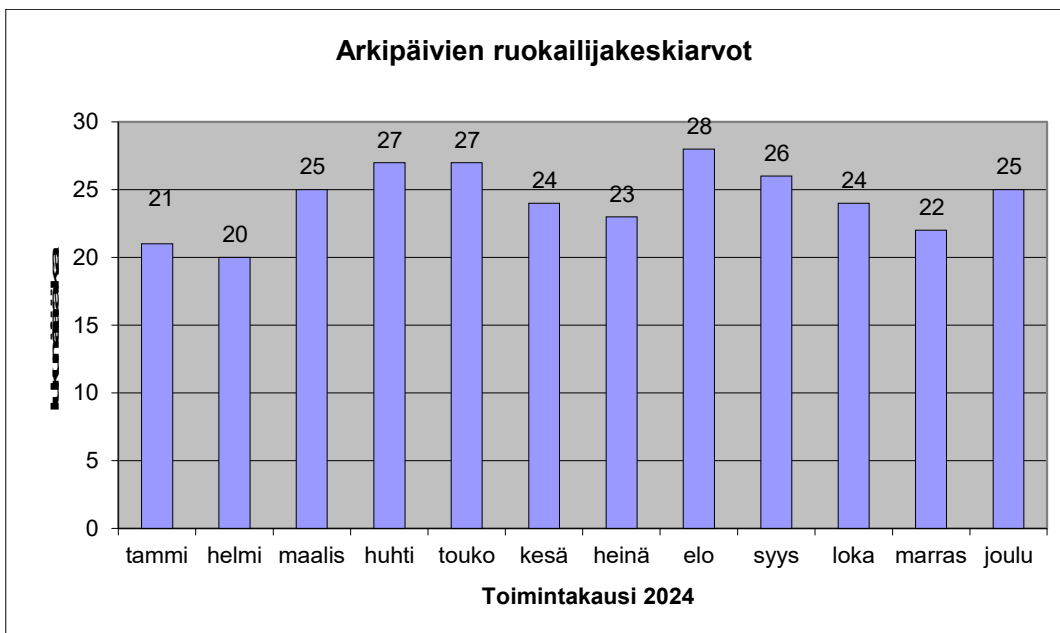
Yhdistyksen keittiöllä on pitkät perinteet edullisen ja maittavan lounasruokailun toteuttamisesta. **Yhteisöllisen ruokailun merkitys on erittäin tärkeää monen kuntoutuksen elämänlaadulle sekä fyysisen hyvinvoinnin kannalta että sosiaalisena tapahtumana** ja se näkyy kiitettävänä arviona myös vuosittaisessa kävijäkyselyssä. Lounaan hinta on pyritty pitämään edullisena, ja vuonna 2024 Karvisen keittiö valmisti kävijöille terveellistä ja täyttävää kotiruokaa neljän euron omakustannushintaan sisältäen pääruuan lisukkeineen, juoman, leivän sekä kahvin. Lauantaisin tarjolla oli keittolounas vain 2 €/annos. Ruokailussa toteutettiin perinteisesti myös pääsiäisviikolla pääsiäiskattaus, vapun alla ”Hyvän mielen päivän” kevätherkut ja joulun alla puurojuhla sekä juhlava jouluateria. Keittiö on myös varustanut monille karvislaisten luontoretkille mukaan ruokaisat eväät ja huomionut mm. ystävänpäivän, naistenpäivän, laskiaisen, äitienpäivän, isänpäivän yms. merkkipäivät tarjoilussaan.

Kuten seuraava kaaviokuva osoittaa, Tukiyhdistys Karvisessa **ruokaili vuonna 2024 yhteensä 6.212 kävijää eli myös ruokailijoiden määrä pysyi suunnilleen edellisvuoden tasolla.**



Kaavio 4. Kokonaisruokailijamäärät vuosina 2012 – 2024.

Seuraava diagrammi osoittaa ruokailijamäärien arkipäivien keskiarvon vuonna 2024.



Kaavio 5. Arkipäivien ruokailijamäärän keskiarvo 2024.

Koko vuoden osalta tilastoidut ruokailijamäärien keskiarvot olivat: *keskimäärin 24 ruokailijaa/arkipäivä ja 10 ruokailijaa/lauantai.*

7. TIEDOTTAMINEN

Vuonna 2024 ilmestyi kolme jäsentiedotetta/-kirjettä, joilla informoitiin jäseniä Karvisen toiminnasta, ryhmistä, tapahtumista ja retkistä. 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), sosiaalisessa mediassa (www.facebook.com/tukiyhdistyskarvinen) sekä kohtaamispaikan ilmoitustauluilla. Nuorten aikuisten ryhmän toiminnasta tiedotettiin myös WhatsApp-ryhmän kautta. Lisäksi tiedotusta täydennettiin säännöllisin Instagram- ja TikTok-julkaisuin.

Sisäistä tiedotusta täydennettiin vuonna 2024 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.

Toimintaan tutustuville tahoille, uusille jäsenille, yhteistyökumppaneille ja verkostoille kertoo yhdistyksen toiminnasta ajantasainen perusesite sekä "Tervetuloa Karvisen toimintaan"-infotehtävä ja viikko-ohjelmien. Käytössä on myös kokemusasiantuntijavoimin tehty esittelyvideo, joka on esillä sekä yhdistyksen kotisivuilla että Youtube:ssa; samoin kuin edellisenä vuonna julkaistu Hali ry:n ja some-vaikuttaja Milla-Marjaana Ihalaisen tekemä pitkä (45 min.) informatiivinen video Tukiyhdistys Karvisen toiminnasta. Kuntoutujien ja läheisten lisäksi Karvisen toimintaan käy tutustumassa myös sosiaali- ja terveystieteiden ammattilaisia ja opiskelijoita. Vuonna 2024 Karvisessa kirjattiin yhteensä 267 tutustujaa, mikä on 90 tutustujaa enemmän kuin vuonna 2023.

Tukiyhdistys Karvinen esitteli toimintaansa myös eri mielenterveystoimijoiden verkostossa sekä mm. Malmi-talon pop up-torilla 29.2., Kalasataman terveysaseman pop up-tapahtumassa 13.5., Malmin toripäivässä 17.8., Auroran sairaalan järjestötorilla 12.9., Psykiatria-keskuksen Olka-tapahtumassa 9.10., Helsingin kaupungin kumppanuustorilla 31.10. sekä Avomielin pop up -messutapahtumassa keskuskirjastolla 19.11.2024.

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 2024 kohtaamispaikan lukuisat säännöllisesti kokoontuvat harrastuskerhot ja vertaisryhmät toimivat aktiivisesti vapaaehtoisten ohjaamina. Vapaaehtoistyönä osallistuttiin muun muassa keittiö- ja siivoustöihin, tehtiin nikkarointi- ja kunnostustöitä, autettiin postituksissa, toimittiin lipasvahteina vaalikeräyksessä, osallistuttiin tapahtumien ja tilaisuuksien järjestelyihin sekä piha-alueen ja kasvien hoitoon. Lisäksi ratkaisukeskeinen psykoterapeutti tarjosi vapaaehtoistyönä keskusteluapua ja yksilöterapiaa kuntoutujille sekä tarvittaessa työnohjausta Karvisen työntekijöille.

Vapaaehtoistyöntekijöiden jaksaminen ja tyytyväisyys tehtäväänsä on 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 2024 kyselyn tulokset osoittivat, että vapaaehtoistyö koetaan palkitsevaksi ja Karvisen toiminnan arvioidaan edistävän elämänlaatua merkittävästi.

Vuonna 2024 Karvinen tarjosi vapaaehtoisille vapaaehtoisten iltapäivätapahtuman 9.1., teatteriesityksen Tapanilan työväen näyttämöllä 10.2., merellisen virkistyspäivän 29.5.2024 Uutelassa sekä joulukonsertin Malmitalolla 4.12.2024.

9. YHTEISTYÖ

Tukiyhdistys Karvinen ry:n toimintaan kuuluu mielenterveyskuntoutujien edunvalvonta yhteistyössä 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 laajalaisempaan 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, Helmi ry, Sympati rf ja Etappi ry) kanssa. Vuonna 2024 Tukiyhdistys Karvinen oli mukana julkaisemassa Avomielin-kotisivuja sekä toimi päivystäjänä Avomielin-chatissa. Avomielin-kumppaneiden kanssa järjestettiin vuoden aikana biljardi-, minigolf-, mölkky-, keilailu- ja onkiturnaukset sekä perinteiset Avomielin-yhdistysten yhteiset Marrasillamat. Marraskuussa Tukiyhdistys Karvinen oli mukana esittelemässä toimintaansa Avomielin-yhteisön järjestämässä Pop up –messutapahtumassa Helsingin pääkirjastolla. Avomielin-yhteistyön suunnittelu- ja seurantakokouksia pidettiin etäyhteyksin vuoden aikana useita.

Lisäksi Tukiyhdistys Karvinen teki koko vuoden molempia osapuolia hyödyttävää yhteistyötä Moniääniset ry:n ja Mieli Maasta ry:n kanssa tarjoamalla tilat näiden yhdistysten vertaistukiryhmien joka viikkoisille kokoontumisille ja mahdollistamalla samalla kaikille Karvisen kohtaamispaikan kävijöille osallistumisen itselleen uusiin vertaistuen muotoihin.

Säännöllistä yhteistyötä on tehty myös pääkaupunkiseudun laajemman verkoston, kuten muiden kolmannen sektorin, Helsingin kaupungin, erityissairaanhoidon ja seurakunnan organisaatioiden kanssa. Vuonna 2024 Malmin seurakunnan yhteisömuusikko Liisa-Maija Elenius ohjasi Karvisen bändiryhmän harjoituksia ja esiintymisiä. Joulukuussa Karvinen osallistui myös Malmin seurakunnan järjestämään mielenterveyskuntoutujien jouluhartauteen.

Karvinen on tunnettu malmilainen toimija ja osallistuu säännöllisesti kolmatta sektoria, julkista palvelua, yritys-elämää ja kuntalaisia yhdistävään Malmi-verkoston kaupunginosayhteistyöhön. Kesäkuussa 2024 Karvinen oli myös esittelemässä toimintaansa verkoston järjestämässä Malmin toripäivässä.

Yhteistyötä tehtiin vuonna 2024 myös päihdekuntoutuksen kanssa. Karvisessa kokoontui keskiviikkoiltapäivisin vertaistukea päihdeettömyyteen tarjoava ”Kelmien kerho”, jossa säännöllisesti vierailivat myös pohjoisen jalkautuvan päihdetyön Jelpin ohjaajat. Päihdepolin ohjaajien säännöllinen käyntirytmä tarjosi karvislaisille mahdollisuuden keskustella luottamuksellisesti omasta tai läheisten päihdeiden käytöstä ja saada tarvittavaa ohjausta. Karvisen päihdeettömyyden vertaistoimintaa tukee hyvin myös tiistai-iltaisain Karvisessa kokoontuva AA-ryhmä.

Tukiyhdistys Karvinen ry tekee hyvää oppilaitosyhteistyötä mm. Diakin, Laurean, Metropolian, Diakoniaopiston ja Stadin ammattiopiston kanssa. Oppilaitosten opiskelijat ovat aktiivisesti osallistuneet Karvisen toimintaan harjoittelujaksojen ja tapahtumien yhteydessä, tehneet kehittämistehtäviä sekä perehtyneet vertaistuen ja kokemusasiantuntijuuden merkitykseen mielenterveystyössä. Vuonna 2024 Karvisessa teki opintoihin kuuluvan työharjoittelujakson yhteensä neljä opiskelijaa. Lisäksi vuonna 2024 valmistui Diakin sosionomiopiskelijoiden Karvisessa tekemä opinnäytetyö: *Mielen hyvinvoinnin tukeminen luovan toiminnan työtavoilla*, sekä Laurean opiskelijoiden opinnäytetyö: *Mielenterveyskuntoutujien kokemukset osallisuudesta*.

Uutena yhteistyömuotona Tukiyhdistys Karvinen aloitti kesäkuussa 2024 ruoka-apun jakelijana Stadin safkan kumppanuusverkostossa. Ruoka-apua vastaanotetaan kerran viikossa torstaisin ja sitä on jaossa Karvisessa perjantai-aamuisin tai sitä käytetään ilmaistarjottavana Karvisen toiminnan

yhteydessä. Ruoka-avun käynnistyminen on tuonut tervetullutta helpotusta monen kävijän tiukkaan taloustilanteeseen.

Tukiyhdistys Karvinen seuraa yhteistyöverkoston näkemyksiä yhteistyön laadusta ja kerää palautetta kumppaneiltaan yhteistyön ja yhdistyksen edelleen kehittämiseksi. Kyselytutkimus yhteistyökumppaneille lähetetään joka vuosi. Vuotta 2024 mittaavan 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 2024 toimintansa laadun systemaattista arviointia ja kehittämistä. Perustan laatutyölle 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. Myöhemmin mittareita on vielä jatkokehitetty niin STEA:n pilotoinnin kuin Karviselle tehdyn opinnäytetyönkin pohjalta. Tehdyn kehittämistyön pohjalta STEA:n tuloksellisuus- ja vaikuttavuusarvioinnin mukaan **Tukiyhdistys Karvisen toiminnan tuloksellisuus on hyvällä tasolla ja toiminnan kohderyhmää on tavoitettu hyvin.**

Vuonna 2024 suoritetun kävijäkyselyn tulokset verrattuna edellisen ja aiempien vuosien tuloksiin osoittavat Karvisen toiminnan pysyneen kiitettävällä tasolla kaikkien mittareiden osalta. Kyselyn tuloksia käytetään toiminnan kehittämiseen ja seuraavan vuoden toiminnan suunnitteluun. Kävijäkyselyn 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 ohjaajien yhteisessä kehittämisspäivässä, jossa tulosten pohjalta suunnitellaan kehittämistoimenpiteitä seuraavan vuoden toimintasuunnitelmaan. Vuonna 2024 Karvisen kehittämisspäivä pidettiin 7.6. Kehittämisspäivän työskentelyssä yhdistyksen toimintaa arvioidaan myös itsearviointityökalujen avulla.

Yhdistyksen toiminnan kehittämisen rinnalla on **tärkeää kehittää ja ylläpitää** sekä työntekijöiden että luottamushenkilöiden **osaamista ja työssä jaksamista**. Vuonna 2024 Karvisen vapaaehtoiset viettivät virkistyspäiväänsä 29.5. Uutelan rantamökillä ja osallistuivat Malmitalolla joulukonserttiin 4.12. Vuonna 2024 Karvisen työntekijöitä ja luottamushenkilöitä osallistui myös seuraaviin koulutuksiin ja seminaareihin: *Mitä sosiaaliturvalle tapahtuu, Ajankohtaista STEA-avustuksista sekä koulutukset edunvalvonnasta, asumispalveluista ja itsemääräämisoikeudesta.*

11. TALOUS

Tukiyhdistys Karvinen ry:n toimintaa rahoittivat vuonna 2024 Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus STEA (152 145 €) ja Helsingin kaupungin sosiaali- ja terveysvirasto (30 000 €). Lisäksi tukea on saatu liikuntavirastolta (1.500 €) liikunnan tukemiseen.

Yhdistyksen kirjanpidon vuonna 2024 on hoitanut Tilihelsinki Oy. Taloudenhoitajana toimi Tuula Mustola. Tilintarkastuksen vuoden 2024 tilinpäätöksestä toimitti KHT Pirjo Saarelainen varatilintarkastajanaan KHT Helena Sinisalo. Hallitus on valvonut talousasioita säännöllisesti toiminnanjohtajan kanssa.