



**MYLLYHOITOYHDISTYS
RY**

**TOIMINTAKERTOMUS
2019**

MYLLYHOITOYHDISTYS RY:N
TOIMINTAKERTOMUS 2019

HALLITUS HYVÄKSYY
KEVÄTKOKOUS HYVÄKSYY

SISÄLLYS

SISÄLLYS

1. TAUSTA
 2. VISIO
 3. JÄSENISTÖ
 4. TOIMITILAT
 5. HALLITUS
 6. STEA-RAHOITTEINEN TOIMINTA
 - 6.1. Yleisavustus yleishyödylliseen toimintaan, viestintä ja vaikuttaminen (Ay 6172)
 - 6.2. Ak7-ohjelmatoiminta (tapahtumat ja tukihenkilökoulutus)
 - 6.3. Nuorten elämänhallintaa tukeva Vapaus tuo vastuun -ohjelma (Ak5)
 - 6.4. Ruoka ja riippuvuus -jatkohanke (C4029)
 - 6.5. Tietoisesti kohti parempaa -hanke (C 6224)
 7. OMAVARAINEN TOIMINTA
 - 7.1. Koulutustoiminta
 - 7.2. Vankilaohjelmat
 8. HENKILÖSTÖHALLINTO JA STRATEGIATYÖ
-

1. TAUSTA

Myllyhoitoyhdistys ry on vuonna 1983 rekisteröity yleishyödyllinen yhdistys.

Myllyhoitotyössä lähestytään päihderiippuvuutta kokonaisvaltaisen ihmiskuvan mukaisesti yhdistämällä moniammatillinen koulutus ja päihderiippuvuudesta toipumisen kokemus tuloksekkaaksi päihdetyöksi.

2. VISIO

- Jokaiselle tarvitsevalle on tarjolla tehokasta hoitoa, tietoa ja tukea riippuvuuksista toipumiseksi. Tähän liittyen erilaiset riippuvuusilmiöt tunnetaan laajasti ja niiden osalta tarjotaan tukea, tietoa ja toipumisen mahdollisuuksia.
- Sosiaali- ja terveystieteiden toimijat tuntevat yhdistyksen lähestymistavan vahvuudet ja ohjaavat tarvitsevia tuen piiriin.
- Yhteiskunnassa on laajasti tarjolla tietoa ja tukea oman elämänhallinnan vahvistamiseksi. Oman elämäntavan muuttamiseksi tarjotaan laaja-alaista tietoa ja konkreettisia menetelmiä.
- Vahva verkostoyhteistyö vahvistaa toiminnan vaikuttavuutta ja laajuutta.
- Yhdistyksen osaamisen vahvuudet ja erityisominaisuudet on jalostettu käyttökelpoisiksi konsepteiksi. Niitä tarjotaan käytettäväksi päihde- ja riippuvuustyön kokonaisuudessa.

3. JÄSENISTÖ

Kertomusvuoden lopussa yhdistyksen jäsenten kokonaismäärä oli 77. Henkilöjäseniä näistä 72 ja yhteisöjäseniä viisi kappaletta. Jäsenet edustavat sekä ehkäisevän päihdetyön, hoitoonohjauksen, hoitoalan ja kuntoutuksen ammattilaisia että kokemuksellista asiantuntijuutta. Suurella osalla ammattilaisista on ammattikoulutuksen lisäksi omakohtainen toipumiskokemus päihderiippuvuudesta.

4. TOIMITILAT

Vuoden 2019 aikana Myllyhoitoyhdistys muutti kaksi kertaa. Ensimmäinen muutto tapahtui Postitalon Spaces -toimistohotelliin. Toinen muutto tehtiin joulukuussa Annankadulla sijaitsevaan Raittius- ja valistustaloon, jossa yhdistyksellä on vuokrattuna pieni toimistohuone. Ryhmätoimintaa, kokouksia ja tapaamisia varten on vuokrattu toimitiloja tarpeen mukaan.

5. HALLITUS

Yhdistyksen hallitukseen ovat kuuluneet 1.1.-31.12.2019:

- Jyrki Laine, puheenjohtaja
- Jouni Lehto, varapuheenjohtaja
- Tiina Ranta
- Antti Loimalahti
- Eila Leonoff
- Minna Ekholm
- Kristiina Niskanen (25.4.2019 alkaen)
- Tommi Korkala (25.4.2019 saakka)

Hallitus on kokoontunut kahdeksan kertaa. Yhdistyksen kevätkokouksessa 25.4. sekä Syyskokouksessa 11.10. toimi puheenjohtajana hallituksen puheenjohtaja Jyrki Laine.

Vuoden 2019 aikana hallitus on työstänyt aktiivisesti yhdistyksen uutta strategiaa vuosille 2019-2021.

STRATEGIA 2019 - 2022

"Yhdistyksen tarkoituksena on kehittää ja levittää toipumiskeskeisiä menetelmiä erilaisten riippuvuusilmiöiden hoidossa sekä itse aktiivisesti toteuttaa menetelmän avulla erilaista tiedotus-, koulutus-, tutkimus-, vaikuttamis- ja asiakastyötä."

MISSIO

"Ihmisten tukeminen riippuvuudesta toipumiseen ja oman elämänhallinnan vahvistamiseksi. Tässä keskeistä on muutoksen mahdollistaminen ja henkisen kasvun näköalat."



6. STEA-RAHOITTEINEN TOIMINTA

6.1. Yleisavustus yleishyödylliseen toimintaan (Ay 6172)

Mennyt vuosi oli yhdistyksessä yhteisen strategiatyön vuosi. Syksyllä 2018 alkaneesta strategiatyöstä, tammikuussa 2019 järjestetystä henkilöstön yhteisestä strategiapäivästä ja keväällä hallituksen suorittamasta viimeistelystä tiivistetty Myllyhoitoyhdistyksen uusi strategia hyväksyttiin hallituksessa toukokuussa. Uusi strategia toi mukanaan paluun Myllyhoitoyhdistyksen juurille sekä toisaalta myös uusia avauksia.

Vaikuttamistyön merkitys on korostunut vuoden aikana. Keväällä 2019 julkaistu kannanotto oli kaivattu avaus vaikuttamistyön liikkeelle laittamisessa. Vaikuttamistyössä sairastuneen ja hänen läheisensä äänen kuuluvaksi saaminen edellyttää yhteistyötä. Toipumiskeskeisen hoidon toimijoista koostuva TOIVE-verkosto antaa tulevaisuudessa leveät hartiat yhteisen vaikuttamistyön toteuttamiselle.

Vuoden aikana yhdistyksessä on ylläpidetty hyviä käytäntöjä, mutta myös kehitetty toimintaa entistä ehommaksi. Saimme vuoden aikana paljon vaikuttavia asioita aikaiseksi. Tämä ei olisi onnistunut ilman vahvan ammattitaidon omaavaa ja sitoutunutta henkilöstöä. Tästä on hyvä jatkaa.

Viestintä ja vaikuttaminen (Ay 6172)

Maaliskuussa 2019 yhdistyksessä aloitti viestintäsuunnittelija Stean yleisavustuksella. Viestintäsuunnittelija on vastuussa yhdistyksen sisäisestä ja ulkoisesta viestinnästä sekä verkostotoiminnan koordinoimisesta toiminnanjohtajan kanssa. Vuonna 2019 yhdistys näkyi entistä enemmän järjestökentällä, sosiaalisessa mediassa, yhteiskunnallisen vaikuttamisen parissa sekä muussa mediassa.

Vuonna 2019 yhdistyksen viestinnän kohderyhmät olivat riippuvuuteen sairastuneet ja sairastuneiden läheiset, riippuvuuden parissa työskentelevät sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaiset, verkostot sekä päättäjät. Toteutimme vuoden aikana viestintää riippuvuuksista ja toipumiskeskeisestä hoidosta suunnitellusti näille kaikille kohderyhmille.

Riippuvuussairaudet aiheuttavat suuria haittoja ihmisille, perheille, työyhteisöille sekä yhteiskunnalle. Siksi yhdistyksen sisäisessä ja ulkoisessa viestinnässä on vuonna 2019 välitetty runsaasti tutkittua tietoa riippuvuudesta ja siitä toipumisesta helposti ymmärrettävässä muodossa riippuvaisille, läheisille sekä ammattihenkilöstölle. Tutkitun tiedon kartoittamiseksi osallistuimme lokakuussa kansainväliseen NORDAN (Alcohol and other drugs in a changing society) -konferenssiin sekä liityimme alkuvuodesta jäseneksi Alkoholi-, huume- ja rahapelitutkimuksen seuraan. Osallistuimme AHR:N kahteen seminaariin, joiden sisällöt välitimme yhdistyksen henkilökunnalle. Aloitimme lähettämään vuosittaista uutiskirjettä - johon on koottu yhdistyksen tapahtumia sekä ajankohtaista tutkimusta - ammattihenkilöstölle.

Tutkittu tieto sekä riippuvuuteen sairastuneiden oma kokemus olivat lujasti läsnä myös vuonna 2019 järjestetyissä koulutuksissamme. Syksyllä järjestettyjen aamupalaseminaarien (nais erityinen riippuvuushoito sekä riippuvuuden neurobiologia) ja Rohkeutta muutokseen -koulutuspäivän yhteydessä tavoitimme yli 250 ammattihenkilöä, joille tapahtumien asiantuntijat tarjosivat tutkittua tietoa riippuvuuksista ymmärrettävässä muodossa sekä mahdollisuuden kuulla kokemusasiantuntijoita. Koulutustapahtumien yhteydessä tehtiin runsaasti näkyvää markkinointiviestintää. Facebookin live-taltioinnit tapahtumista tavoittivat syksyn aikana reilusti yli tuhat ihmistä ja videot synnyttivät hedelmällistä keskustelua kommenteissa. Muun tapahtumaviestinnän ohessa teimme koulutuksissa myös jäsenhankintaa.

Yhdistyksen tavoitteena on tuoda riippuvuudesta toipuvien ihmisten ääntä vahvemmin esille kaikissa viestinnällisissä toteutuksissa. Siksi loimme keväällä 2019 sosiaalisessa mediassa jaettavan anonyymien kyselyyn riippuvuudesta toipumisesta ja sen jälkeisestä elämästä. Kyselyyn vastasi 14 henkilöä. Käytimme vastauksia someviestinnän tukena vuoden aikana.

Yhdistyksen kaikessa viestinnässä on taustalla tavoite siitä, että riippuvuuteen sairastuneen ja hänen läheisensä hyvinvointi lisääntyisi ja yhä useampi riippuvuudesta kärsivä ohjautuisi oikeanlaisen avun piiriin saadessaan tietoa erilaisista riippuvuuksista ja niistä toipumisesta. Siksi paransimme vuonna 2019 hoitopaikkojen löytymistä nettisivuiltamme ja aktivoimme nettisivujen blogialustan.

Riippuvuuskirjon lisääntyminen sekä ihmisten tiedontarpeiden moninaistuminen näkyivät viime vuonna selvästi Myllyhoitoverkoston arjessa, joten käsittelimme vuonna 2019 nettisivun blogeissa laajasti erilaisia riippuvuuksia. Blogien tavoitteena olikin, että ymmärrys riippuvuudesta sairautena lisääntyisi, kynnys avun hakemiseen madaltuisi ja riippuvuuden aiheuttama häpeä vähentyisi. Blogoja kirjoitettiin ruokariippuvuudesta, huumeriippuvuudesta toipumisesta, nais erityisestä riippuvuustyöstä sekä riippuvuuksista työpaikoilla. Lisäksi kirjoitimme blogin Naarajärven vankilaohjelmasta. Blogoja jaettiin ja niistä tykättiin somessa satoja kertoja.

Vuonna 2019 aloitimme myös asiantuntijabloggaukset, joita pyysimme riippuvuuskentän asiantuntijoita ja tutkijoita kirjoittamaan nettisivuillemme. Vuonna 2019 Psykoterapeutti Riitta Koivula kirjoitti läheisriippuvuudesta ja filosofian tutkija Susanne Uusitalo riippuvuuteen sairastuneen toimijuudesta.

Vuonna 2019 verkostoiduimme aiempaa enemmän riippuvuuskentän toimijoiden kanssa. Joulukuussa yhteistyötahoille tehdyn kyselyssä saimme kiitosta riippuvuustiedon levittämisestä sekä järjestämistämme koulutustapahtumista. Kyselyn mukaan myös toipumiskeskeisestä riippuvuushoidosta toivottiin jatkossa enemmän tietoa.

Lisäsimme vuonna 2019 yhteistyötä muiden järjestöjen kanssa vaikuttavuuden kasvattamiseksi. Viestintäsuunnittelija osallistui aktiivisesti Ehkäisevän päihdetyön verkoston viestintätyöryhmän toimintaan varapuheenjohtajana toimien. Keväällä 2019 yhdistys osallistui Raittiuden Ystävät ry:n koordinoimaan tuhansia nuoria tavoittavaan Selvin päin kesään! -kampanjaan, joka rohkaisee nuoria päihteettömään juhlintaan. Välitimme juliste- ja esitemateriaalit Vapaus tuo vastuun -ohjelmamme kautta kouluihin. Elokuussa yhdistys osallistui EPT-verkoston Kaikkien kaupunki -kampanjaan, joka kannustaa luomaan yhdessä turvallista kaupunkitilaa kohtaamalla kaikki ihmiset arvostavasti. Lokakuussa osallistuimme EPT-verkoston Kannabista käsittelevään teemaviikkoon, joka tavoittaa arvioituna 35 000 henkilöä digitaalisen markkinoinnin kautta. Kampanja kehottaa nuoria tarkistamaan kannabikseen liittyvät virheelliset uskomukset, ja somemateriaaleja jaettiin Vapaus tuo vastuun -ohjelman Instagramissa. Marraskuussa tiedotimme EPT-verkoston koordinoimasta Huumeisiin kuolleiden muistotilaisuudesta, joka antaa päihteisiin kuolleiden läheisille paikan muistaa ja surra läheisiään. Kampanja tavoitti tuhansia henkilöitä ja sen yhteydessä tehtiin julkinen kannanotto valtakunnalliseen mediaan huumekuolemien lisääntymisestä. Joulukuussa 2019 osallistuimme Anna lapselle raitis joulun -kampanjaan. Vuosittain joulun alla TV:n ja radion tietoiskuina sekä juliste-, some- ja lehtikampanjoina toteutettava kampanja viestii perheen iloisesta yhdessäolosta ilman päihteitä. Kampanja toteutettiin yli 30 järjestön yhteistyötoteutuksena ja tavoittaa vuosittain arvioituna yli 200 000 ihmistä.

Keväällä 2019 osallistuimme Päihdepäiville. Yhdistyksellä oli paikan päällä esittelypiste, jossa tapasimme satoja ammattihenkilöitä ja jaoimme yhdistyksen toiminnasta kertovia esitteitä. Keräsimme noin sadan henkilön yhteystiedot ammattihenkilöstön uutiskirjettä varten sekä saimme yhdistyksen mielikuvakyselyyn arvokkaita vastauksia viestinnän kehitystyön tueksi. Yhdistys järjesti Päihdepäivillä myös seminaariosion toipumiskeskeisyydestä ja riippuvuushoidosta. Seminaariosiossa puhuivat psykoterapeutti Kristiina Niskanen, Hoitokoti Tuhkimon työntekijä Katja Näätänen sekä Myllyhoitoyhdistyksen työntekijä Piia Sumupuu. Luentosali oli täynnä ammattihenkilöstöä.



Yhdistykselle on tärkeää osallistaa ja tarjota lisää voimavaroja riippuvuudesta toipuille ihmisille. Marraskuussa 2019 osallistuimme Kallioland-tapahtumaan, jonka takana olivat Kalliolan koordinoima Naapurituottajat-toiminta. Toiminta valmentaa päihdetaustaisista ihmisistä tapahtumatuotannon moniosaajia ja tuottaa tapahtumia Kallion alueella yhdessä yhteistyökumppaneiden kanssa. Yhdistys oli mukana viestimässä tapahtumasta sekä järjesti tapahtumassa Voimavarabingon riippuvuudesta toipuvan räppäriin Mercedez Bentson kanssa.

Vuonna 2019 voimaan astunut laki digitaalisten palvelujen tarjoamisesta velvoittaa julkisrahoitteista yhdistystämme noudattamaan WCAG 2.1 -ohjeistuksen saavutettavuuskriteerejä viestinnässämme. Lokakuussa 2019 aloitimme kilpailutuksen jälkeen yhteistyön Kilda Oy:n kanssa saadaksemme alkuvuodesta 2020 uudet saavutettavat nettisivut. Hankimme samalla yhdistykselle uuden raikkaan visuaalisen ilmeen, joka kunnioittaa yhdistyksen historiaa värikkäitä myllynkiviä sisältäen. Viestintäsuunnittelija koulutti syksyllä työntekijöitä viestinnän saavutettavuudesta.

Vuonna 2019 uudistimme yhdistyksen toimintaa sekä toipumiskeskeistä riippuvuushoitoa esittelevän tiiviin esitteen yhdistyksen uuden ilmeen mukaiseksi. Esitteitä jaettiin marraskuun Rohkeutta muutokseen -koulutuspäivässä 120 ammattihenkilölle. Valokuvasimme vuoden aikana työntekijämme sekä useissa yhdistyksen tapahtumissa, jotta voimme käyttää viestinnässä yhdistyksemme toimintaa kuvaavia valokuvia.

Sosiaalinen media on väylä, jonka kautta tavoitamme eniten riippuvuuteen sairastuneita, heidän läheisiään sekä ammattihenkilöstöä. Panostimme vuonna 2019 sosiaalisen median kanavan sisältöihin sekä uusien seuraajien hankkimiseen. Tuotimme aktiivisesti koko vuoden sisältöä riippuvuuksista, toiminnastamme ja muista toimintakentän aiheista yhdistyksen sosiaalisen median kanaviin. Loppuvuodesta olimme saaneet Facebookin tilillemme 250 uutta seuraajaa, Twitter-tilillemme 100 uutta seuraajaa sekä yhdistyksen uudelle Instagram-tilille 250 seuraajaa. Seuraajien määrä kasvoi enemmän kuin arvioimme. Marraskuussa lanseerasimme #rohkeuttamuutokseen-somekampanjan, joka kannusti jakamaan oman toipumiskokemuksensa. Yhdistyksen sosiaalisessa mediassa ovat näkyneet myös hankkeiden ja ohjelmien tuottamat viestinnälliset sisällöt.

Yhdistyksen yksi tehtävä on tiedottaa toipumiskeskeisestä hoidosta. Kirjoitimme lokakuussa julkaistuun Työterveyshoitaja-lehteen pitkän artikkelin riippuvuuksista työpaikoilla ja toipumiskeskeisestä Myllyhoidosta. Lehden levikki on 2000kpl ja se lähetetään noin 80% Suomen työssä oleville työterveyshoitajille.

Jäsenviestintää pidettiin yllä vuoden 2019 aikana lähettämällä kevät- ja syyskokouskutsut sekä tiedottamalla kokouksesta nettisivuilla. Yhdistyksen sisäistä viestintää toteutettiin uudella Slack-sovelluksella sekä toiminnanjohtajan sähköpostiterveisillä.

Viestintäsuunnittelija toimi koko vuoden hankkeiden ja ohjelmien apuna viestinnän suunnittelemisessa ja toteuttamisessa. Kehitimme vuoden aikana yhdistyksen viestinnän käytäntöjä luomalla yhteisen tiedostokansion pilveen, hankimme Webropol-ohjelmiston kyselyitä varten sekä kilpailutimme tiedotuspalvelut seuraavaa vuotta varten.

Viestinnän vaikuttavuutta on arvioitu vuoden 2019 aikana rahoittajan hyväksymillä vaikuttavuuden mittareilla. Näitä ovat teettämämme kyselyt, palautteet, nettisivujen ja sosiaalisen median statistiikka, saamamme yhteydenotot sekä henkilöstön haastattelut.

Vuonna 2019 muutimme Myllyhoitoverkoston nimen Toipumiskeskeisen hoidon verkostoksi (TOIVE-verkosto), jotta se kuvaisi paremmin verkoston 16 toimijaa. Huhtikuun verkostotapaamisessa toimijoiden yhteiseksi tekijäksi määriteltiin hoidon päihdeettömyys. Verkoston toiminnassa päätettiin keskittyä riippuvuuksista kouluttamiseen sekä yhteiskunnalliseen vaikuttamiseen, jotta päihdepotilailla olisi paremmat mahdollisuudet päästä toipumiskeskeisen hoidon piiriin. Kesällä verkoston toimijat lähettivät tiedotteen yhteistyössä A-klinikka Oy:n, Sininauhaliitto ry:n sekä Tukihenkilötyö yhdistys ry:n kanssa. Tiedotteessa puhuteltiin tuoretta eduskunnan hallitusta selvittämään kattavasti Suomen päihdepalvelujärjestelmän tila, toimivuus, kustannusvaikutukset, tuloksellisuus sekä toimenpidesuosituksiset. Lokakuussa verkoston toisessa tapaamisessa esiteltiin tutkimushanke riippuvuushoidon vaikuttavuudesta, jolle haettiin apurahaa Alkoholitutkimussäätiöltä. Paikalla olivat rahoitusta hakenut tutkija Petri Uusikylä sekä vieraileva tutkija Jouni Turunen A-klinikkasäätiöstä.



6.2. Ak7-ohjelmatoiminta (tapahtumat ja tukihenkilökoulutus)

Vuonna 2019 järjestetyt koulutukset mahdollistivat työssään riippuvuuksia kohtaavien sosiaali- ja terveydenhuoltoalan ammattilaisten verkostoitumisen ja vuoropuhelun. Tapahtumissa puhuneiden kokemusasiantuntijoiden kautta työssään riippuvuuksia kohtaavat ammattilaiset saivat arvokasta tietoa riippuvuussairaudesta sekä riippuvuuteen sairastuneiden kokemuksista.

AAMUPALASEMINAARIT HELSINGISSÄ JA KOULUTUSPÄIVÄ KAJAANISSA

Myllyhoitoyhdistys ry järjesti vuoden 2019 aikana kaksi aamupalaseminaaria ja yhden koulutuspäivän. Kaikkiin tapahtumiin mahtui 30 henkilöä ja tapahtumat varattiin loppuun. Seminaarit oli kohdistettu riippuvuudesta kärsivien kanssa työskenteleville sekä heitä kohtaaville ammattihenkilöille.

Tavoitteena oli järjestää kiinnostusta herättäviä koulutuksia ja seminaareja, joissa jaetaan tietoisuutta riippuvuudesta ja siitä toipumisesta kiinnostavalla ja oivalluksilla sekä uusia näkökulmia herättävällä tavalla. Tavoitteena oli myös kerätä riippuvuuksien kanssa työskenteleviä yhteen ja antaa heille mahdollisuus verkostoa sekä saada tietoa eri hoitotahoista ja tavoista.

Koulutuspäivien avulla haluttiin myös lisätä Myllyhoitoyhdistys ry:n positiivista tunnettavuutta ja verkostoitua yhdessä muiden riippuvuustyössä toimijoiden kanssa, lisäten yhteistyön avulla tietoa ja resursseja kaikille.

Nainen ja riippuvuus päihdetyössä 13.9.2019 Helsinki

Sisältö

Seminaarissa paneuduttiin naisten erityispiirteisiin päihdetyössä, eli mitä tulisi ottaa huomioon silloin, kun asiakkaana on nainen. Seminaarissa keskusteltiin yhteisöllisyyden ja vertaistuen merkityksestä ennaltaehkäisevässä, nais erityisessä päihdetyössä. Tapahtumaan osallistui noin 26 henkilöä.

Naiserityisen päihdetyön asiantuntijoina seminaarissa olivat Katja Nääänen Hoitokoti Tuhkimo Oy:stä sekä Annina Laaksonen Naistenkartano ry:stä. Osallistujille tarjottiin lisäksi maittava aamiainen

Nainen ja Riippuvuus – Naiserityisyys päihdetyössä 30.9.2019 Kajaani

Sisältö: Naiserityisen päihdetyön asiantuntijoina seminaarissa olivat Katja Nääänen hoitokoti Tuhkimosta, sekä Myllyhoitoyhdistyksen Piia Sumupuu ja Marianne Luojola. Hoitokoti Tuhkimossa työskentelevä Katja Nääänen avasi puheenvuorossaan mitä nais erityisyys käytännössä tarkoittaa päihdehoidossa. Myllyhoitoyhdistyksen Tietoisesti kohti parempaa -hankkeen projektikoordinaattorin ja muutosvalmentajan Piia Sumupuun esityksessä paneuduttiin itsemyötätunnon merkitykseen riippuvuudesta toipumisessa. Ruoka ja riippuvuus -hankkeen projektipäällikkö Marianne Luojola puhui koulutuksessa hallitsemattomasta syömisestä riippuvuuden näkökulmasta.

Tapahtumaan osallistui noin 25 henkilöä. Osallistujille tarjottiin maittava aamiainen, lounas sekä iltapäiväkahvit kauniissa kartanoympäristössä.



Aivot ja riippuvuus -aamupalaseminaari 18.10.2019

Sisältö

Aamupalaseminaarissa perehdyttiin riippuvuuden neurobiologiaan sekä siihen, miten tämä näkökulma otetaan huomioon päihdehoidossa. Asiantuntijoina seminaarissa toimivat ylilääkäri ja Tampereen yliopiston professori Mauri Aalto sekä Toipumopäihdekuntoutuslaitoksen lääkäri (psykiatrian erikoislääkäri, päihdelääketieteen erityispätevyys) ja Myllyhoitoyhdistyksen hallituksen jäsen Antti Loimalahti. Osallistujille tarjottiin lisäksi maittava aamupala. Tapahtumana osallistui noin 22 henkilöä.

Aamupalaseminaarien markkinointi

Seminaarit haluttiin tänä vuonna pitää osallistujille maksuttomana, sillä ne järjestettiin ensimmäistä kertaa uudessa muodossa ja sen avulla haluttiin lisätä sekä Myllyhoitoyhdistyksen ja tapahtumiemme tunnettavuutta, jotta jatkossa tavoittaisimme paremmin kohderyhmäämme ja saisimme heidät kiinnostumaan tarjoamistamme koulutuksistamme ja tapahtumistamme sekä viestistämme.

Miten onnistuimme?

Tapahtumien avulla on saatu lisättyä tietoutta riippuvuudesta sekä kasvatettu Myllyhoitoyhdistyksen tunnettavuutta. Myllyhoitoyhdistyksen some-seuraajien ja uutiskirjeen tilaajien määrä on lisääntynyt. Helsingin tapahtumista kuvattiin myös Facebook-live ja sen ansiosta tavoitettiin huomattavasti isompi määrä ihmisiä, kuin itse tilaisuuksiin pääsi osallistumaan. Aivot ja riippuvuus tapahtuman live-videota katsottiin peräti 600 kertaa. Helsingin Nainen ja riippuvuus-seminaarin sisällöstä kirjoitettiin lisäksi blogiteksti, joka julkaistiin Myllyhoitoyhdistyksen nettisivuilla ja jaettiin somekanavilla.

Palautteita aamupalaseminaarista:

"Kokonaisvaltainen perspektiivi riippuvuuteen, näkökulmaa omaan terapiatyöhön."

"Ymmärrys riippuvuuden luonteesta lisääntyi."

"Laajaan tutkimuksellisuuteen perustuvia näkemyksiä päihde ja riippuvuussairauksiin ja ongelmia tuottavista tekijöistä ihmisyydessä."

"Sain vahvistusta nais erityiseen työhön."

"Sain uusia näkökulmia omaan työhön."





ROHKEUTTA MUUTOKSEEN -KOULUTUSPÄIVÄ 29.11.2019

Aiheina addiktio, trauma ja toimijuus

Tavoite:

Myllyhoitoyhdistys ry järjestää vuosittain toistetun koulutuspäivän, joka on kohdennettu riippuvuuteen sairastuneiden kanssa työskenteleville. Koulutuspäivän avulla halutaan lisätä tietoisuutta riippuvuudesta sairautena sekä antaa työvälineitä työhön. Päivän avulla halutaan myös lisätä Myllyhoitoyhdistyksen tunnettavuutta.

Päivän sisältö 2019:

8.30 Aamukahvi

9-10.10 Filosofian tutkija Susanne Uusitalo: Addiktio ja toimijuus. Luennessa avataan toimijuuden ymmärtämisen tapoja addiktiossa.

10.20-11.30 Kokemustutkija Mai Peltoniemi: Trauma ja addiktio - voimauttava näkökulma

11.30-12.20 Lounas

12.20-13.20 Näyttelijä ja raitistunut alkoholisti Natalil Lintala: Riippuvuudesta toipumiseen.

13.20-15.00 Iltapäiväkahvittelua ja työpaja: Traumatietoisuus - käytännön työkaluja ammattilaisille. Työpajan järjesti Myllyhoitoyhdistys ry:n työntekijä Marianne Luojola yhdessä psykoterapeutti Kristiina Niskasen kanssa.

Tapahtuma järjestettiin Tapahtumatalo Bankissa ja se oli maksuton. Koulutuspäivä haluttiin tänä vuonna pitää osallistujille maksuttomana, sillä se järjestettiin ensimmäistä kertaa uudessa muodossa ja sen avulla haluttiin lisätä sekä Myllyhoitoyhdistyksen että Rohkeutta muutokseen -päivän tunnettavuutta. Sen avulla tavoitamme jatkossa kohderyhmäämme entistä paremmin ja saamme heidät kiinnostumaan koulutuksistamme, tapahtumistamme sekä viestistämme.

Markkinointi

Tapahtumaa markkinoitiin yhdistyksen somekanavilla sekä omilla nettisivuilla.

Koulutuspäivästä lähetettiin myös tiedote kaupungin ja kunnan viestinnän yhteyshenkilöille sekä tiedotettiin verkostojen avulla järjestöjen työntekijöitä. Tapahtuma kuvattiin ja se oli katsottavissa facebook-livessä. Näin saavutimme isomman määrän ihmisiä. Koulutuspäivän luennoitsija Susanne Uusitalo kirjoitti blogin nettisivuillemme.

Osallistujat:

Tapahtuma tuli täyteen yhdessä yössä, sen jälkeen kun ilmoittautuminen avattiin. Tapahtumaan pystyttiin ottamaan 100-110 henkilöä omien työntekijöiden lisäksi. Peruuntumisia tuli jonkin verran, mutta koska innokkaita tulijoita oli paljon, peruutuspaikat saatiin täytettyä. Ilmoittautuneista vain kaksi jätti tulematta ja paikalla oli yli sata osallistujaa. Osallistujat koostuivat kaupungin ja kunnan työntekijöistä sekä järjestötyöntekijöistä. Myös jonkin verran yksityisten toimijoiden työntekijöitä ja yrittäjiä. Osallistujia tuli myös pääkaupunkiseudun ulkopuolelta mm. Itä-Suomesta ja Nokialta.

Palautetta koulutuspäivästä:

”Sain kokemuksellista tietoa toipumisesta prosessina ja prosessiin vaikuttavista ajatusmalleista. Tietoa traumatisoitumisesta ja keinoja erilaisten vireystasojen ohjaamiseen turvalliseen tilaan.”

”Kiitos, sain syvyyttä ja ajatuksia omaan työskentelyyn. Tärkeä olla läsnä, mahdollistaa tarinat. Vahvistusta hoidon moninaistamisesta”

”Luennoitsijat joilla omakohtainen kokemus, antoivat arvokasta näkökulmaa ja tietoa jota voin soveltaa työssäni.”

”Addiktiosta näkökulmia ja ajattelemisen aihetta trauma näkökulmasta.”

”Paljon uutta tietoa ja välineitä.”

Jatko:

Rohkeutta muutokseen -koulutuspäivä tullaan järjestämään vuosittain ja tapahtuman rakenne tulee pysymään samana. Tapahtumapaikka, teema ja luennoitsijat tulevat vaihtumaan ja niissä otetaan saamamme palaute huomioon. Jatkossa tapahtuma tulee olemaan maksullinen. Osallistumismaksu pysyy kuitenkin 20-50 euron välillä, jotta mahdollisimman moni pääsee osallistumaan. Osallistumismaksulla saadaan katettua suurin osa ruoka- ja paikkakuluista. Materiaali- ja luennoitsijakulut maksaa Myllyhoitoyhdistys ry. Suuren kiinnostuksen ja hyvän palautteen takia olemme luottavaisia sen suhteen, että koulutuspäivä kerää kiinnostusta myös maksullisena.





MYLLYHOITOIHDISTYKSEN TUKIHENKILÖKOULUTUKSEN PILOTTI KAINUUSSA 2019

Pilotin tavoitteena oli kouluttaa Kainuun alueella oman kokemuksen omaavia tukihenkilöitä päihderiippuvuudesta kuntoutujille ja heidän läheisilleen.

Myllyhoitoyhdistyksen tukihenkilökoulutus ja toteutettiin yhteistyössä Tukihenkilötyö ry:n kanssa. Tarkoituksena oli, että Myllyhoitoyhdistys organisoisi ja koordinoi toimintaa ja koulutusta ja Tukihenkilötyö ry antaa käyttöönsä osaamisensa tukihenkilöiden koulutukseen ja jatkossa työnohjaukseen.

Peruskoulutuksessa osallistujia oli 11 ja heistä viisi osallistui syventävään koulutukseen. Koulutukset olivat osallistujille maksuttomia. Näin haluttiin mahdollistaa kaikkien halukkaiden mahdollisuus osallistua. Kainuun pitkien välimatkojen takia osallistujilla oli mahdollisuus yöpyä Kainuun opistolla. Myös ruokailut olivat maksuttomia osallistujille.

Koulutusten sisällöt

Myllyhoitoyhdistys ry:n tukihenkilökoulutus Kainuun opistolla Mieslahdessa 17.-19.5.2019. Koulutus sisälsi 15 läsnäolotuntia opetusta, jossa käsiteltiin mm. tukihenkilökoulutuksen tarpeellisuutta, millaista tukea tuettava tarvitsee, näkökulmia päihteidenkäytöstä ja raitistumisesta, tukihenkilötyön rajat ja vastuukysymykset sekä omia voimavaroja.

Koulutuksen järjesti Myllyhoitoyhdistys ry. Myllyhoitoyhdistyksestä mukana koulutusta olivat seuraamassa viestintäsuunnittelija Inka Lähteenaro ja Kehittämiskoordinaattori Elina Lehtomäki. Kouluttajina toimivat Tukihenkilötyö ry:n Jarmo Ekman ja Petri Pörhölä



Syventävä tukihenkilökoulutus järjestettiin Kainuun opistolla Mieslahdessa 6.-8.9.2019. Koulutus sisälsi 15 läsnäolotuntia opetusta, jossa käsiteltiin seuraavia asioita:

- *Tukihenkilötyö ja toimiva tukihenkilöjärjestelmä
- *Tukihenkilön ja tuettavan vuorovaikutus
- *Läheinen tuettavana ja tukihenkilönä
- *Tukihenkilön osaaminen ja jaksaminen sekä työnohjaus
- *Tukitoiminnan pulmatilanteet

Koulutuksen järjesti Myllyhoitoyhdistys ry ja kouluttajina toimivat Tukihenkilötyö ry:n Ilmo Häkkinen ja Petri Pörhölä.

Koulutusten markkinointi

Koulutuksia markkinointiin informoimalla sähköpostitse päihdetyössä olevaa kunnan henkilökuntaa. Myllyhoitoyhdistyksen työntekijä vei ilmoituksia koulutuksesta terveyskeskukseen ja sellaisiin tiloihin, joissa järjestetään toimintaa päihdekuntoutujille mm. A-Killan tiloihin. Koulutuksesta julkaistiin myös mainos Kainuun sanomissa. Kainuun sanomien mainos poiki eniten yhteydenottoja ja ilmoittautumisia.

Palautetta koulutuksista

"Sain työkaluja tukihenkilöksi ryhtymiseen. Selkeni, että tulevaisuudessa minusta olisi tukihenkilöksi. Kokonaiskuvan tukihenkilöstä."

"Sain vahvan kiinnostuksen tukihenkilötoimintaan, hyviä keskusteluja, paljon tietoa päihderiippuvuudesta toipumisesta."

"Sain sen, mitä odotin. Sain myös työkaluja omaan elämään ja kohtaamisiin päihdeongelmaisten kanssa arjessa kotiseudullani."

"Tuli tunne ettei minusta ole päihdetukihenkilöksi. Mielenterveyspuolelle kyllä."

Jatko

Pilotin aikana huomattiin, että sekä koulutuksen järjestämiseen että toiminnan ylläpitämiseen tarvitaan enemmän resursseja kuin Myllyhoitoyhdistyksellä on mahdollisuus siihen jatkossa laittaa. Haasteeksi muodostuu myös välimatka Helsingin ja Kainuun välillä.

Koulutukseen osallistuville tukihenkilöille on ilmoitettu, että syventävän koulutuksen käyneet henkilöt voivat jatkaa Myllyhoitoyhdistyksen tukihenkilöinä ja Myllyhoitoyhdistys koordinoi heidän kohdalla toimintaa. Myllyhoitoyhdistyksen tukihenkilöt tekevät aina kolmikantasopimuksen, niin että siinä on myös ammattihenkilö mukana. Monipuolisesta tiedottamisesta huolimatta Kainuun ammattihenkilöstön puolelta ei ole tullut juurikaan yhteydenottoja tai herännyt kiinnostusta toimintaa kohtaan.

Kaikesta tästä edellä mainitusta johtuen Myllyhoitoyhdistys on päättänyt, ettei jatka enää koulutuksen järjestämistä. Tukihenkilötoimintaa koordinoidaan Myllyhoitoyhdistyksen osalta tarvittaessa viiden syventävän koulutuksen käyneen tukihenkilön kohdalla.



6.3. Nuorten elämänhallintaa tukeva Vapaus tuo vastuun -ohjelma (Ak5)

Vapaus tuo vastuun -ohjelman toiminta-ajatuksena on tukea nuorten elämänhallintataitoja, antaa tietoa ja tukea eri riippuvuuksista, sekä ohjata vastuullisuuteen omassa elämässä ja siihen liittyvissä päätöksissä.

Nuorilla on paljon erilaista tietoa ja kokemuksellisuutta päihdeistä ja he saavat jo normaaleilla oppitunneilla päihdevalistusta. Hankkeen toiminta on keskittynyt kumoamaan olettamuksia mm. kannabiksesta. Lisäksi keskustelemme nuorten kanssa sosiaalisen median haitoista ja sosiaalisen median vastuullisesta käytöstä.

Loppuvuodesta 2019 otimme käyttöömme Sometohtori Suvi Uskilta tilatun sosiaalisen median koulutuskokonaisuuden käyttöömme. Ohjelman kohderyhmiä ovat alakoulujen 6. luokkien ja yläkoulun sekä toisen asteen opiskelijat. Tarvetta on yhä nuoremmille ja tämä kertoo siitä, että yhä nuoremmille lapsille on muodostunut haitallista käyttäytymistä sosiaalisen median, pelaamisen, kiusaamisen tai elämänhallintataitojen puutteellisuudesta johtuen. Lasten ja nuorten lisäksi ohjelma käsittää vanhempainillat sekä mahdolliset tietoiskut opettajille.

Vuonna 2019 -ohjelman kautta tavoitettiin 1900 nuorta ja noin 100 aikuista. Palautetta kerättiin jokaiselta koulutukseen osallistuneelta ja 90% kertoo saaneensa uutta tietoa riippuvuuksista, 90% kertoo kouluttajan ammattitaidon olevan hyvä tai kiitettävä ja 53% kertoo saaneensa uusia tapoja vastoinkäymisten käsittelyyn.

Yhteistyö on ollut tiivistä, systemaattista ja jatkuvaa edellisen vuoden koulutusyhteistyökumppaneiden kanssa. Ohjelman henkilöstökokoonpanossa tapahtui muutoksia vuonna 2019 keväällä, jolloin vakituinen kouluttaja jäi opintovapaalle. Hänen tilalle palkattiin kaksi tuntityöntekijää, joista toinen myöhemmin kokopäiväistettiin opintovapaan sijaisuuden loppuun asti ja toisen työsuhte loppui toukokuun loppuun.

6.4. Ruoka ja riippuvuus -jatkohanke (C4029)

Ruoka ja riippuvuus-jatkohanke käynnistyi vuonna 2018 jatkona Ruoka ja riippuvuus -projektille. Jatkohankkeessa painopiste on tuen ja avun antaminen hallitsemattomasta syömisestä kärsiville. Lisäksi jatketaan sosiaali- ja terveystieteiden ammattilaisten sekä alan opiskelijoiden kouluttamista ja yleisen tietoisuuden lisäämistä ruokaan ja syömiseen kohdistuvasta riippuvuudesta.

Vuoden 2019 aikana järjestettiin yksitoista ryhmää hallitsemattomasta syömisestä kärsiville. Näistä kymmenen oli Stea-rahoituksen alaisia ja yksi oli valtio-omisteisen Motiva Oy:n rahoittama Dumpkaa diabetes-kokeiluryhmä. Yksi ryhmistä oli jatkoryhmä, joka suunnattiin hankkeen perusryhmän jo käyneille. Vuonna 2019 kokeiltiin 2-6 kuukauden mittaisia verkkovalmennuksia aiemman kuuden kuukauden sijaan.

Hankkeessa mitataan ryhmien tuloksellisuutta kahdella syömistapakyselyllä. Näiden perusteella voidaan sanoa ryhmiin osallistujien vähentävän ahmintakäyttäytymistä ja muuttavan syömiskäyttäytymistä selkeästi positiiviseen suuntaan. Ryhmän päättyessä osallistujat eivät enää keskimäärin kärsi ahmintakäyttäytymisestä.

Hankkeessa järjestettiin myös 12 koulutustilaisuutta ammattilaisille tai opiskelijoille, kuusi avointa luentoa, 18 luentoa päihdekuntoutuskeskuksissa ja kolme luentoa Rikosseuraamuslaitokselle. Tämän lisäksi oltiin näytteilleasettajana viidessä seminaarissa, lähetettiin yhteistyökumppaneille neljä uutiskirjettä ja hankkeen ohjausryhmä kokoontui neljä kertaa. Suurimpaan osaan hankkeen yhteistyökumppaneista oltiin yhteydessä ja/tai tavattiin vuoden aikana. Luennoilla ja ryhmissä tavoitettiin vuoden aikana 627 ihmistä.

Hanke oli pitkin vuotta aktiivinen sosiaalisessa mediassa, jonka lisäksi avattiin hankkeen uudet nettisivut. Uutena sisältönä nettisivuilla on hankkeen työntekijöiden kirjoittama blogi. Hankkeen visuaalinen ilme uudistettiin kokonaisuudessaan. Ryhmäläisille laadittiin ja painettiin työkirja toipumisen tueksi. Uutiskirjeen kautta tavoitetaan noin 950 ihmistä, Facebook-seuraajia on noin 1000 henkilöä ja uusilla nettisivuilla oli vuoden 2019 toisella puoliskolla noin 3500 kävijää.

Hankkeessa oli elo-marraskuussa osa-aikainen työntekijä Susanna Vilén, joka toimi keväällä 2019 hankkeessa harjoittelijana. Projektipäällikkö Sanna Runsala palasi marraskuussa osittain takaisin työhön Marianne Luojolan edelleen jatkaessa toimessa. Hankkeessa työskentelevät lisäksi edelleen Suvi Björkqvist ja Jutta Salmela.

6.5. Tietoisesti kohti parempaa -hanke (C 6224)

Tietoisesti kohti parempaa hanke alkoi syksyllä 2017 STM:n rahoituksella (lokakuu 2017 – tammikuu 2019). Hanke jatkaa toimintaansa samalla nimellä STEA-rahoitteisena 2019 – 2021.

Tavoitteita

Toiminnan tavoitteena on tarjota matalan kynnyksen tukitoimintaa päihderiippuvuudesta, mutta myös muista riippuvuuksista kärsiville. Toimintamuotona ovat ohjattu, valmentava ja vertaistuellinen ryhmätoiminta sekä yksilöllinen tuki kohti toipumista. Ensisijaisena kohderyhmänä ovat erilaisista haitallisista riippuvuuksista kärsivät aikuiset sekä heidän läheisensä Kainuun alueella. Lisäksi hanke järjestää riippuvuusilmiöön ja toipumiseen liittyviä luentoja ja koulutuksia ammattilaisille sekä oppilaitoksille. Tavoitteena on myös luoda ja kehittää eri toimijoiden ja yhteistyökumppaneiden kanssa uusia toipumista vahvistavia menetelmiä, toipumispolkua, palveluohjausta sekä yhteisiä vaikuttavuuden mittareita, joilla voidaan auttaa päihderiippuvuudesta kärsiviä ja heidän läheisiään. Toiminnan kautta lisätään tietoa riippuvuusilmiöstä sekä erilaisista toipumiskeskeisistä kuntouttavista menetelmistä yhteistyökumppaneille, sosiaali- ja terveystieteiden ammattilaisille sekä riippuvuudesta kärsiville ja heidän läheisilleen.

Ryhmätoiminta ja voimavarapäivät

Hankkeen ryhmien työskentelyssä hyödynnetään erilaisia toiminnallisia menetelmiä ja muutosvalmennusta sekä osallistamista. Menetelminä käytetään tunne- ja tietoisuustaitoja (mindfulness), neuropsykiatrista valmennusta sekä taideterapeuttisia harjoitteita ja TRE®-menetelmää (tension, stress and trauma release). Ryhmätoiminta koostuu Tietoisesti kohti parempaa (TKP) -perusryhmistä, joiden kesto on kuusi viikkoa, kerran viikossa kolmen tunnin ajan.

Vuoden 2019 keväällä hanke järjesti TKP-ryhmän Paltamossa. Osallistujia oli 6. Kajaanissa toimi TKP-jatkoryhmä, joka kokoontui kerran viikossa kevään ja syksyn aikana yhteensä 15 kertaa. Osallistujia oli 5-12. Jatkoryhmäläiset olivat käyneet perusryhmän läpi jo aiemmin. Muutamia jatkoryhmäläisistä ovat perustaneet uuden, kerran viikossa kokoontuvan 12 askeleen vertaistukiryhmän Kajaaniin.

"Toiminnan tavoitteena on tarjota matalan kynnyksen tukitoimintaa päihderiippuvuudesta tai muista riippuvuuksista kärsiville."

Päihderiippuvaisten taideterapiaryhmän kesto oli neljä tuntia kerrallaan ja ryhmä kokoontui yhteensä viisi kertaa. Osallistujia oli 4-6.

Syksyllä 2019 hanke järjesti Keho oppaana -ryhmäkokonaisuuden päihderiippuvuudesta kärsiville naisille. Keho oppaana -tapaamiset liittyvät Taideyliopiston tutkijan, hahmoterapeutti Kirsi Törmin "Piileskelevä liike" -tutkimushankkeeseen, jonka tarkoituksena on luoda traumasensitiivinen ja keho-orientoitunut ryhmätoimintamalli. Ryhmässä menetelminä käytettiin TRE-harjoituksia, tunne- ja tietoisuustaitojen harjoittamista kehollisesti, taideterapiaa sekä vertaistukea. Ryhmä kokoontui kahdeksan kertaa. (vielä kaksi jäljellä, kirjasin valmiiksi tämän, muutan tarvittaessa) Osallistujia oli vaihtelevasti kolmesta viiteen.

Hanke toimi yhteistyössä Sotkamon mielenterveyden tuki ry kanssa. Päihderiippuvaisten läheisten ryhmä kokoontui vuoden aikana yhteensä 13 kertaa kahden tunnin ajan. Osallistujia oli 8-10.

Suunniteltu naistenryhmä Sotkamossa ei toteutunut. Sen sijaan sotkamolaisille päihderiippuvaisille naisille tarkoitettu Raivoisat ruusut -voimavarapäivä järjestettiin syyskuussa Rytilahden majalla. Yhteistyössä mukana oli lisäksi Sotkamon seurakunta. Osallistujia oli 14.

Marraskuussa 2019 hanke osallistui Sotkamon mielenterveyden tuki ry:n Voimaantumispäivään Ristijärven Pirtillä luennoimalla tunne- ja tietoisuustaidoista hyvinvoinnin tukena. Päivään osallistui 28 hlöä.

TKP-ryhmiin osallistuneille järjestettiin vuoden aikana kaksi erillistä koulutusaamupäivää. Aiheena olivat Hoitava Hengitys -tekniikka, liittyen tunne- ja tietoisuustaitoihin sekä koulutusluento liittyen riippuvuuksiin erityisesti hallitsemattomaan syömiseen. Kaikilla TKP-ryhmiin osallistuneilla oli mahdollisuus yksilölliseen tukeen. Osa ryhmäläistä kaipasi yksilötukea puhelimitse aika-ajoin. Muutaman kanssa oli erikseen yksilötapaamisia ja eri hoitomahdollisuuksien/-polkujen kartoittamista.

Hanke kutsuttiin helmikuussa 2019 osallistumaan sekä kertomaan ruohonjuuritason terveisiä matalan kynnyksen toiminnasta aikuissosiaalityön, mielenterveys- ja riippuvuuksienhoitopalveluiden yhteiseen päivään Kainuun Opistolle.

Hanke järjesti kesällä 2019 viiden vuorokauden LeidiLeirin. Leiri oli suunnattu päihderiippuvaisille naisille, jotka olivat motivoituneita käsittelemään päihderiippuvuuttaan ja halusivat vahvistaa toipumistaan kohti raitista elämää. Leirille osallistui kuusi naista, joista yksi toimi myös kokemusasiantuntijan sekä lähihoitajaopiskelijan roolissa. Ohjaajia oli kaksi.

LeidiLeiri-pilotti järjestettiin yhteistyössä Kainuun soten aikuissosiaalityön ja ISO SOS (Osallistuvat asiakkaat ja vaikuttavat kokeilut sosiaalityössä) -hankkeen kanssa. Leiri toimi myös ISO SOS Kainuun osahankekokeiluna monitoimijaisesti toteutettuna 2019-kuntoutuspilottina. Pilotti sisälsi kesällä järjestetyn leirijakson lisäksi kolme päivän mittaista jatkotapaamista syksyn 2019 aikana. Lisäksi perustettiin Facebook-ryhmä. Tavoitteena on vahvistaa leiriläisten elämänhallintaa, antaa eväitä tunteiden käsittelyyn, tukea kuntoutumista sekä löytää uusia, voimaannuttavia näkökulmia omaan elämäänsä ja itseensä nähden. Menetelminä käytettiin tunne- ja tietoisuustaitojen harjoittamisen lisäksi päiväkirjatyöskentelyä, kirjallisia tehtäviä, taideterapiaa sekä vertaistukea.

Vankilayhteistyö

Hanke kehittää vankilayhteistyötä Itä- ja Pohjois-Suomen alueella yhteistyössä Rikosseuraamuslaitoksen sekä Myllyhoitoyhdistyksen Ruoka & Riippuvuus -hankkeen kanssa järjestämällä tunne- ja tietoisuustaitoryhmiä lähialueiden vankiloiden päihderiippuvaisille. Ryhmien kesto on neljästä kuuteen viikkoon, kerran viikossa kolme tuntia kerrallaan, 2-4 krt vuodessa. Vuonna 2019 hanke järjesti yhden päivän ryhmävalmennuksen Juuan sekä Sukevan vankiloissa sekä neljän kerran valmennuksen Sukevan vankilalle Kalterit taakse -yhteisölle. Hanke vieraili myös Naarajärven vankilassa kahden päivän ryhmävalmennuksen muodossa osana Myllyhoitoyhdistyksen Selvä kaista -ohjelmaa.

Koulutukset ja luennot ammattilaisille

Hanke järjesti aikuissosiaalityön ammattilaisille aamupäivän kestäviä koulutuksia Kuhmossa, Suomussalmella, Hyrynslamella, Kajaanissa sekä Kainuun TYPissä (Monialainen työllistymistä edistävä yhteispalvelu). Koulutuksessa käytiin läpi tunne- ja tietoisuustaitoja sekä itsemyötätuntoa puheeksioton tukena. EHYT ry Pohjois-Suomen aluekeskuksen kanssa yhteistyössä järjestettiin syksyllä 2019 luento nuorisotyötä tekeville ammattilaisille sekä opiskelijoille. Aiheena oli puheeksiotto, riippuvuudet ja itsemyötätunto.

Hanke osallistui toukokuun Päihdepäivillä Myllyhoitoyhdistyksen seminaariin aiheella Toipumiskeskeinen lähestymistapa vuonna 2019. Lokakuussa Myllyhoitoyhdistys järjesti Kainuussa ammattilaisille tarkoitetun luentopäivän Nainen ja Riippuvuus. Hanke osallistui päivään luento-osuudella itsemyötätunnon merkityksestä riippuvuuksien hoidossa.

Ohjausryhmä kokoontui kerran vuoden 2019 aikana. Hankkeessa työskenteli vuonna 2019 yksi työntekijä, projektikoordinaattori. Työnkuvaan kuului vastuu toiminnan suunnittelusta, toteutuksesta ja seurannasta.

"Päihdevalmennukset tavoittivat n. 2500 Metsä Groupin työntekijää. Koulutuksissa oli lukuisia kohtaamisia yksiköitten HR:n, päällystön ja työterveyshoitajien kanssa"

7. OMAVARAINEN TOIMINTA

7.1. Koulutustoiminta

Metsä Groupin tilaama kattava pihdevalmennus jatkui vuonna 2019. Yhdistyksen hallituksen jäsen kouluttaja Jouni Lehto koulutti vuoden aikana 20 eri yksikköä eri puolella Suomea sekä järjesti kaksi Skype-koulutuspäivää. Yhteensä Jouni järjesti noin 170 koulutusta. Koulutukset tavoittivat n. 2500 Metsä Groupin työntekijää. Koulutuksissa oli lukuisia kohtaamisia yksiköitten HR:n, päällystön ja työterveyshoitajien kanssa. Työelämävalmennusta kehitettiin hallituksen edustajien toimesta vuonna 2019.

7.2. Vankilaohjelmat

Myllyhoitoyhdistys ry aloitti palvelutoimintana Naarajärven vankilassa Selvä kaista - päihdeohjelman ja sen lisäksi Selvä herätys -havahdutusohjelman keväällä 2012 hyödyntäen Selvä kaista -projektista saatuja kokemuksia. Projektissa kehitetyn päiväohjelman rakenne säilytettiin, mutta ohjelman sisällöt ja työote uudistettiin vastaamaan myllyhoidollista ajattelu- ja toimintatapaa. Ohjelmaan lisättiin säännölliset AA-infot sekä osallistumismatkat ympäristöpaikkakuntien NA-kokouksiin ja AA -palaverihin. Selvä kaista -ohjelma pyörii keskeytyksettä kello 12-16 joka arkipäivä, paitsi perjantaisin kello 9-14, yhteensä kahdeksan viikkoa osallistujaa kohti. Selvä herätys -havahdutusohjelma pyörii maanantaista torstaihin yhteensä kahdeksan päivän ajan aina kello 9-11. Vuonna 2016 Selvä Herätys -ohjelmaa uudistettiin vastaamaan paremmin vankilan muuttuneita tarpeita lyhyen vasteen ohjelmana. Vuonna 2019 Selvä Herätys on toteutettu neljän viikon mittaisena non stop - ohjelmana siten, että myös sitä lyhyemmän aikaa ohjelmaan tulevat voivat olla siinä mukana tavoitteellisesti.

Vuonna 2019 juhlittiin näyttävästi Naarajärven vankilaohjelmien 10-vuotista taivalta Pöyhölän Pappilan hienoissa puitteissa esitysten ja entisten vankien puheenvuorojen siivittämänä.

Selvä kaista -ohjelman tarkoituksena on auttaa osallistujia tunnistamaan päihderiippuvuutensa ja tiedostamaan siitä aiheutuvat psyykkiset, fyysiset, taloudelliset, sosiaaliset ja yhteiskunnalliset seuraukset. Ohjelmassa tuetaan osallistujia tutkimaan päihdesuhdettaan ja elämänhistoriaansa. Samalla heitä rohkaistaan henkilökohtaiseen muutostyöskentelyyn vertaisryhmään tukeutuen. Ohjelman tavoitteena on motivoida osallistujat päihteettömään elämäntapaan ohjaamalla heidät hoito- ja tukipalveluiden sekä itsehoidon piiriin.

Kokemus on osoittanut, että Selvä kaista -kurssi on ohjaajille ajoittain raskas ryhmäprosessien luonteesta johtuen ryhmän taantumis- ja lukkiutumisvaiheissa, mutta myös sen, että osallistujien ajatuksissa ja asenteissa tapahtuu suuria muutoksia kahdeksan viikon aikana. Vuonna 2019 Selvä kaista -ohjelmaan osallistui 62 vankia. Näistä ohjelman keskeytti 8 asiakasta henkilökohtaisista syistä.

Selvä herätys -havahdutusohjelman tavoitteena on auttaa osallistujia tiedostamaan päihderiippuvuusilmiö ja sen seuraukset. Ohjelmassa annetaan tietoa päihdepalveluista, tukipalveluista ja itsehoidosta vertaistuen piirissä, joihin osallistujia rohkaistaan hakeutumaan siviiliin pääsytensä jälkeen. Kokemukset lyhyestä ha-vahdutusohjelmasta ovat olleet myönteisiä. Ryhmässä on ollut pääsääntöisesti tavoitteita tukeva ilmapiiri. Selvä herätys -päihdeohjelmaan osallistui toimintavuonna 84 vankia.

Naarajärven vankilaohjelmissa on kaksi päihdeohjaajan toimea, joissa työskenteli lähiohjaajan koulutuksen saaneet henkilöt. Päihdeohjelman vastuuhenkilönä toimi omavaraisen toiminnan vastuuhenkilö Kari Kauppila.

8. HENKILÖSTÖHALLINTO JA STRATEGIATYÖ

Vuoden 2019 aikana henkilöstö kokoontui yhteiseen strategiatyöhön kaksi kertaa. Henkilöstölle järjestettiin yksi yhdistetty koulutus- ja virkistyspäivä, jossa aamupäivällä professori ja ylilääkäri Mauri Aalto koulutti henkilöstöä aivot ja addiktio -teemalla ja iltapäivällä siirryimme luovan taideterapian pariin.

Henkilöstön kehityskeskustelukierrokset käytiin keväällä esimiesten ja vastaavien osalta ja syksyllä tiimien sisällä. Pienen työyhteisön erityisenä haasteena on henkilöstön sijoittuminen maantieteellisesti kauas toisistaan. Vuoden aikana sisäisen viestinnän välineenä otettiin käyttöön Slack, jossa henkilöstö voi pitää yhteyttä toisiinsa näppärästi ja milloin vain. Esimiehillä oli tiimiensä kanssa säännölliset tiimipalaverit. Toiminnanjohtaja kävi vastaavien kanssa läpi toimintaa ja taloutta joko yksitellen tai kahden eri toimintakokonaisuuden yhdistelmänä.

Henkilöstön työmotivaatio koettiin yleensä erittäin hyväksi. Työyhteisön strategiatyö herätti toisaalta henkilöstössä kysymyksiä yhdistyksen tulevaisuudesta ja omasta roolista yhdistyksessä. Viime vuosien muutokset organisaation johdossa, arvelut yhdistyksen suunnasta sekä henkilöstön maantieteellinen sijoittuminen ovat tuoneet mukanaan haasteita työyhteisön yhteisöllisyydelle. Tähän haasteeseen tartuttiin keskittymällä omaan työhön ja sen kehittämiseen sekä toisaalta tukemalla työntekijöiden oman osaamisen kehittämiseen liittyviä suunnitelmia.

Työterveyshuollon yhteistyökumppanina on Terveystalo Oy. Vuoden aikana myös työnhajausta on lisätty tarpeen mukaan. Henkilöstön työhyvinvointia on tuettu myös Smartumin kulttuuri- ja liikuntaseteleillä. Yhteistyötä eri toimintojen välillä pyrittiin toimintavuoden aikana lisäämään joustavasti. Yhteistyö etenkin hanketyötä tekevän henkilöstön välillä lisääntyi merkittävästi. Vuoden aikana on koko työyhteisöön pyritty lisäämään avointa ja kaikkia arvostavaa ilmapiiriä. Työn tekemisen meininki on ollut vuoden aikana hyvää ja ”rajat ylittävä” yhteistyö kasvanut pikkuhiljaa.

Strategiatyön sekä henkilöstön yhteistyön lisäämisen lisäksi vuosi 2019 oli rekrytointiprosessien ja perehdytysten aikaa. Helmikuussa Ak7-ohjelmatoimintaan palkattiin määräaikainen työntekijä Elina Lehtomäki, jonka vastuulla oli kehittää vaikuttavaa koulutustoimintaa sekä TOIVE-verkosta. Lisäksi tehtävänä oli selvittää tukihenkilötyön tarve ja toteuttamistapa. Huhtikuussa yleisavustukseen palkattiin kokoaikainen viestintäsuunnittelija Inka Lähteenaro, jonka tehtävänä oli kehittää ja toteuttaa Myllyhoitoyhdistyksen viestintää. Syksyllä alkoi uuden toiminnanjohtajan rekrytointiprosessi, jossa hallituksen päätöksellä kymmenen hakijan joukosta valittu uusi toiminnanjohtaja Minna Ekholm aloitti perehtymisensä joulukuussa ja virallisen työnsä 20.1.2020.



KIITOS KULUNEESTA VUODESTA!