

AUTETAAN AJOISSA

FinFamin vuosikertomus 2022



Sisällys

Puheenjohtajan tervehdys	6
Omaisjärjestötyön strategia	7
Vaikuttamistyöllä vahvistettiin mielenterveys- omaisten asemaa ja oikeuksia	11
Verkostoyhteistyö lisäsi mielenterveysomaisten tilanteen ja tuen tarpeen tunnistamista	12
FinFami perusti uuden Mielenterveysvaikuttajat-verkoston	13
Tapahtumissa ja tilaisuuksissa nostettiin esiin omaisten huomiooninnin merkitystä	15
Keskustelu omaisten oikeuksista käynnistyi	16
FinFami vaikutti vaaleissa	16
Mielenterveysomaiset ja FinFamin tarjoama tuki tavoitti uudenlaista mediaa	18
Ilonan päivän viikolla medianäkyvyys oli erinomainen	20
Kampanjat nostivat esiin mielenterveysomaisille tärkeitä teemoja	22
Sosiaalisessa mediassa tiedotettiin mielenterveysomaisille tarjotusta tuesta	24
Verkkosivujen kävijämäärät kasvoivat huimasti	25
FinFamin tuottamien materiaalien avulla levitetään tietoa	26
Koko järjestön yhteinen tietopankki avattiin	26
Labyrintti-lehti lisää tietoa ja vahvistaa hyvinvointia	27

Jäsenyhdistyspalvelut tukevat
FinFami-yhdistysten toimintaa 29

Vapaaehtoistoiminta 32
Jäsenyhdistyspalvelutoiminnan tulokset vuonna 2022 33

Vaikuttavat Kumppanuudet –
mielenterveysomaisten palvelupolkujen
luomisen ja strategisten kumppanuuksien
kehittämishanke 35

Vuonna 2022 toteutuneet toimenpiteet 36
Yhteistyö verkoston ja omaisten sekä palveluntarjoajien kesken 36
Hankkeen toiminta lukuina 37

Kansainvälinen yhteistyö 38

FinFamin työntekijät ja luottamusjohto
edistivät yhdessä mielenterveysomaisten
hyvinvointia 39

Edustajakokoukset päättivät keskusliiton suuret linjaukset 40
Hallitus edisti ja tuki keskusliitossa tehtävää työtä 40

Mielenterveysomaisten keskusliitto –
FinFamin toimisto muutti 41

Jäsenyhdistykset 42

KUN YKSI TOIPUU
MONEN ELÄMÄ
HELPOTTUU.

Et jää yksin.

Puheenjohtajan tervehdys

Toimintavuoden 2022 aikana onnistuimme vahvistamaan erinomaisesti mielenterveysomaisten hyvinvointia.

Viime vuosi oli keskusliittomme 31. toimintavuosi. Vuonna 2022 tilanne koronan osalta normalisoitui suurelta osin ja sen vaikutukset toimintamme järjestämiseen vähenivät. Poikkeustilanteen helpotumisesta huolimatta olemme edelleen järjestäneet useita verkkotilaisuuksia aluejärjestöille, koska niihin on ollut helppo osallistua joka puolelta Suomea.

Olemme saaneet hyvin julkisuutta eri medioiden kautta. TV- ja radiohaastattelussa on nostettu esiin mielenterveysomaisille tärkeitä teemoja. Myös lehdet ovat julkaisseet eri puolilla Suomea mm. mielipidekirjoituksiamme omaisten asemasta, tuen tarpeesta ja lapsiomaisten arjen sujumisesta, kun perheessä on mielen ongelmia.

Jatkoimme lisäksi vaikuttamista sosiaalisen median kanavissa, jolloin seuraajamme saivat tietoa esimerkiksi mielenterveysomaisille suunnatuista palveluista.

Labyrintti-lehti on edelleen hyvin suosittu omaisten keskuudessa. Lukiessaan muiden samankaltaisessa tilanteessa olevien kokemuksista, omaiset voivat kokea samaistumisen tunteita ja huomata, että eivät ole tilanteessaan yksin. Myös ammattilaiset pitävät julkaisua tarpeellisenä, koska omaiset saavat sen avulla tietoa heille tarjolla olevasta tuesta.

Olemme jatkaneet yhteistyötä eri mielenterveysjärjestöjen kanssa, jotta mielenterveyspalvelut voisivat kehittyä ja myös omaiset huomioitaisiin

hoitoketjussa. On tärkeätä, että koko perhe ja läheiset huomioitaisiin ja siten vahvistetaan kaikkien asianosaisten pärjäämistä. Yhteistyömme Eufamin kanssa jatkuu edelleen, ja näin saamme vahvistettua omaisten asemaa myös Euroopan tasolla.

Paljon on saatu aikaan, joten suuret kiitokset ahkerille ja osaaville työntekijöillemme. Ilman heidän työpanostaan edellä mainitut asiat ja monet mainitsematta olevat seikat olisivat jääneet toteuttamatta.

Sääntöjen mukaan hallituksemme on saanut uusia toimijoita. Samalla kun lausumme uudet hallituksen jäsenet tervetulleiksi, kiitämme eroavia heidän hyvästä työpanoksestaan keskusliittomme ja meidän omaisten hyväksi.

Pidän siitä, että hallituksessamme on edustettuina alueyhdistyksiä eri puolilta Suomea. Näin saamme paremman kuvan koko maan mielenterveyskentän toiminnasta ja voimme paremmin ajaa omaisten etuja ja nostaa esiin epäkohtia saadaksemme omaisten palvelut paremmiksi. Kiitän hallitusta hyvästä ja keskustelelevasta toiminnasta.

Kiitokset kuuluvat lisäksi kaikille vapaaehtoistoimijoillemme, teidän antamanne työpanos on tärkeä! Kiitos myös aktiivinen jäsenistömme, joka innokkaasti osallistuu toimintaamme.

Tästä meidän on hyvä jatkaa edelleen, yhdessä toimien omaisten hyväksi!



Anita Ruutiainen, FinFamin hallituksen puheenjohtaja

KUN YKSI TOIPUU, MONEN ELÄMÄ HELPOTTUU

STRATEGISET TAVOITTEET

Omaisten
yhdenvertainen
osallisuus

Toimintakykyiset
omaiset ja perheet

Perhelähtöiset palvelut
ja psykiatria

MENESTYSTEKIJÄT

Kansalaisjärjestö-
lähtöisyys

Sisäinen
yhteistyö

Tiedolla
johtaminen

Ekosysteemien
rakentaminen

JÄRJESTÖKULTTUURI

Toipumisorientaatio
ja positiivinen
mielenterveys

Uskallus

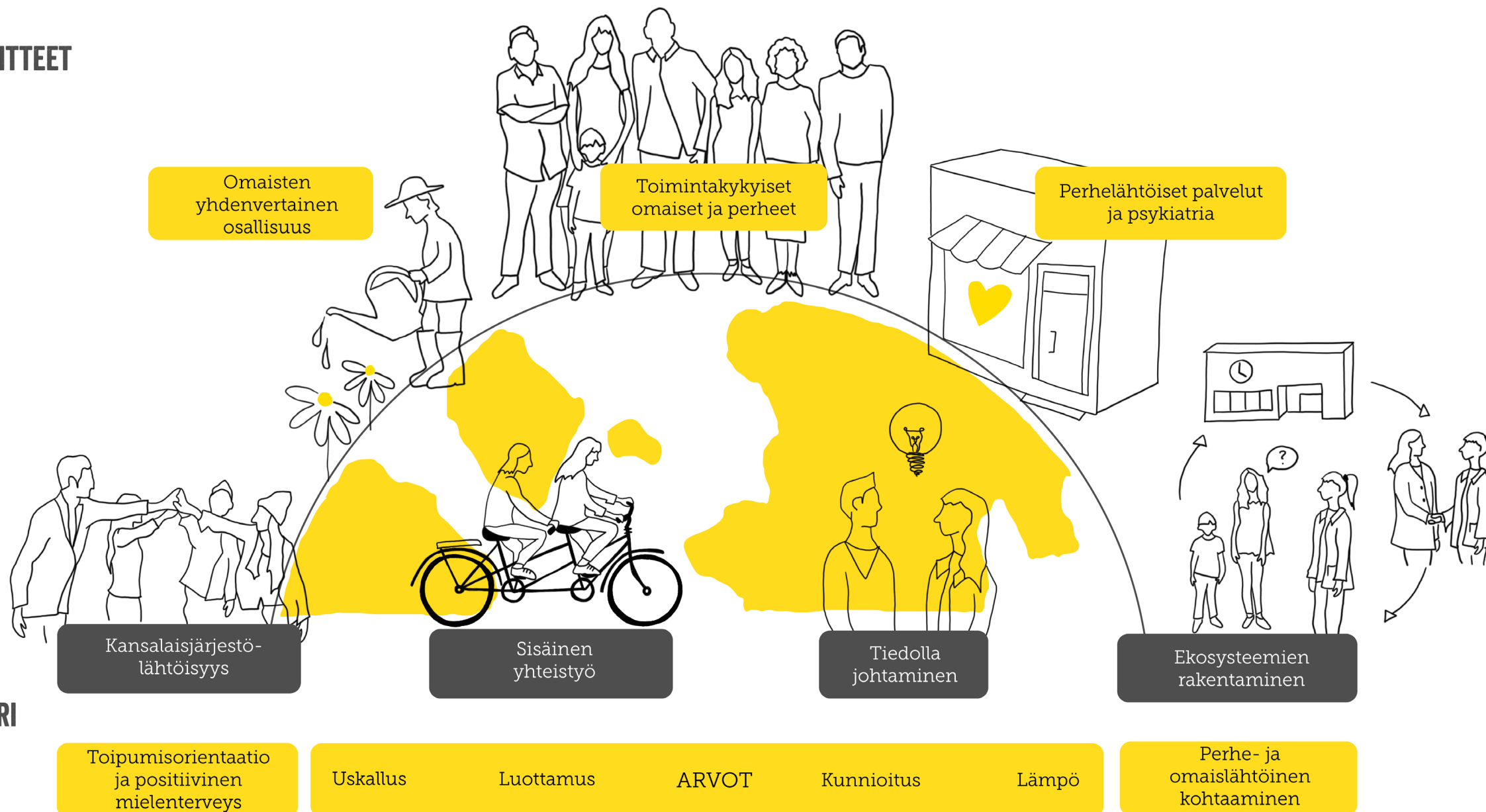
Luottamus

ARVOT

Kunnioitus

Lämpö

Perhe- ja
omaislähtöinen
kohtaaminen





Kuva: Milka Alanen

Vaikuttamistyöllä vahvistettiin mielenterveysomaisten asemaa ja oikeuksia

Vuonna 2022 FinFami teki näkyvää työtä mielenterveysomaisten hyvinvoinnin lisäämiseksi ja mielenterveyden sairauksiin liittyvän stigman vähentämiseksi. Vuoden teemana oli mielenterveysomaisten oikeudet.

Suomessa on arviolta vajaa puoli miljoonaa (470 000) mielenterveysomaista. Mielenterveysomaisten määrä on kasvanut, kun mielenterveyden häiriöt ovat lisääntyneet. Huolestuttava ja pikaisia toimenpiteitä vaativa ongelma ei ole ainoastaan kasvava mielenterveysomaisten lukumäärä, vaan myös omaisten kasvanut hoitotaakka.

Suomessa on suuri mielenterveyspalveluiden hoitovaje ja alueellisia eroja palveluiden saatavuudessa. Nykyinen mielenterveyspalvelujen heikko saatavuus, hoidon jatkuvuuden haasteet ja huutava pula sosiaali- ja terveysalan ammattilaisista ovat lisänneet merkittävästi omaisten kuormittumista. Kun tarpeenmukaisia mielenterveyspalveluita ei saa ajoissa, valvonta- ja hoitovastuu kaatuu läheisille. Raskaassa tilanteessa sairastuneen läheiset uupuvat ja tarvitsevat tukea. Ongelmallista on kuitenkin omaisille annettavan tuen puute sosiaali- ja terveyspalveluissa.

Epävakaa maailmantilanne ja sen vaikutukset tavalliseen arkeen tuntuvat erityisen voimakkaasti jo

valmiiksi heikoimmassa asemassa olevien kuten psyykkisesti sairastuneiden ja heidän läheistensä keskuudessa. Mm. koronan vaikutusten myötä tilanteet heikentyivät monissa perheissä. FinFamin omaiskyselyn (2021) mukaan jopa 71 % vastaajista koki, että heidän vastuunsa sairastuneen läheisen hoidosta on lisääntynyt. Tämän myötä läheisten kokemana huoli, stressi, uupumus ja yksinäisyys lisääntyivät.

THL:n (2022) mukaan koronaepidemian mielenterveysvaikutukset ovat olleet kielteisimpiä nuorten ja nuorten aikuisten kohdalla. Koronaepidemian negatiivisten vaikutusten tiedetään kohdistuneen voimakkaimmin niihin lapsiin ja nuoriin, joilla on jo lähtökohtaisesti ollut muita vaikeampaa kuten kasvuympäristön lähiaikuisten vakavia mielenterveys- tai päihdeongelmia. Erityisen tärkeää koronaepidemian jälkihoidossa onkin pyrkiä tavoittamaan ne lapset ja nuoret, joiden tiedetään tarvinneen tukea jo ennen koronaepidemiaa. Oleellista on tunnistaa yksilöllisesti psyykkisen oireilun juurisyyt.



FinFami teki mielenterveysomaisten tilannetta ja tuen tarvetta näkyväksi monipuolisella vaikuttamistyöllä. Viestinnässä, kuulemis- ja asiantuntijapuheenvuoroissa, edunvalvontaverkostoissa ja verkostojen yhteisissä kannanotoissa FinFami toi esiin mielenterveysomaisille suunnatun oikea-aikaisen tuen välttämättömyyttä ja tämänhetkistä riittämättömyyttä sekä sitä, miten epävakaa maailmantilanne on vaikuttanut mielenterveysomaisten elämään. Lisäksi FinFami toi esiin sen, että omaisten huomiointi on merkittävä ennaltaehkäisevän mielenterveystyön keino, jota ei hyödynnetä riittävästi. Myös Terapiatakuun toteuttamista vaadittiin.

Julkiseen keskusteluun nostettiin myös mielenterveyden häiriöiden hoitoon käytettävien hoitojen vaikuttavuus, jolla on yhteys omaisten kuormittumiseen. FinFamin ja Mielenterveyden keskusliiton toteuttamassa masennuspotilas- ja omaiskyselyssä (2022) vain 20 % potilasvastaajista koki saaneensa tehokasta ja vaikuttavaa hoitoa. Tehokas, vaikuttava ja oikea-aikainen hoito sairastuneelle vähentää omaisten kuormittumista ja uupumista.

Keskusliitto panosti vuonna 2022 jäsenyhdistysten toiminnan tukemiseen ja esiin nostamiseen. Mielenterveysomaisilta ja jäsenyhdistyksiltä ja tullessiin tarpeisiin vastattiin monikanavaisen viestinnän avulla.

Koronapandemian myötä syntyneet toimivat ratkaisut vakiintuivat osaksi järjestön toimintaa: edunvalvonta, viestintä ja muu toiminta painottuivat verkossa toteutettavaksi, vaikka ihmisiä tavattiin nyt myös kasvokkain. Järjestö onnistui näin tavoittamaan laajemmin eri kohderyhmiä (mielenterveysomaisia, ammattilaisia, median edustajia, poliittisia päättäjiä).

Keskusliitto hyödynsi toiminnassaan avointa ja vuorovaikutteista keskustelukulttuuria niin jäsenyhdistysten, kokemustoimijoiden, vapaaehtoisten kuin yhteistyökumppaneidenkin kesken. Edunvalvontaa ja vaikuttamista suunniteltiin ja toteutettiin tiiviissä yhteistyössä edellä mainittujen kohderyhmien kanssa. Kokemustoimijat ja vapaaehtoiset osallistuivat aktiivisesti vaikuttamistyöhön jakamalla omia tarinoitaan. Heidän osallistumisensa lisäsi huomattavasti viestinnän vaikuttavuutta ja sisällön ajankohtaisuutta.

Verkostoyhteistyö vahvisti mielenterveysomaisten tilanteen ja tuen tarpeen tunnistamista

Laajan verkostoyhteistyön avulla FinFami sai vahvemmin vaikutettua mielenterveysomaisten oikeuteen saada tukea.

Vahva vaikuttaminen edellytti aktiivista verkoston luomista. Mielenterveysomaisten tilanteen, tuen tarpeen ja oikeuksien tunnistamisen parantamiseksi tehtiin laajaa verkostoyhteistyötä. FinFami tapasi vuonna 2022 keskeisiä päättäjiä, virkamiehiä sekä sosiaali-, terveys- ja kasvatusalan ammattilaisia eri foorumeilla.

Tärkeimpiä vaikuttamistyön verkostoja, joissa FinFami toimi, olivat mm. Eduskunnan mielenterveyspoliittinen neuvottelukunta, Mielenterveyspooli, Suomen Omaishoidon verkosto, Masennuskoalitio,

Skitsofreniakoalitio, Mielenterveysstrategian asiantuntijaryhmä, Kelan kumppanuusfoorumi, YTHS:n hallitus, SOSTE ja Kulttuurihyvinvointipooli. Uusina merkittävänä verkostoina olivat Parisuhdeverkosto, johon kuuluu yli 40 toimijaa sekä Mielenturvaverkosto, jossa on yli 50 yritystä ja järjestöä.

Järjestö osallistui verkostojen yhteisiin lausuntoihin ja kannanottoihin (yht. 2 kpl) tuoden mielenterveysomaisten ja perheiden tuen tarvetta ja oikeuksia esiin. Verkostoissa sekä etenkin sosiaali-, terveys- ja kasvatusalan (soteka) ammattilaisille suunnatuissa tilaisuuksissa on viety vahvasti eteenpäin FinFamiyhdistysten kehittämiä omaistyyön malleja.

FinFami antoi myös oman lausunnon mielenterveys- ja päihdelainsäädännön uudistamista koskevaan lakiesitykseen, jonka myötä mielenterveys- ja päihdepalveluista säädetään jatkossa erillislakien sijasta sosiaalihuoltolaissa ja terveydenhuoltolaissa. Lausunnossaan FinFami nosti esiin tarpeen kirjata lakiin omaisten ja perheiden huomiointi mielenterveyspalveluissa. Lausunto tehtiin yhteistyössä jäsenyhdistysten kanssa ja se oli kaikkien FinFami-yhdistysten käytössä.

Vahvan edunvalvonnan, vaikuttamisen ja yhteistyön avulla saatiin nostettua mielenterveysomaisten ja perheiden tuen tarve yhteiskunnalliseen keskusteluun ja päättäjien tietoisuuteen. FinFami on asiantuntijaorganisaationa haluttu yhteistyökumppani, mikä ilmenee mm. lausunto-, puhuja- ja haastattelupyyntöjen kautta.

Järjestö piti myös aktiivisesti yllä useita sisäisiä verkostoja, jotka auttoivat yhtenäistämään koko FinFami-järjestökentän edunvalvontatyötä ja viestintää.

FinFami perusti Mielenterveysvaikuttajat-verkoston

Tuore Mielenterveysvaikuttajat-verkosto on FinFamin valtakunnallisen vaikuttamistyön sanansaattaja.

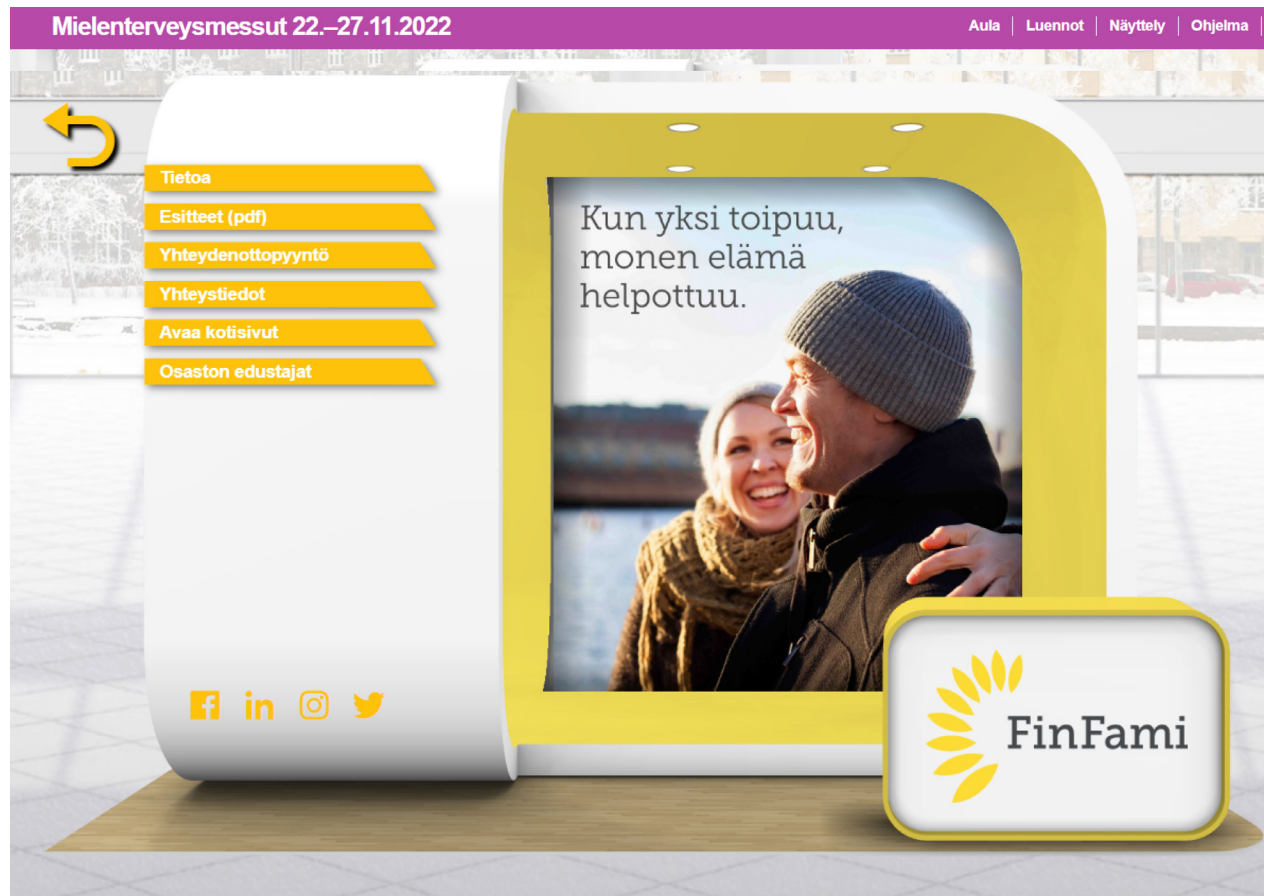
Vuonna 2022 FinFamin valtakunnallinen vaikuttamistyö laajeni siten, että se tavoitti myös uusien hyvinvointialueiden päättäjiä. Vaikuttamistyössä suunnattiin entistä enemmän verkostomaiseen toimintaan ja vaikuttamiseen.

Verkostovaikuttamisen perustaksi FinFami kehitti Mielenterveysvaikuttajat-konseptin, jonka ympärille uutta eri vaikuttajista koostuvaa yhteistyöverkostoa on alettu rakentaa. Uuden toimintamallin kehittämisessä lähtökohtana oli omaisjärjestötyön strategian tavoite ekosysteemin rakentamisesta.

Toimintavuoden aikana Mielenterveysvaikuttajat-verkostoon on lähtenyt mukaan aluevaltuutettuja useimmilta hyvinvointialueilta. Mielenterveysvaikuttajaksi kutsutut aluevaltuutetut ovat pääasiassa jäsenyhdistysten ehdottamia päättäjiä.

Verkoston vahvistaminen jatkuu vuonna 2023 vielä puuttuvien hyvinvointialueiden edustajilla. Jatkossa verkostoon kutsutaan mukaan myös kansanedustajia ja europarlamentaarikkoja, eri alojen ammattilaisia sekä somevaikuttajia.





Tapahtumissa ja tilaisuuksissa nostettiin esiin omaisten huomioinnin merkitystä

Omaisten huomiointi on tärkeä ennaltaehkäisevän mielenterveystyön toimi ja yksi keino mielenterveyskriisin ratkaisemisessa. Tätä viestiä FinFami vei eteenpäin erilaisissa tapahtumissa ja tilaisuuksissa.

Toimintavuoden aikana tavoitettiin ammattilaisia arviolta 3635 henkilöä. Ammattilaisia tavattiin pääasiassa eri verkostojen kanssa yhdessä järjestettyjen tilaisuuksien ja yhteiswebinaarien kautta. Tavoitetun ammattilaisten määrän kasvu (+ 500 %) on merkittävä edellisvuoteen verrattuna.

Toimintavuoden aikana FinFami toteutti yhdessä ISPS Suomi ry:n kanssa Psykoosisymposiumin, joka järjestettiin verkossa helmikuussa 2022. Tilaisuuteen osallistui 120 mielenterveysalan ammattilaista. Symposiumissa saatiin näkyväksi mielenterveysomaisten tuen tarve ja FinFamin tarjoama tuki.

FinFami järjesti keväällä 2022 yhdessä Masennuskoalition, KEVA:n ja Janssen-Cilagin kanssa Masennuksen hoito ja ennaltaehkäisy -verkoseminaarin, joka oli suunnattu sosiaali- ja terveysalan ammattilaisille. FinFamilla oli puheenvuoro tapahtumassa ja siellä esiteltiin myös kaksi videota, joissa FinFamin kokemustoimijat kertoivat kokemuksiaan siitä, miltä tuntuu, kun läheinen sairastuu masennukseen. Videot löytyvät FinFamin YouTube-kanavalta ja verkkosivuilta.

Verkkoseminariin osallistui 514 katsojaa ja sen tallennetta katsottiin jälkikäteen 262 katsojan toimesta. Yhteensä tapahtuma tavoitti 776 katsojaa. Palautteen antaneista 91% arvioi webinaarin sisällön vastanneen odotuksia. 52 % vastaajista antoi tapahtuman yleisarvosanaksi 5 (erinomainen) ja 45 % 4 (hyvä). Vain 3% vastaajista koki seminaarin keskinkertaiseksi. Omais-

ten tilannetta koskeva puheenvuoro sai arvosanaksi 4,3 asteikolla 1-5.

Psykiatripäivillä esiteltiin järjestön omaisille suunnattua toimintaa kahdesti, keväällä ja syksyllä 2022. Näytteilleasettajapisteellä oli mukana myös FinFamin kokemustoimijoita, jotka jakoivat kokemuspohjaista tietoa omaisten kohtaamisesta.

Järjestön toimintaa esiteltiin Perheterapiakongressissa Tampereella. Päivien teemana oli läsnäolon voima – perheresilienssi ja elämänhaasteista selviytyminen. FinFamin näytteilleasettajapisteellä vieraili monia ammattilaisia, kuten perhe- ja pariterapeuteja, kuulemassa omaisten tilanteesta ja FinFami-järjestön tarjoamista tukimuodoista. Päivien aikana saadun suullisen palautteen mukaan FinFamin tarjoama toiminta täydentää lastensuojelun palveluita tarjoamalla asiakkaille tukimuotoja kuten vertaistukiryhmiä. FinFami osallistui myös Helsingin Kuntamarkkinoille, jossa tavattiin kuntien, valtion ja muun julkisen hallinnon päättäjiä sekä palveluiden tarjoajia.

Omaisten tilannetta ja FinFami-yhdistysten tukimuotoja ja -materiaaleja esiteltiin Ylioppilaiden terveydenhuoltosäätiön toimijoille. YTHS halusi edistää järjestöjen tekemän työn tunnettuutta omien työntekijöidensä parissa, jotta he osaavat tunnistaa, tukea ja ohjata opiskelijoita avun piiriin omaistilanteissa. YTHS:lle koottiin infopaketti FinFami-järjestön toiminnasta ja omaisten tukimuodoista ja keskusliitolla oli myös puheenvuoro YTHS:n tilaisuudessa. Lisäksi FinFami oli puhumassa Diakin päihde- ja mielenterveysopintojen luennolla, jossa kuuntelijoina oli sotealan opisto- ja korkeakoulututkinnon suorittaneita.

Mielenterveysomaisten asia oli esillä valtakunnallisilla, virtuaalisilla Mielenterveysmessuilla. FinFami-järjestön näytteilleasettajapisteellä vieraili 108 kävijää. Kävijöillä oli mahdollisuus jättää yhteydenottopyyntö FinFamille tai ladata järjestön maksuttomia materiaaleja verkon kautta.



Toimintavuoden aikana FinFami kutsuttiin mukaan esittelemään toimintaansa SOLMUSSA LIVE-tapahtumaan Tampere-talolle, jossa vaikuttajat kuten **Terapeuttiville, Roosa Rahkonen, Mikael Renwall** ja tilaisuuden järjestäjät Solmussa-podcastin **Maija Kantola** ja **Ella Hautajärvi** pitivät puheenvuoroja mielenterveydestä. Tilaisuuteen osallistui paljon lapsia ja nuoria.

Vuoden aikana FinFami järjesti koulutuksia myös jäsenyhdistysten työntekijöille. Toinen koulutuksesta käsitteli IPC-menetelmää (nuorten masennusoireisiin kohdentuva varhaisen tuen menetelmä) nuorten masennuksen hoidossa ja toinen mielenterveyden oireilun vaikutuksia parisuh-teeseen. Ensimmäinen toteutettiin yhteistyössä VIVA-hankkeen kanssa ja jälkimmäinen Parisuhdekeskus Katajan kanssa. Koulutukset järjestettiin yhdessä yleisavustettavan toiminnan ja jäsenpalveluiden kanssa.

FinFamin Työntekijäpäivät järjestettiin Porissa 2.-3.11.2022 yhteistyössä FinFami Satakunnan kanssa. Päivien teemana oli merkityksellisyys ja toipumisorientaatio omaistyössä. Keskusliittolaisten lisäksi osallistujia oli yhteensä 45 finfAMILaista kahdeksasta (8) jäsenyhdistyksestä ympäri Suomen. Päivien aikana finfAMILaiset verkostoituivat ja jakoivat tietoa toimivista käytännöistä.

Keskustelu omaisten oikeuksista käynnistyi

Toimintavuoden aikana edunvalvonnassa korostui mielenterveysomaisten oikeuksien esiin nostaminen. Oikeudellinen näkökulma mielenterveysasiakkaan lähipiirin osalta on äärimmäisen tärkeä, mutta ei yksiselitteinen asia.

Keskusliitto kävi useita asiantuntijakeskusteluja lain-

säädännön asiantuntijoiden kanssa. Aihe viritti myös keskustelua Kuntamarkkinoilla. Syksyllä 2022 järjestö kokosi yhteen asiantuntijajoukon, jonka kanssa jatketaan omaisten oikeuksia käsittelevää kehitystyötä.

Jotta mielenterveysomaisten oikeudellinen asema vahvistuu ja lain henki sosiaali- ja terveystalvuiden arjessa toteutuu, tarvitaan edelleen paljon keskustelua ja eri asiantuntijoiden tuomaa näkökulmaa aiheeseen. Omaisten oikeudet tulevat olemaan myös jatkossa vaikuttamistyön keskiössä.

FinFami vaikutti vaaleissa

Aluevaalit mahdollistivat mielenterveysomaisten ja -omaishoitajien aseman näkyväksi tekemisen ympäri Suomen. Loppuvuodesta tuotettiin vaikuttamis-sältöä myös vuoden 2023 eduskuntavaaleihin.

Mielenterveysomaisten oikeudet ja niiden vahvistaminen oli yksi vaalivaikuttamisen tavoitteista. Se näkyi aluevaalivaikuttamisessa ja nostettiin myös yhdeksi päätavoitteeksi FinFamin hallitusohjelmatavoitteisiin 2023-2027.

FinFamin aluevaalitavoitteiden tarkoitus oli nostaa mielenterveysomaisten ääni kuuluviin ja parantaa heidän tilannettaan hyvinvointialueilla. FinFamilla oli viisi (5) tavoitetta, joita tuotiin esiin aluevaalivaikuttamisessa. Nämä tavoitteet muodostettiin yhteistyössä jäsenyhdistysten ja kokemustoimijoiden kanssa.

1. Hoitoonpääsy mielenterveyden peruspalveluihin

Mielenterveyden häiriöt koskettavat jossain elämän vaiheessa noin puolta suomalaisista. Valtaosa mielenterveyden palvelukysynnästä kohdistuu terveydenhuollon perustasolle johtuen mielenterveys-häiriöiden suuresta määrästä. Tärkeässä asemassa ovat matalankynnyksen palvelut, kuten puhelinkon-



taktit, terveystioskit sekä perustason lyhyet interventiot. Omaisia kuormittaa kaikista eniten se, että sairastunut ei saa apua. Kun henkilöllä murtuu jalka, hän pääsee välittömästi hoitoon. Mielenterveysongelman kanssa lääkäriin pääsy voi kestää kuukausia.

2. Mielenterveysomaisten tunnistaminen ja tuki

Arviolta yli 400 000 suomalaista hoivaa mielenterveysongelmista kärsivää läheistään. Näistä mielenterveysomaisista lähes puolet (46 %) on vaarassa masentua itse. Hyvinvointialueiden tavoittelema ehkäisevä ja ennakkoiva työ edellyttää mielenterveysomaisten tilanteen ja tuen tarpeen tunnistamisen. Sairastuneen läheiset tulee ohjata omaisen omaa hyvinvointia vahvistavan vertaistuen piiriin. Omaisten huomioiminen palveluissa on ehkäisevää mielenterveystyötä parhaimmillaan ja vahvistaa palveluiden oikea-aikaisuutta.

3. Lapset ja nuoret sairastuneen läheisinä

Joka neljäs lapsi elää perheessä, jossa vanhemmalla on mielen-terveys- tai päihdeongelma. Pikkulapsiperheiden vanhemmista 40 % on huolissaan omasta jaksamisesta. Masentuneiden vanhempien lapsista 60 % sairastuu alle 25-vuotiaana. Suurin osa lapsista ja nuorista kohdataan päivittäin varhaiskasvatuksessa ja koulussa. Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen on hyvinvointialueiden ja kuntien yhteinen tehtävä. Lasten ja nuorten hyvinvointi edellyttää uudenlaisia sivistys-, sosiaali- ja terveystoimen yhteistyörakenteita.

4. Mielenterveystaitoinen ja riittävä henkilöstö

Sosiaali- ja terveydenhuollon ja pelastustoimen henkilöstö siirtyy kokonaisuudessaan hyvinvointialueiden palvelukseen. Yli 173 000 ihmisen työnantaja vaihtuu. Lisäksi opiskeluhoollon kuraattorit ja koulupsykologit siirtyvät hyvinvointialueiden ja hyvinvointiyhtymien palvelukseen. Nämä kaikki ammattilaiset ovat avainhenkilöitä edistämään alueen mielenterveyttä ja perhelähtöistä työtettä.

5. Osallisuuden edistäminen

Hyvinvointialueiden on varmistettava kuntalaisten ja asiakkaiden mahdollisuus vaikuttaa päätöksen- teeseen. Sairastuneiden omaisilla ja läheisillä on oikeus tulla kuulluksi ja vaikuttaa itseään koskeviin asioihin. Aluevaltuuston on pidettävä huolta monipuolisista ja vaikuttavista osallistumisen mahdollisuuksista. Järjestötoiminnassa on mukana useita aktiivisia mielenterveysomaisia, joilla on tärkeää tietoa hyvinvointialueen päätöksenteolle ja toiminnan kehittämiselle.

Keskusliitto tuotti aluevaalimateriaalit koko FinFami-kentän käyttöön lähetti ne jäsenyhdistyksille. Aluevaalimateriaalit ja niihin liittyvät kokemusasiantuntijavideot löytyivät finfami.fi -verkkosivulta.

Aluevaalimateriaalit lähetettiin myös puoluetoimistoille (22 kpl). Aluevaltuustoihin pyrkiviä ehdokkaita aktivoitiin FinFamin aluevaalikyselyn kautta. Verkkosivuilla olleeseen aluevaalikyselyyn vastasi 65 aluevaaliehdokasta, joiden joukossa oli myös kahdeksan (8) eduskuntapuolueen puheenjohtajaa.

Loppuvuodesta 2022 tuotettiin materiaaleja myös seuraavan vuoden eduskuntavaalivaikuttamiseen. FinFamin hallitus linjasi keskusliiton hallitusohjelmataavoitteet, joiden tueksi keskusliitto toteutti vaalimateriaaleja. Materiaalit toteutettiin sekä suomeksi että ruotsiksi ja ne olivat vapaasti kaikkien alueyhdistysten toimijoiden hyödynnettävissä.

FinFami vastasi sekä aluevaalikampanjan ja -sisältöjen suunnittelusta ja toteutuksesta. Lisäksi se koordinoi kampanjatiedostusta FinFamin jäsenyhdistysten välillä.

Mielenterveysomaiset ja FinFamin tarjoama tuki tavoitti uudenlaista mediaa

Erinomaisen medianäkyvyyden avulla FinFami vahvisti julkista keskustelua mielenterveysomaisten tilanteesta sekä omaa ja jäsenyhdistysten asemaa valtakunnallisesti tunnustettuna ja tunnettuna asian tuntijaorganisaationa.

Vaikuttamistyön onnistuminen edellytti aktiivista mielenterveysomaisten ja -omaishoitajien oikeuksien esiintuomista viestinnällisin keinoin. Toimintavuonna järjestö oli aktiivisesti yhteydessä median edustajiin sekä teki tiedotteita ja mielipidekirjoituksia, jotta tietämys mielenterveysomaisten asemasta ja pitkään jatkuneen epävakaa maailmantilanteen vaikutuksista lisääntyisi.

Vuonna 2022 keskusliitto tiedotti ajankohtaisista

mielenterveysomaisten ja -omaishoitajien asemaan liittyvistä teemoista, tapahtumista ja materiaaleista monissa eri tiedotuskanavissa. Tiedotteilla ja mielipiteillä (23 kpl) nostettiin esiin mielenterveysomaisten kokemia epäkohtia ja ajankohtaisia teemoja sekä otettiin kantaa mielenterveyspalveluiden kehittämiseen.

Aktiivisen mediayhteistyön avulla tavoitettiin uudenlaista mediaa. Median kiinnostuksen myötä järjestö pystyi tehokkaasti tiedottamaan aiheesta ja tarjoamaan väylän, jonka avulla apua tarvitsevat löysivät paremmin tuen piiriin. Mediakeskusteluihin nostettiin erityisesti riittämätön mielenterveysapu ja sen vaikutukset mielenterveysomaisten hyvinvointiin ja jaksamiseen sekä omaisten tuen tarve. Hyvän medianäkyvyyden ansiosta järjestö onnistui lisäämään tietoa mielenterveysomaisten arkeen liittyvistä ajankohtaisista teemoista ja koko FinFami-omaisjärjestökentän tarjoamasta tuesta.

FinFami näkyi monipuolisesti eri medioissa ja haastatteluja annettiin niin televisioon, radioon kuin printti- ja verkkojulkaisuihinkin. Merkittävä uusi media oli Ylen A-Studio. FinFamin asiantuntijoita ja kokemustoimijoita haastateltiin myös podcasteihin kuten toimittaja **Tuija Pehkosen** Laput silmiltä Pehkonen! -podcastiin, jonka yksi jakso käsiteli mielenterveysomaisten asemaa ja tuen tarvetta. Haastatteluiden lisäksi eri lehdet julkaisivat FinFamin mielipidekirjoituksia. Aihepiirejä ja sisältöjä toteutettaessa kuultiin jäsenyhdistysten tarpeita.

FinFamilla oli toimintavuoden aikana yhteensä 85 mediaosumaa ja niiden lukumäärä kasvoi 89%. Merkittävät mediaesiintymiset olivat tv-haastattelut Ylen A-studiossa (keskikatsojamäärä 444 000) ja MTV3:n Uutisaamussa (373 000) sekä Kymmenen- (500 000) ja Seitsemän uutisissa (492 000), jotka mahdollistivat mielenterveysomaisille tärkeiden teemojen esiin saamisen yhä laajemmalle ihmisjoukolle. Lisäksi mm. HS:n mielipiteiden (2kpl) potentiaalinen tavoit-



Mielipide | Lukijan mielipide

Omaisen hätää vähentää tieto, että tärkeä ihminen on turvassa

Mielenterveyspalveluissa aito dialogi ja onnistunut tiedonkulku hoitotahon, potilaan ja omaisen välillä on kaikkien etu.

28.5. 2:00

ANNIINA RAUHALA kirjoitti huolestaan omaisten tiedonsaantiin liittyen ([HS Mielipide 21.5.](#)). Vuoropuhelu on tärkeää, kun perhekeskeisiä mielenterveyspalveluja kehitetään.

Tärkeintä on, että psyykkisesti sairastunut saa apua ja hyvää hoitoa ajoissa. Mielenterveyspalveluissa aito dialogi ja onnistunut tiedonkulku hoitotahon, potilaan ja omaisen välillä on kaikkien etu. Keskustelua ja yhteistä ymmärrystä tulee edistää potilaan oikeuksia kunnioittaen.



tavuus oli n. 3 milj/mielipide. Myös Ylen julkaisema haastattelu läheisen kokemiin tunteisiin liittyen tavoitti erittäin merkittävän määrän lukijoita. Radiohaastatteluita oli vuoden aikana kaksi: Radio Helsinkiin annettu haastattelu keräsi arviolta 6500 kuulijaa (on demandin kuulijat puuttuvat, sillä sen osalta ei ole tarkkaa dataa). Yle Radio Suomen haastattelusta ei ole saatavilla lukuja.

Vuoden aikana FinFami onnistui tuomaan omaisten tilanteen näkyväksi sekä vahvistamaan FinFami-järjestökentän asemaa valtakunnallisesti tunnustettuna ja tunnettuna asiantuntijaorganisaationa.

Toimintavuoden aikana Erätauko-säätiö myönsi FinFamille Suomen dialogiteko 2021 -tunnustuksen demokratian vahvistamisesta. FinFami sai kiitosta erityisesti Poikkeusajan dialogit -kokonaisuuteen osallistumisesta ja yhteiskunnallisen keskustelun tukemisesta. Erätauko-keskustelut antoivat paljon hyvää tietoa mielenterveysomaisten tilanteista edunvalvontaan ja omaisille väylän päästä kertomaan omista ajatuksistaan ja vastuun lisääntymisestä.

Ilonan päivän viikolla media-näkyvyys oli erinomainen

Vuonna 2022 Ilonan päivän teemana oli mielenterveysomaisten oikeudet ja myönteisen keskustelukulttuurin lisääminen

Mielenterveysomaisten valtakunnallista päivää eli Ilonan päivää vietettiin 9. lokakuuta. Se on samalla kansainvälisen mielenterveyspäivän aatto.

Ilonan päivän aikana viestittiin mielenterveysomaisten tilanteesta ja tuen tarpeesta. FinFami-järjestö halusi rohkaista kaikkia läheisensä psyykkisestä hyvinvoinnista huolestuneita ottamaan huolensa puheeksi sekä hakemaan ja tarjoamaan apua.

Ilonan päivän aikana FinFami nosti esiin omaistilanteita, jotka jäävät liian usein tunnistamatta ja ilman tarvitsemaansa tukea. Päivän aikana korostettiin omaistilanteen tunnistamisen, tunnustamisen ja tukemisen sekä myönteisen mielenterveyspuheen merkitystä. Erityisesti mielenterveysomaisten oikeus omaan terveyteen oli keskiössä.

Ilonan päivästä tiedotettiin sosiaalisessa mediassa ja päivää varten tuotettiin materiaalia: tiedote, mielipidekirjoitus, juliste, infograafi sekä somekuvia.

Ilonan päivän viikon valtakunnallinen näkyvyys oli erinomainen. Ilonan päivän viikolla mielenterveysomaisten tilanne ja järjestö sai paljon medianäkyvyyttä, kun järjestöme esiintyi niin televisiossa (A-studio, keskikatsojamäärä 444 000) kuin printti- ja verkkomedioissakin. STT Infossa julkaistun tiedotteen vaikuttavuus oli hyvä ja se tavoitti paljon mediaosumia (20 kpl). Lisäksi FinFamin erillinen Ilonan päivän mielipidekirjoitus julkaistiin niin suomenkielisissä maakuntalehdissä (9 kpl) kuin ruotsinkielisissä medioissa (4 kpl) kuten Hufvudstadsbladetissa, joka on Suomen laajalevikkisin ruotsinkielinen sanomalehti.

Kansanedustajat kuten Merja Mäkisalo-Ropponen (sd), Sari Sarkomaa (kok) ja Sofia Virta (vihr) nostivat päivän esiin omissa somekanavissaan. Mäkisalo-Ropponen kirjoitti myös Savon Sanomissa julkaisussa blogikirjoituksessaan mielenterveysomaisten tuen tarpeesta ja Ilonan päivästä.

Näiden lisäksi jäsenyhdistykset eri puolilla Suomea toteuttivat tapahtumia ja tempauksia ja välittivät tietoa mielenterveysomaisten tilanteesta ja järjestön tekemästä omaistyöstä.



Ilonan päivän viikolla mielenterveysomaisten tilanne ja FinFami-järjestö sai paljon medianäkyvyyttä.



Kampanjat nostivat esiin mielen- terveysomaisille tärkeitä teemoja

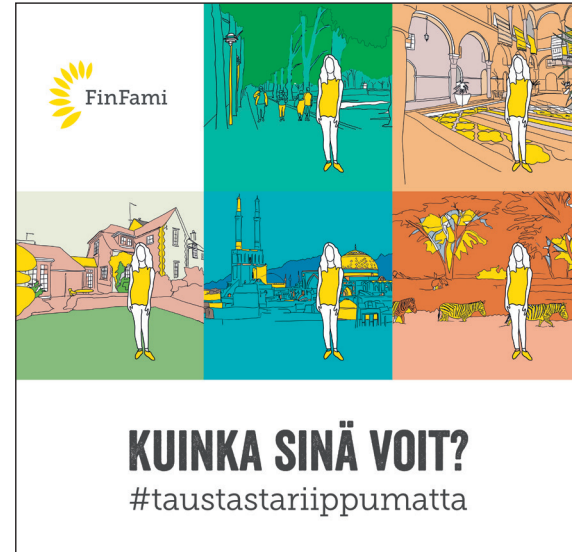
Toimintavuoden aikana FinFami toteutti neljä (4) eri-
laista vaikuttamiskampanjaa. Kampanjoiden avulla
lisättiin tietoa mielenterveysomaisten tilanteesta sekä
FinFamin tarjoamasta avusta ja vapaaehtoistoimin-
nan mahdollisuuksista..

Vuonna 2022 keskusliitto viesti paljon sosiaalisessa
mediassa sekä toteutti siellä kolme (3) suurempaa eri
kohderyhmille suunnattua vaikuttamiskampanjaa.
Lisäksi järjestö toteutti pienimuotoisemmin yhden
(1) kampanjan.

Vuoden aikana toteutetulla **Taustasta riippumatta
-kampanjalla** vaikutettiin ennakkoluuloihin. Kam-
panja toteutettiin rasisminvastaisella viikolla some-
näkyvyyden kautta. Viikon aikana FinFami haastoi
tunnistamaan omat ennakkoluulonsa ja kohtaa-
maan ihmisiä taustasta riippumatta. Lisäksi jaettiin
tietoa rasismien vaikutuksista mielenterveyteen sekä
maahanmuuttajataustaisten mielenterveysomais-
ten tilanteesta. Kampanjaa varten toteutettiin Taus-
tasta riippumatta -verkkosivusto, somekuvia ja -vi-
deo sekä mielipide.

Ennen aluevaaleja FinFami toteutti **aluevaalikam-
panjan**, jonka aikana se nosti esiin aluevaaliteemo-
jaan. Kampanjoinnin aikana tavoitimme mm. edus-
kuntapuolueiden puheenjohtajat, jotka vastasivat
mielenterveysomaisten asemaa koskettaviin kysy-
myksiin. Kampanjaa varten toteutettiin verkkosivut,
joilta löytyy kampanjamateriaalit sekä mm. aluevaa-
likysely, johon vastasi puoluejohtajien lisäksi muita
aluevaaliehtokkaita.

Parisuhdeviikon aikana kampanjoitiin **parisuhde ja
mielenterveys** -näkökulmalla yhdessä Parisuhde-
keskus Katajan kanssa. Viikon aikana tehdyt viestin-
nälliset toimet kasvattivat teeman ja mukana ollei-



den järjestöjen näkyvyyttä: mielenterveysomaisten
tilanne ja tuen tarve näkyi eri medioissa (tv, radio ja
verkko- ja printtijulkaisu) ja ammattilaisia tavoitta-
vassa tilaisuudessa (Valtakunnallinen Parisuhdepäi-
vä), jossa kuulijoita oli noin 130. Ulostuloissa avattiin
mm. yhteistyössä toteutetun Parisuhde ja mielen-
terveys 2022 -kyselyn (N=554) tuloksia.

Kampanjaa varten toteutettiin vaikuttamismateri-
aalia kuten STT Infossa julkaistu tiedote, Helsingin
Sanomissa julkaistu mielipidekirjoitus, kampan-
jakuvia ja koonti kyselytuloksista, jotka esiteltiin ja
jaettiin FinFami-verkoston viestijöille.

FinFamin vapaaehtoiskampanja, **Me olemme FinFami**,
oli jatkoa vuoden 2020 vastaavalle kampanjalle. Pie-
nimuotoinen kampanja toteutettiin sosiaalisen me-
dian kanavissa. Se starttasi Vapaaehtoisten päivänä
2.12. ja päättyi FinFamin vapaaehtoisten päivänä
8.12. Kampanjan tavoitteena oli nostaa esiin erityi-
sesti FinFamin vapaaehtoisia ja niitä vapaaehtoisteh-
täviä, joita järjestössä voi tehdä.

mtvuutiset.fi

Vaiettu kriisi repii parisuhdetta sisältä – tunnista ensimmäiset hälytysmerkit: "Moni ero voitaisiin estää"

Katso koko keskustelu: Näin mielenterveysongelmat
raastavat parisuhdetta.

Mielenterveysongelmat koettelevat paitsi
sairastunutta itseään myös tämän kumppania

Mielipide | Lukijan mielipide

Parisuhteeseen panostaminen on mielenterveysteko

Parisuhteisiin panostamalla vahvistetaan
koko perheen hyvinvointia.

Vanhempien parisuhde on yhteydessä myös lasten ja
nuorten mielenterveyteen. KUVA: EMILIA ANUNDI

Valtakunnallinen Parisuhdepäivä
8.11.2022

PARISUHDE JA MIELENTERVEYS PANEELIKESKUSTELU

Pia Hytönen
toiminnanjohtaja
FinFami ry

Eija-Liisa Rautiainen
psykologian tohtori,
VET perheterapeutti

Lenni Laukkanen
kokemuspuhuja

Suvi Laru
toiminnanjohtaja
Parisuhdekeskus Kataja



Sosiaalisessa mediassa tiedotettiin mielenterveysomaisille tarjotusta tuesta

Verkkoviestintä tarjosi poikkeusolojen jatkuessa toimivan tavan tiedottaa mielenterveysomaisille tärkeitä ja ajankohtaisista asioista. Keskusliitto ylläpiti Facebook-, Twitter-, Instagram-, YouTube- ja LinkedIn-sivuja.

Digitaalinen viestintä on aina ollut merkittävässä roolissa FinFamin viestinnässä. Järjestö osallistui ja vaikutti aktiivisesti sosiaali- ja yhteiskuntapolitiiseen keskusteluun somen avulla. Verkkoviestintä tuki ja nosti vahvasti esiin myös jäsenyhdistysten toimintaa. Vuonna 2022 FinFamin sosiaalisen median kanaviin tehtiin yhteensä 752 julkaisua.

Sosiaalisessa mediassa tiedotettiin ja kannustettiin keskustelemaan ajankohtaisista, mielenterveysomaisten arkeen vaikuttavista asioista ja tapahtumista. Ajankohtaisen tiedon lisäksi järjestön some-kanavissa tuotiin esiin FinFamin ja sen jäsenyhdistysten tuottamia materiaaleja sekä niiden tarjoamaa tukea (esim. verkossa toimivia vertaistukiryhmiä ja verkkoluentoja) mielenterveysomaisille. Näin lisättiin tietoisuutta mielenterveysomaisten tilanteesta ja tuen tarpeesta sekä tunnettuutta FinFamin tarjoamasta avusta ja vahvistettiin sitä, että apua tarvitsevat löytävät helpommin tuen äärelle.

Toimintavuoden aikana seuraaja- ja kävijämäärät lisääntyivät tasaisesti kaikissa sosiaalisen median kanavissa. Vuoden lopussa Facebookissa oli 5663 (+3%) tykkääjää, Twitterissä 3912 (+3%) seuraajaa, IG-kanavalla 2307 (+16%) seuraajaa, LinkedInissä 518 (+164%) seuraajaa ja YouTubessa yhteensä 131 (+44%) tilaajaa. Merkittävin seuraajamäärien kasvu on tapahtunut LinkedInissä.

Vuonna 2022 FinFami toteutti yhdessä ulkopuoli-

sen kumppanin, Louhos Groupin, kanssa digitaalisen markkinointikampanjan. Tavoitteena oli ohjata uusia kävijöitä keskusliiton verkkosivuille Mahdollisuuksia-palveluun ja alueyhdistysten yhteystietoihin. Kampanja toteutettiin Facebookissa, Instagramissa ja Googlessa kolmen kuukauden ajan. Display-kampanjassa näytettiin mainoksia uusille kohderyhmille eli heille, jotka eivät vielä välttämättä olleet tietoisia FinFamin toiminnasta. Uudelleenmarkkinointimainokset näkyivät henkilöille, jotka olivat vierailleet FinFamin sivustolla ja olivat jo osalltään tietoisia järjestön toiminnasta.

Ostettu digitaalinen markkinointi oli erittäin toimivaa ja kustannustehokasta: FB ja IG saivat 259 199 näyttökertaa ja tavoitavuus oli 72 493 henkilöä. Klikkausprosentti (CTR) 1,27 % oli FB:ssä ja IG:ssä keskimääräistä paremmalla tasolla. Google-markkinointi tuotti yli 2 miljoonaa näyttökertaa ja klikkauksia yhteensä 20 312. Konversioita eli jäsenyhdistysten sivuille ja Mahdollisuuksia-palveluun klikkailuja kertyi kampanjoiden kautta kiitettävästi. Kaiken kaikkiaan digitaalisen markkinoinnin kautta tullut liikenne verkkosivuille oli varsin laadukasta: analytiikan mukaan käyttäjät viettivät aikaa sivuilla ja olivat vuorovaikutuksessa sivuston kanssa (keskimäärin istunnon aikana selattiin yli kaksi sivua).

Mainonnan avulla uudet, potentiaaliset omaiset löysivät tiedon ja tuen äärelle. Erityisesti Google-mainonnan osalta tavoiteltu kohderyhmä, nuoret aikuiset (18-34v.) sekä miehet, kahmivat suurimman osan näyttökerroista. Myös suorat konversiot tulivat näistä kohderyhmistä. FB:n ja IG:n puolella mainontaan reagoineiden sukupuoli- ja ikäjakauma oli totutunlainen, 90% oli naisia ja 80% oli yli 45-vuotiaita.

Sosiaalisen median tavoitavuutta ja sitoutumista seurattiin alustojen analytiikkatyökalujen kautta. Myös digitaalisen markkinointikampanjan myötä saimme tärkeää dataa somemarkkinoinnin vaikuttavuudesta.

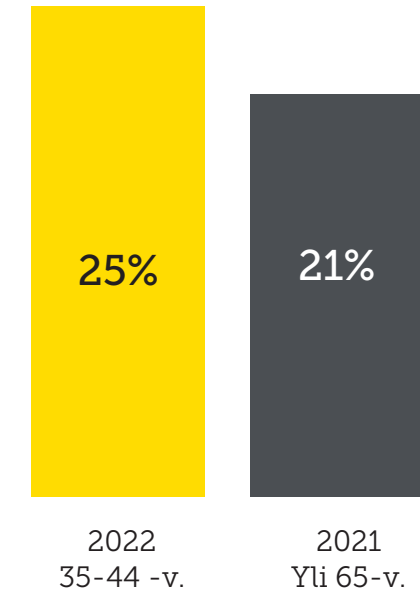
Verkkosivujen kävijämäärät kasvoivat huimasti

Sosiaalisen median lisäksi keskusliiton finfami.fi-verkkosivut olivat tärkeä viestintäkanava ja keskusliiton sekä jäsenyhdistysten yhteisten tavoitteiden esiintuoja. Sivut toimivat myös valtakunnallisena mielenterveysomaistyön uutiskanavana.

Verkkosivut tukivat keskusliiton vaikuttamistyötä, tavoittivat eri kohderyhmät ja palvelivat tiedonhakijaa. Oman toiminnan esittelemisen ja mielenterveysomaisten asemaa koskevan tiedon lisäksi keskusliiton verkkosivuilta löytyi tietoa esimerkiksi liiton jäsenyhdistyksistä ja niiden toiminnasta ja palveluista. finfami.fi-verkkosivuilta löytyy myös englannin- ja ruotsinkieliset osiot, jotka sisältävät mm. koko järjestökentän tuottamat vieraskieliset materiaalit.

Verkkosivujen merkitys tiedottamisessa oli suuri. FinFamin verkkosivuille kirjoitettiin mm. useita ajankohtaisia artikkeleita (yht. 81 verkkojulkaisua). Lisäksi siellä markkinoitiin aktiivisesti FinFami-yhdistysten maksutonta toimintaa ja tukea, jotta mielenterveysomaisia koskettavat ajankohtaiset teemat leviäisivät laajemmalle joukolle.

Tietosuoja-asetusten mukainen analytiikka seuraa verkkosivujen kävijäkohtaista toimintaa. Kasvu edellisvuodesta on eri mittareilla todennettuna merkittävää: vuonna 2022 finfami.fi-verkkosivuilla oli yksittäisiä käyntikertoja 89 365 kpl, joka oli 33% enemmän edellisvuoteen verrattuna. Uusia käyttäjiä oli 43% enemmän kuin vuonna 2021. Verkkosivujen kävijät ovat analytiikan mukaan siirtyneet huomattavasti aiempaa paremmin Mahdollisuuksia-verkkopalveluun (11 t. kävijää, + 500% kasvu). Kävijät myös löysivät jäsenyhdistysten sivuille merkittävästi paremmin (8,1 t. kävijää + 258 %).



Verkkosivujen ikäprofiilien vertailu vuosien 2021 ja 2022 välillä. Kävijöiden ikäjakaumassa tapahtui muutos, kun vuonna 2022 suurimmaksi ikäryhmäksi nousi 35-44 -vuotiaat edellisvuoden yli 65-vuotiaiden sijaan.

Analytiikan mukaan miehiä vieraili verkkosivuilla enemmän edellisvuoteen verrattuna. Vuonna 2022 miesten osuus oli 33%, joka oli hieman enemmän kuin edellisenä vuonna. Myös verkkosivukäyntien ikäjakaumassa oli havaittavissa muutoksia: kävijäprofiili 'nuoreni', sillä vuonna 2022 suurimmaksi ryhmäksi nousi 35-44 -vuotiaat, kun taas edellisvuonna 2021 suurin kävijäprofiili oli yli 65-vuotiaat (graafi 1.).

Verkkosivujen tavoitavuutta ja sitoutumista seurattiin Google Analyticsin avulla.



FinFamin tuottamien materiaalien avulla levitetään tietoa

Materiaalintuotanto tuki edunvalvonnan tavoitteita, jäsenyhdistysten toimijoiden työtä sekä vahvisti FinFami-järjestökentän yhtenäistä ilmettä.

Vuonna 2022 tuotettiin edellisvuoden tapaan paljon materiaalia järjestön visuaaliseen ilmeeseen ja vuoden teemaan pohjaten. Materiaalien avulla lisättiin tietoa mielenterveysomaisten tilanteesta ja tuen tarpeesta sekä vapautettiin jäsenyhdistysten työntekijöiltä aikaa omaisten kohtaamiseen.

Materiaalintuotanto vahvisti yhtenäistä ja selkeästi tunnistettavaa kuvaa FinFami-järjestöstä. Se myös tuki FinFami-järjestön ja sen tarjoaman avun tunnettuuden lisäämistä.

Vuonna 2022 FinFami tuotti paljon markkinointikuvia, joita käytettiin erityisesti sosiaalisen median kanavissa. Näiden lisäksi vuoden aikana toteutettiin kuten esitteitä, videoita, esitysdioja, infograafeja ja julisteita. Jäsenyhdistykset saivat halutessaan käyttää toiminnassaan keskusliiton tuottamaa materiaalia. Mm. Olen vierelläsi -valokuvanäyttely kiersi toimintavuonna sekä Keski-Suomessa että Pohjanmaalla.

FinFamin materiaalien avulla moni omainen voi äidinkielestä tai kansallisuudesta riippumatta saada tukea omaistilanteeseensa. FinFami levittää materiaalejaan yhteistyökumppaneilleen ja esimerkiksi vuonna 2022 maahanmuuttovirasto Migri lisäsi FinFamin Omaisen oppaan terveys-sivustolleen, jonne organisaatio ohjaa asiakkaitaan. Opas on luettavissa kahdeksalla (8) kielellä ja sitä voi ladata maksutta verkosta.

FinFamin materiaalit saivat toimintavuonna myönteistä palautetta. Saadun palautteen mukaan FinFami on onnistunut selkeällä, hyvin kiteytetyllä ja tunnistettavalla tavalla kertomaan mielenterveysomaisten asemasta.

Koko järjestön yhteinen tietopankki avattiin

Toimintavuoden aikana avattiin FinFami-yhdistysten yhteinen tietopankki, joka edistää omaisjärjestötyön strategian mukaista tiedolla johtamista. Tietopankki sijaitsee järjestön yhteisessä intranetissä.

Tietopankkiin on koottu FinFami-yhdistysten tuottamaa tietoa sekä laajasti erilaisia valtakunnallisia raportteja ja tutkimuksia mielenterveyteen ja omaisten tilanteeseen liittyen.

Tietopankkia päivitetään säännöllisesti sekä keskusliiton että jäsenyhdistysten toimesta. Tietopankkiin lisättävä uusi tietoa mahdollistaa yhteisen tiedon tuotannon ja tiedon jakamisen koko FinFami-järjestön hyödyksi.

Labyrintti-lehti lisää tietoa ja vahvistaa hyvinvointia

Keskusliitto julkaisi vuoden aikana neljä (4) Labyrintti-lehteä, jotka antoivat tietoa mielenterveysomaisille ja olivat tärkeä tiedotuskanava FinFamin omaisyhdistyksille.

Keskusliitto julkaisee Labyrintti-lehteä, joka on ainoa mielenterveysomaisille ja -omaishoitajille suunnattu lehti Suomessa. Labyrintti on jäsenetu ja tärkeä palvelu alueellisille jäsenyhdistyksille, sillä se tarjoaa samaistuttavia kokemustarinoita sekä tietoa niin omaisille kuin ammattilaisillekin. Lehden taittaa ja painaa Punamusta.

Labyrintti ilmestyi printtilehden lisäksi sähköisenä näköislehtenä. Näköislehti julkaistiin keskusliiton verkkosivuilla ja siitä tiedotettiin keskusliiton sosiaalisen median viestintäkanavissa. Näin lehdelle tavoitettiin merkittävästi suurempi lukijakunta.

Lehti ilmestyi vuoden aikana seuraavin teemoin: omaisten tuki ja palvelut hyvinvointialueilla, mielenterveysomaisten oikeus työhön ja vapaa-aikaan, oikeus turvalliseen lapsuuteen ja nuoruuteen sekä mielenterveysomaisten oikeudet. Lehtien sisällöt

tukivat sekä järjestön viestinnän päätavoitetta että toimintavuoden yleistä teemaa.

Vuonna 2022 lehdissä korostui erityisesti mielenterveysomaisten oikeudellisen asema, mielenterveyteen ja sen ongelmiin liittyvät asenteet sekä mielen-terveyspalvelujen riittämättömyys. Lisäksi lehdissä nostettiin esiin FinFamin jäsenyhdistysten tekemää työtä.

Mukana haastateltavana tai artikkeleiden kirjoittajina oli mielenkiintoinen joukko ihmisiä yhteiskunnan eri sektoreilta: mm. muutosjohtaja **Jukka Lindberg**, sarjakuvataiteilija **Emmi Valve**, kokemustoimija **Pasi Ojala** ja Helsingin kaupunginvaltuutettu **Hilkka Ahde** sekä monipuolinen joukko mielenterveysomaisia, sosiaali- ja terveysalan ammattilaisia ja eri järjestöjen edustajia.

Lehteä toimitettiin mielenterveysomaisille ja -omaishoitajille, omaisyhdistyksille, sosiaali- ja terveysalan ammattilaisille, yhteistyökumppaneille, oppilaitoksiin ja kirjastoihin sekä poliittisille päättäjille, rahoittajalle ja medialle. Lehteä jaettiin myös erilaisissa tilaisuuksissa, joita oli tänä poikkeusvuonna vähemmän.

Vuonna 2022 Labyrintin painosmäärä oli 15 408 kappaletta, joka oli vähemmän (1470 kpl) kuin edellisenä vuonna.

Vuonna 2021 toteutetun lukijakyselyn vastaukset osoittivat, että Labyrinttiin ollaan kokonaisuudessaan tyytyväisiä. Lehti myös vaikuttaa myönteisesti lukijoiden käsityksiin omasta tilanteestaan. Yli puolet vastaajista kertoi, että lehdellä on heille selviä hyvinvointivaikutuksia. Erityisesti ulkopuolisuuden kokemukset vähenevät lehteä lukiessa.



Jäsenyhdistyspalvelut tukevat FinFami-yhdistysten toimintaa

FinFamin jäsenyhdistyspalvelutoiminnassa edistettiin FinFamin jäsenyhdistysten kykyjä ja mahdollisuuksia tukea ja palvella mielenterveysomaisia entistä paremmin – nyt ja tulevaisuudessa.

Vuonna 2022 painottui jäsenyhdistysten tukeminen koronan jälkeisessä tilanteessa, FinFamin digitaalisten toimintojen kehittäminen, asiakashallintajärjestelmän (CRM) käyttöönotto sekä monipuoliset, jatkuvan tuen palvelut jäsenyhdistyksille. Jäsenyhdistyspalvelut ja vapaaehtoistoiminta yhdistettiin yhdeksi toiminnoksi vuonna 2022.

Jäsenyhdistyksiä tuettiin ja tarpeita kuunneltiin tarjoamalla omaisille verkon kautta toteutettuja työpajoja ja koulutuksia. Tarvepohjaisia tapaamisia järjestettiin laajalti paikan päällä yhdistyksissä sekä verkon välityksellä. Jäsenpalvelut ottivat vastaan palvelupyynnöitä ennätysmäärän ja sai pyynnöt toimintavuoden aikana ratkaistua.

Jäsenyhdistysten edunvalvontavalmiuksia tuettiin monipuolisen neuvonnan ja sparrauksen kautta. Tukea tarjottiin mm. webinaareihin, artikkeleihin, blogikirjoituksiin, uutiskirjeeseen ja muuhun materiaali tuotantoon.

Aluetyössä keskityttiin tiedon keräämiseen ja koostamiseen jäsenyhdistysten hyödyksi. Samalla jä-

senyhdistysten toteuttamia kyselyitä mainostettiin valtakunnanlaajuisesti keskusliiton somekanavissa.

Kuluneena toimintavuonna 2022 FinFamin jäsenyhdistyspalvelutoiminnan painopisteenä oli omaisyhdistysten hallinnon, tietohallinnon, talouden ja arvioinnin kehittäminen. Toiminnan ytimenä olivat hallintoon liittyvä neuvonta- ja konsultointipalvelu, arvioinnin tukeminen ja kehittäminen, koulutustoiminta sekä järjestön laatu- ja järjestelmän ylläpito ja kehittäminen. Yhteisten tietojärjestelmäratkaisuiden ohella jäsenyhdistyspalvelutoiminnassa koordinoitiin myös järjestön sisäistä asiantuntijaverkostotoimintaa sekä valtakunnallista verkkovälitteisen toiminnan kehittämistä.

Keskusliitto tarjosi jäsenyhdistyksilleen yhdistyshallinnon asiantuntijatuken. Tukea tarjottiin kaikille, mutta erityisesti pienimmille yhdistyksille, neuvonnan ja koulutuksen keinoin. Jäsenyhdistysten työntekijöiden ja luottamushenkilöiden yksilöityjen neuvontatapahtumien (129 kpl) lisäksi järjestettiin sekä verkostoille että yhdistyskohtaisesti myös työpajoja ja sparrauksia (21 kpl). Kokonaismääräisesti



vastatuissa palvelupyynnöissä ja koulutuksissa kasvua edellisvuoteen oli 61 kappaletta, yhteensä 69 %.

Jäsenyhdistyspalveluiden palvelupyyntöjä tilastoi-
tiin 2022 yhteensä 151 kappaletta. Toiminnalle uusia
henkilöitä oli 9. Ne jakautuivat seuraavasti: Neuvon-
ta- tai ohjaustapahtuma 38 %, koulutus 5%, auditoin-
ti 1%, sparraus tai työpaja 3% ja tietohallintoon liitty-
vä ylläpito-, muutos- tai kehitystyö 48%.

Tukea ja neuvontaa annettiin jäsenyhdistyksille laa-
ja-alaisesti niin toimivan hallinnon, tietohallinnon,
talouden, rahoitushakujen, johtamisen, järjestö-
toiminnan organisoinnin, lakimääräisten velvoit-
teiden hoitamisen ja strategiatyön kuin toiminnan
suunnittelun ja arvioinninkin kysymyksissä.

Vuonna 2022 lanseerattiin asiakkuuksien hallinta-
järjestelmä Pipedrive, joka kattaa valtaosan yhdis-
tyskenttää (12/13 yhdistystä). Se korvaa vaiheittain
yhdistysten aiemmat jäsenrekisteriohjelmistot ja
muut henkilötietojärjestelmät. Pilottivuonna toteu-
tettiin onnistuneesti käyttöönottokoulutukset sekä
jäsenrekistereiden liittäminen CRM-tietokantaan.
Järjestelmästä saatiin yhteiset tietopohjat mm.
Labyrintti-lehden rekistereihin ja postituksiin.

Syksyllä 2022 aloitettiin keskitettyyn tietojärjestel-
mään liittyvät kehitystyöt ja ensimmäisessä vai-
heessa Webropol-kysely ja tapahtumatietokanta
liitetään osaksi asiakkuuksien hallintajärjestelmää.
Kuluvana vuonna 2023 tullaan rakentamaan jäsen-
portaali, ketterillä menetelmillä.

Suuri osa toimintavuoden koulutuksista (8 kpl) liit-
tyivät projektihallintoon sekä tietohallintoon, erityi-
sesti käytännön osaamisen tukemiseen. Koulutuksia
järjestettiin myös rahoitushakuihin, ajankohtaisiin
yhdistyshallinnon kysymyksiin sekä talouden seu-
rantaan, suunnitteluun ja budjetointiin liittyen.
Koulutukset toteutettiin työpajoina sekä paikan
päällä yhdistyksissä että webinaareina.

Keskusliitto tarjosi jäsenyhdistyspalveluna yhteisiä
verkkopalvelu- ja tietojärjestelmäratkaisuja jäsen-
yhdistyksille. Se myös ylläpiti kaikkien yhdistysten
käytössä olevaa verkkopalvelualustaa ja tarjosi yh-
distysten käyttöön verkkosivupohjan ja yhteiskäy-
tössä olevia sivustoja. Yhdistyskohtaisten sivustojen
lisäksi käytössä ovat laatujärjestelmäsivusto sekä
keskitetty opassivusto omaisten ja ammattilaisten
oppaille.

Keskusliitto koordinoi verkkovälitteisen toiminnan
organisointia ja kehittämistä, josta suurin osa to-
teutettiin jäsenyhdistysten yhteistyönä. Verkkovä-
litteisen toiminnan avulla lisättiin omaisten mah-
dollisuuksia osallistua toimintaan ajasta, paikasta
ja elämäntilanteesta riippumatta. Näin FinFamin
toimintaa voitiin tarjota kattavammin ja monipuo-
lisemmin kaikille.

Toiminnan suunnittelua ja toteutusta koordinoitiin
FinFamin sisäisten asiantuntijaverkostojen kautta.
Jäsenyhdistyspalveluiden tuottamat FinFamin si-
säiset verkostot ovat digiverkosto (sis. Tukinet-työ-
ryhmän), viestijäverkosto, toiminnanjohtajaverkos-
to, yhteiskehittämisen verkosto, tilantekijä-verkosto
(nuorisotyö), tuki- ja neuvontatyön verkosto, lapsi-
perhetyön verkosto, vapaaehtoistyön verkostot.

Jäsenyhdistyspalvelutoiminnan kautta tarjottiin jä-
senyhdistyksille myös Webropol-kyselytyökalu sekä
Zoom-verkkokokousohjelmisto toiminnan organi-
soinnin ja arvioinnin toteuttamisen tueksi.

Vuoden aikana järjestettiin Howspace-yhteistyö-
käyttöalustasta käyttöönottokoulutuksia ja tarjottiin
niitä yhdistysten käyttöön. Miro ja Discord –alustat
ovat myös jäsenkentällämme käytössä ja näiden toi-
mintaa tullaan kehittämään 2023 aikana. Alustojen
valintaan on vaikuttanut tarve: kyseiset alustat ovat
jo käytössä tiettyjen kohderyhmien (esim. nuoret)
parissa ja FinFami vastaa tarpeisiin kehittämällä tar-
vepohjaisesti digitaalisia foorumeita työmme piiris-

sä oleville ihmisille.

Toimintavuonna 2022 aloitettiin yhteisen digitalisaa-
tion tiekartan laatiminen pitkäjänteisen ja tasapai-
noisen digikehittämisen avuksi. Tiekartan laatimisen
tueksi on kehitetty oma pilvipohjainen ohjelmisto
(My Digimap) ja tiekartta tulee valmiiksi 2023 kol-
mannen kvartaalin aikana.

Jäsenyhdistyspalveluiden tietohallintoon liittyvät
ylläpito- ja kehittämistehtävät (72kpl) sisälsivät mm.
keskitettyjen tietojärjestelmien käyttäjähallintaa, pa-
rannuksia ja päivityksiä sisältöihin ja toimintoihin,
uusien järjestelmien testausta ja arviointia sekä tie-
tosuojaan ja saavutettavuuteen liittyviä asiantunti-
jatehtäviä. Verkkopalvelualustalla tehtiin merkittäviä
uudistuksia GDPR-lainsäädännön velvoittamana,
mm. Googlen toimintaan liittyvät kansainväliset tie-
tosuoja-asetukset.

Esimerkkejä toiminnoista vuonna 2022:

Vuonna 2022 toteutettiin Tussitaikurien ja FinFamin
yhteistyössä tuottama omaisneuvonnan video, joka
lanseerattiin alkuvuodesta 2023. Video on tekstitetty
sekä ruotsiksi, että englanniksi.

Sairaus- ja parisuhdekoulutus järjestettiin Katajan
toimesta 30.11.2022. Osallistujien palautteissa mm.
todettiin, että parisuhteen ja sairastumiseen liittyvät
kysymykset tulevat usein esille työssä.

Toivo-sovelluksen käyttöönottokoulutusta valmis-
tettiin loppuvuodesta 2022 ja se toteutettiin tammi-
kuussa 2023. Toivo-vertaistukisovellus tarjoaa tukea
sairastuneille, vammautuneille ja heidän läheisilleen.
Sovelluksen käyttö on maksutonta eikä vaadi rekiste-
roitymistä.

Peliklinikka ja HUS-koulutus. FinFamin ja THL:n yh-
teistyö Peliklinikan ja 2023 toteutettavan kyselytut-
kimuksen suhteen käynnistyi 2022 syksyn aikana.

Suunniteltiin tutkimukseen liittyviä kohderyhmiä,
tutkimuskysymyksiä sekä tutkimuksen metodologi-
aan ja tavoitteisiin liittyviä näkökulmia.

Vapaaehtoistoiminta

Vaikuttavan vapaaehtoistoiminnan avulla FinFami
voi tarjota yhä kattavammin tietoa ja tukea mielen-
terveysomaisille. Samalla se vahvistaa osallisuuden
ja yhteisöllisyyden kokemuksia.

FinFami-järjestön vapaaehtoisille- ja vertaisryh-
mänohjaajille järjestettiin 8.12.2022 kiitosilta ver-
kossa. Tilaisuudessa käytiin läpi vapaaehtoistoi-
minnan tärkeyttä, pohdittiin vapaaehtoistyön
merkitystä tulevaisuudessa ja voimaannutettiin va-
paaehtoistoiminnan äärellä.

Toimintavuoden aikana järjestettiin Prospect-ver-
taistukiryhmämallin kehittäjätyöryhmälle kaksi (2)
tapaamista. Tapaamisissa suunniteltiin Prospect-
toimintaa ja vaihdettiin kehittämisajatuksia eri
alueiden Prospect-kehittäjätyöryhmän jäsenten
kesken.

Vuoden 2022 aikana lanseerattiin myös FinFamin
vapaaehtoistyöntekijöiden vapaamuotoiset verk-
kokahvit Teams-alustalla. Kahvien aikana vaihdet-
tiin kuulumisia oman työn osalta toisten samaa
työtä tekevien kanssa. Syksyn 2022 aikana järjes-
tettiin neljä (4) vapaamuotoista kahvitilaisuutta va-
paaehtoistyötä tekeville finfamilaisille.

Toimintavuoden aikana valmistui neljä (4) Howspace-
työtilaa vapaaehtoistoiminnalle: edunvalvonta- ja
tulevaisuustyöskentely-sivusto, FinFami-järjestön
vapaaehtoisten oma sivu, Erätauko-fasilitaattori-
koulutuspohja ja Prospect-sivut. Sivustoja hyödyn-
netään FinFami-järjestön vapaaehtoistoiminnan
kehittämisessä.

Edunvalvonta- ja tulevaisuustyöskentelysivuston
tavoitteena on saada FinFamin vapaaehtoisten ja
kokemustoimijoiden ääni esiin mahdollisimman
nopeasti. Työtila jakautuu kahteen osioon, joista
toisessa kerätään ajankohtaista tietoa vapaaeh-
toisilta edunvalvontateemoihin liittyen ja toises-
sa ajatuksia vapaaehtoistoiminnan kehittämiseen
liittyen.

FinFami-järjestön vapaaehtoisten sivulla vapaaeh-
toiset voivat käydä keskustelua, verkostoitua ja ja-
kaa vinkkejä omaan vapaaehtoistehtävään liittyen.
Sivuston tarkoitus on tukea vapaaehtoistehtävää.

Erätauko-fasilitaattorikoulutusohjelman tarkoitukse-
na on vahvistaa mielenterveysomaistyön alueellista
ja yhteiskunnallista keskustelua ja edunvalvontaa.
Tavoitteena on saada jokaiseen FinFami-yhdistyk-
seen ainakin yksi Erätauko-fasilitaattori. Pohja toi-
mii tulevaisuudessa myös Erätauko -kehittäjien ja
-fasilitaattoreiden verkoston alustana.

Prospect-sivut toimivat Prospect-ohjaajien kes-
kinäisen vuoropuhelun ja tuen kanavana. Sivut
mahdollistavat yhteisen kannustuksen ja tuen ryh-
mien aikana, kun kokeneemmat ohjaajat toimi-
vat mentoreina uusille ohjaajille. Sivuston kautta
ohjaajat voivat esimerkiksi pyytää vinkkejä toisilta
Prospect-ohjaajilta.

Jäsenyhdistyspalvelutoiminnan tulokset vuonna 2022

Jäsenyhdistyksiltä (sekä kohderyhmänä että yhteis-
työkumppanina) kerättiin tietoa toiminnan tulok-
sellisuudesta. Tietoa saatiin sähköisten arviointi- ja
palautekyselyiden, haastattelujen sekä verkosto- ja
työpajatapaamisten yhteydessä toteutettujen arvi-
ointikeskusteluiden avulla. Koulutuksista kerättiin
palaute- ja arviointitietoa lomakkeella ja suullisesti

kerättyä tietoa hyödynnettiin koulutusten vaikutta-
vuuden kehittämisessä.

Kyselyitä toteutettiin systemaattisesti ja säännölli-
sesti. Vuodenvaihteessa laadittiin laaja vuosikysely
jäsenyhdistyksille, minkä pohjalta tehtiin vertailua
edellisvuoteen.

Jäsenyhdistykset kokivat hyötyneensä selvästi
saamistaan palveluista sekä omais- ja järjestötyön
osaamisensa kehittämisessä että ongelmanratkai-
sussa. Tulokset olivat samansuuntaisia sekä vuosi-
kyselyn että yksittäisten koulutuspalautteiden koh-
dalla. Palaute oli keskimäärin vähintään hyvä (3/5)
tai erittäin hyvä (4/5).

Jäsenyhdistykset olivat sitä mieltä, että keskusliit-
to on auttanut parantamaan heidän yhdistyksensä
omais- ja järjestötoiminnan laatua ja että järjestön
toiminta on yhtenäistynyt. Laadunkehittämisestä
saadun palautteen ja pitkän aikavälin havainto-
jen perusteella jäsenyhdistysten toiminta on va-
kautunut ja erilaisia kriisejä ja haasteita on kyetty
ehkäisemään ennen niiden kärjistymistä, jolloin
voimavaroja on kohdistettu entistä enemmän
omaisille suunnatun toiminnan kehittämiseen.



Kuva: Minttu Lehtovaara

Vaikuttavat Kumppanuudet – mielenterveysomaisten palvelu- polkujen luomisen ja strategisten kumppanuuksien kehittämishanke

Hankkeen tarkoituksena on kehittää ja vahvistaa FinFami-yhdistysten mahdollisuuksia luoda mielenterveysmaistyyöhön palvelupolkuja ja strategisia kumppanuuksia. Näiden myötä mielenterveysomaisille ja -perheille on tarjolla tukea ja mahdollisuuksia oikea-aikaisesti.

Vuosi 2022 oli kaksivuotisen hankkeen ensimmäinen hankevuosi. Vaikuttavat kumppanuudet -hanke selkeyttää rajapintoja julkisen sektorin palveluiden ja järjestöjen toteuttamien palveluiden välillä. Tiedon lisäämisen kautta vahvistetaan omaisten ohjautumista FinFamin palveluihin oikea-aikaisesti sekä muihin omaista tukeviin palveluihin ja tuo näkyväksi FinFamin palveluiden roolin osana asiakkaan palveluiden kokonaisuutta.

Hankkeessa on vahvassa roolissa omaisten kokemusasiantuntijuus, FinFami-yhdistysten asiantuntijuus sekä FinFami-yhdistyksissä aiemmin kehitetyt mallit järjestö- ja julkisen sektorin yhteistyölle.

Hankkeen tavoitteet lyhyesti:

1. FinFami-yhdistysten kyvykkyys rakentaa omais-keskeisiä strategisia kumppanuuksia paranee.
2. Omaisten osallisuus omassa toimintaympäristössään ja palveluiden kehittämisessä lisääntyy.
3. Omaisten tarpeet tunnistetaan palvelujärjestelmässä ja he saavat tietoa ja tukea nopeammin.

Päätavoitteena on viedä mielenterveysomaiset/-läheiset näkyväksi palvelurakenteisiin. Hankkeessa rakennetaan palvelupolku, jota voidaan monistaa ja hyödyntää eri sotealueille.

Vuonna 2022 toteutuneet toimenpiteet

Ensimmäisenä toimintavuonna toteutettiin hankkeen pilottialueella Päijät-Hämeessä työpajoja sekä valtakunnallinen Dialogissa kohti perhekeskeistä mielenterveystyötä -hybridiwebinaari, joka oli suunnattu sote-alan ammattilaisille, vapaaehtoisille ja luottamushenkilöille. Webinaarin teemoina olivat Dialogisuus mielenterveysomaisten tukena – enakoiva dialogi, terapianavigaattori. Tämän lisäksi webinaarissa käytiin läpi valtakunnallisesti omaisille suunnatun kirjoituspyynnön tuloksia (ts. miten omaiset/läheiset ovat kokeneet, että heidät on huomioitu palveluissa).

Vaikuttavat Kumppanuudet -hankkeen ensimmäisen hankevuoden kuusi (6) keskeistä toimenpidettä:

- Selvitettiin Päijät-Hämeessä -pilottialueen palveluiden tarve ja omaisten näkökulmasta palvelupolun rakentamiseen liittyvät erityispiirteet.

- Koottiin tietoa käyttäjälähtöisistä toimintamalleista ja kokemusasiantuntijuuden käytöstä sekä sen soveltamismahdollisuuksista palveluiden kehittämisessä, toteuttamisessa ja arvioinnissa.

- Aloitettiin kehittämistyö Päijät-Hämeen FinFamin ja uuden omaisten palvelupolun rakentaminen PäijätSoten ja tulevaisuuden sotekeskuksen kanssa.

- Aloitettiin yhteistyö Terapiat etulinjaan -hankkeen kanssa liittyen terapianavigaattoriin – omaisten näkyväksi tekeminen uudessa sote-alueiden työkalussa.

- Saamelaisyhteistyön kartoitus vuodelle 2023.

- Tehtiin yhteistyötä Kanta-Hämeen FinFamin ja Kanta-Hämeen sairaanhoitopiirin kanssa.

Yhteistyö Kanta-Hämeessä sisälsi masennusta sairastavan palvelupolun rakentamista ja siinä omaisnäkökulman ja kokemusasiantuntijuuden esille nostamista. Kanta-Hämeessä omaisen palvelupolkuja varten toteutettiin tarvekartoitus ja aloitettiin yhteistyö Hämeen Setlementin kanssa. Tämä yhteistyö piti sisällään maahanmuuttajaomaisten palvelupolun tarvekartoituksen. Palvelupolkujen kuvauksia luotiin Päijät-Hämeen ja Kanta-Hämeen omaisten, työntekijöiden ja yhteistyökumppaneiden kesken erilaisissa teematyöpajoissa.

Yhteistyö verkoston ja omaisten sekä palveluntarjoajien kesken

Ensimmäisenä toimintavuonna toteutettiin useita työpajoja sekä webinaari palvelupoluista ja strategisten kumppanuuksien rakentamisesta ja syventämisestä. Lisäksi kerättiin kokemustietoa omaisille suunnatulla kirjoituspyynnöllä sekä toteutettiin palvelupolkujen palveluprosessia mielenterveysomaisten ja jäsenyhdistysten kanssa. Hankkeessa koottiin myös materiaalia FinFami-yhdistysten sekä hyvinvointialueiden käyttöön.

Syksyllä 2022 aloitettiin yhteistyö Terapiat etulinjaan -hankkeen kanssa, erityisesti terapianavigaattoriin liittyen. Yhteistyön tavoitteena on nostaa omaisten näkökulma esiin, saada omaiset ja läheiset näkyväksi terveydenhuollon palveluissa sekä saada oikea-aikaisia palveluita. Terapiat etulinjaan -toimintamallin kehittämistyössä pyritään huomiomaan myös omaisen näkökulma. Tämä kehittämis-yhteistyö jatkuu vuonna 2023.

Kun apua mielenterveyspulmaan löytyy nopeammin, omaisenkin kuorma on pienempi. Aloitettu yhteistyö terapianagaattorin kanssa vahvistaa mielenterveysomaisten huomioimista, tarvittaessa hoitoonohjauksessa terapianagaattorin avulla.

Syksyllä 2022 päätettiin Päijät-Hämeen pilottipaikkakunnalla tehtävän työn porrastamisesta siten, että mielenterveysomaisten palvelupolku on valmis toukokuussa 2023 ja kehittäminen aloitetaan Lapin alueella alkuvuodesta 2023. Tämä kehittämistyö painottuu saameleisten kanssa tehtävään yhteisyyöhön.

Kanta-Hämeessä aloitetaan maahanmuuttajien palvelupolun valmistelu sekä lasten ja nuorten harrastetoiminnan valmentajille suunnattu palvelupolukoulutuskartoitus.

Hankkeen toiminta lukuina

Seuraavassa Vaikuttavat Kumppanuudet -kehittämishankkeen ensimmäinen toimintavuosi lukuina. Kohtaamisia oli yhteensä 4271.

- Hanke-esittelyt verkostoille ammattilaisille: 26, kohtaamiskertojen lukumäärä 158
- Työpajat sidosryhmille (ammattilaiset + omaiset): 27, kohtaamiskertojen lukumäärä 253
- Kohti perhekeskeistä mielenterveystyötä -webinaari: 202 osallistujaa
- Tapahtumat/hanke-esittelyt: 5, kohtaamiskertojen lukumäärä 3 637
- Omaisten kirjoittamispyyntö: 18 kappaletta
- Omaisten ryhmätoiminta – omaisten palvelupolku: 6, kohtaamiskertojen lukumäärä 21
- Palvelupolkuun liittyvä someviestintä: 2 mainosta, tavoitettavuus 1464

Kuvitus: Sanna Huhtonen Design



Kansainvälinen yhteistyö

Mielenterveysomaisten keskusliitto – FinFamin keskeinen eurooppalainen yhteistyötaho on EUFAMI. Kansainvälisten kumppaneiden kanssa keskusteltiin mielenterveysomaisten tilanteesta ja heidän hyvinvointinsa tukemisesta.



EUFAMI (European Federation of Associations of Families of People with Mental Illness eli Euroopan Omaisjärjestöjen liitto) on Belgiaan rekisteröity, voittoa tavoittelematon kansainvälinen kansalaisjärjestö, jonka tavoitteena on vaikuttaa mielenterveyspotilaiden ja heidän omaistensa asemaan Euroopassa.

EUFAMIN jäsenenä on 36 omaisjärjestöä 23 Euroopan maasta. EUFAMI vastaa mm. Prospect-vertaisyryhmän hallinnasta ja siihen liittyvästä yhteistoiminnasta Prospect-kumppaneiden kanssa.

EUFAMIN tavoitteena on tiivistää yhteistyötä jäsenyhdistysten kanssa.

Vapaaehtoisista ja kokemustoimijoista koostuva FinFamin Prospect-kehittäjätyöryhmä ideoi Prospect-toimintaa lokakuun 2022 kokouksessa ja suunnitteli tulevia suuntaviivoja vuoden 2023 osalta. FinFami kehittää Prospect-toimintaa linjassa EUFAMI-järjestön kanssa.

Kansainvälisen yhteistyön kautta kuultiin hyvistä, omaisia hyödyttävistä käytännöistä Euroopassa. EUFAMIn kautta FinFami sai myös ajankohtaista tietoa muiden EUFAMIn jäsenmaiden Prospect-toiminnasta.

EUFAMIn kehittämistapaamiseen osallistuivat **Jaa-na Saarelainen** Mielenterveysomaisten keskusliitto – FinFamista ja vapaaehtoinen **Mauno Kaartinen**. Tapaamisessa käytiin läpi FinFami-järjestön menneen ja tulevan vuoden Prospect-toimintaa.



FinFamin työntekijät ja luottamusjohto edistivät yhdessä mielenterveysomaisten hyvinvointia

Keskusliiton työntekijät ja hallituksen jäsenet tapasivat ja suunnittelivat yhdessä vuoden toimintaa.

Keskusliitossa oli vuonna 2022 yhteensä seitsemän (7) palkattua työntekijää, joista yksi (toiminnanjohtaja) oli kesäkuun loppuun asti vuorotteluvapaalla. Vuorotteluvapaan ajaksi keskusliittoon palkattiin toimistoassistentti.

Henkilöstön tehtäväkuvat olivat yleistoinnassa (AY1): toiminnanjohtaja, kehittämisspäällikkö, asiantuntija (viestintä), asiantuntija (järjestö- ja henkilöstöasiat) ja toimistoassistentti.

AK-toiminnoissa työskentelivät: asiantuntija (aluetö), asiantuntija (yhdistyshallinto) ja asiantuntija (vapaaehtois- ja omaistoiminnan kehittäminen).

Vaikuttavat kumppanuudet -hankkeessa työskenteli asiantuntija.

FinFami on perheystävällinen työnantaja, joka haluaa vaikuttaa myös siihen, että lapset ja nuoret saavat tutustua mielenterveysomaistytöhön. Järjestö osallistui Lapsi mukaan töihin -päivään ja tuki nuoren työhön tutustumista Taksvärkki-päivän kautta.

Edustajakokoukset päättivät keskusliiton suuret linjaukset

Ylintä päätösvaltaa käyttivät Mielenterveysomaisten keskusliitto – FinFamissa kevät- ja syysedustajakokoukset. Kokouksissa linjauksista päättivät jäsenyhdistysten valtuuttamat edustajat.

FinFamin sääntömääräinen kevätedustajakokous järjestettiin 23.4.2022. FinFamin sääntömääräinen syysedustajakokous järjestettiin 12.11.2022. Kumpankin kokoukseen osallistui kuusi (6) valtuutettua edustajaa valtakirjoilla.

Syysedustajakokouksen alussa kansanedustaja ja Eduskunnan mielenterveyspoliittisen neuvottelu-

kunnan puheenjohtaja **Tarja Filatov** toi ajankohtaisen poliittisen tervehdyksen edustajakokoukselle ja mielenterveysomaisille.

Kokouksissa vahvistettiin kevät- ja syysedustajakokousten sääntömääräiset asiat. Kevätedustajakokouksessa vahvistettiin vuosikertomus vuodelta 2021 ja tilinpäätös 2021. Syysedustajakokouksessa vahvistettiin toimintasuunnitelma vuodelle 2023, vuoden 2023 jäsenmaksut, tulo- ja menoarvio vuodelle 2023, hallituksen varsinaisten- ja varajäsenten valinta erovuoroisten tilalle vuosille 2023–2024. Lisäksi kokouksessa valittiin tilintarkastajat vuodelle 2023.

Hallitus edisti ja tuki keskusliitossa tehtävää työtä

Hallitus valvoi vuoden aikana edustajakokouksen päättämiä linjauksia. Hallitukseen kuuluu puheenjohtajan lisäksi kahdeksan (8) varsinaista jäsentä ja heidän henkilökohtaiset varajäsenensä.

Hallitus kokousti toimintavuoden 2022 aikana yhdeksän (9) kertaa. Se kokoontui pääasiassa verkon kautta: Teams-kokoussovelluksen kautta yhteensä neljä (4) kertaa, sähköpostitse kaksi (2) kertaa, kaksi (2) kertaa paikan päällä Helsingissä ja kerran (1) hybridinä.

Hallituksen puheenjohtajana toimi FinFami Pohjanmaa ry:n puheenjohtaja **Anita Ruutiainen** ja varapuheenjohtajana **Hannu Levaniemi** Pohjois-Karjalan mielenterveysomaiset - FinFamista. Hallituksen kokouksissa sihteerinä toimi toiminnanjohtaja **Pia Hytönen**.

Kokouksissa valmisteltiin ja toteutettiin edustajakokouksen velvoittamia asioita.

FINFAMIN HALLITUKSEN JÄSENET JA HENKILÖKOHTAISET VARAJÄSENET VUONNA 2022:

Alti Forth, Varsinais-Suomen mielenterveysomaiset – FinFami ry/
Sirpa Pahalahti, Varsinais-Suomen mielenterveysomaiset – FinFami ry

Wilhelmiina Kallio, FinFami – Varsinais-Suomen mielenterveysomaiset –
FinFami ry/
Pinja Uutela, Varsinais-Suomen mielenterveysomaiset – FinFami ry

Raija Kujanpää, FinFami Pohjanmaa ry/
Aulikki Karhu, FinFami Pohjanmaa ry

Katja Luukaslammi, FinFami Etelä-Pohjanmaa ry

Hannu Levaniemi, Pohjois-Karjalan mielenterveysomaiset – FinFami ry/
Marja Nordling, asiantuntijajäsen

Hannu Miettinen, Savon mielenterveysomaiset –FinFami ry/
Virpi Bertlin, FinFami Pohjanmaa ry

Janika Takkula, Helsinki/
Annika Wallenius, Helsinki

Birgit Viikari, Mielenterveysomaiset Pirkanmaa –FinFami ry/
Klaus Lehtinen, Mielenterveysomaiset Pirkanmaa –FinFami ry

Mielenterveysomaisten keskusliitto – FinFamin toimisto muutti

Keskusliitto on toiminut vuodesta 2007 alkaen Helsingin seurakuntayhtymältä vuokratuissa tiloissa Helsingin Kruununhaassa osoitteessa Meritullinkatu 4 B 10, 00170 Helsinki. Keskusliitolla oli käytössään 156 m2 toimistohuoneisto, johon kuuluu koulutustila.

Heinäkuun 2022 alusta keskusliitto muutti uuteen toimistoon, jossa sillä on käytössä 70,5 m2 toimistohuoneisto. Uusi toimisto sijaitsee osoitteessa Mariankatu 13 a A 4, 00170 Helsinki. Vuokranantajana toimii Kirkkopalvelut ry. FinFami on etätömyönteinen työpaikka.

Jäsenyhdistykset

Keskusliitto toimii mielenterveyskuntoutujien ja -potilaiden alueellisten omaisyhdistysten keskusjärjestönä ja tukee omalla toiminnallaan näiden yhdistysten tavoitteiden saavuttamista. Vuonna 2022 Mielenterveysomaisten keskusliitto – FinFamin jäseniä olivat liiton 17 alueellista omaisyhdistystä. Alkuvuodesta 2022 Salon seutu yhdistyi Varsinais-Suomen yhdistykseen, minkä vuoksi jäsenyhdistyksiä on nyt yksi vähemmän. Toiminta Salossa jatkuu kuitenkin normaalisti.

KESKUSLIITON 17 JÄSENYHDISTYSTÄ:

Keski-Uudenmaan Sopimuskoti ry, Kerava perustettu 1983, liittynyt keskusliittoon 1991	Päijät-Hämeen mielenterveysomaiset – FinFami ry, Lahti perustettu 1993, liittynyt keskusliittoon 1993
Varsinais-Suomen mielenterveysomaiset – FinFami ry, Turku perustettu 1984, liittynyt keskusliittoon 1991	Keski-Suomen mielenterveysomaiset – FinFami ry, Jyväskylä perustettu 1993, liittynyt keskusliittoon 1995
Mielenterveysomaiset Pirkanmaa – FinFami ry, Tampere perustettu 1988, liittynyt keskusliittoon 1991	Svenska Österbottens anhängförening SÖAF rf perustettu 1996, liittynyt keskusliittoon 2009
FinFami – Uusimaa ry, Helsinki perustettu 1988, liittynyt keskusliittoon 1994	FinFami – Kanta-Hämeen mielenterveysomaiset ry, Hämeenlinna, perustettu 1997, liittynyt keskusliittoon 1997
Pohjois-Karjalan mielenterveysomaiset – FinFami ry, Joensuu perustettu 1988, liittynyt keskusliittoon 1991	Itä-Uudenmaan sosiaalipsykiatrinen yhdistys ry, Porvoo perustettu 2000, liittynyt keskusliittoon 2006

Mielen ry, Tampere perustettu 1991, liittynyt keskusliittoon 1996	FinFami Etelä-Pohjanmaa ry, Seinäjoki perustettu 2001, liittynyt keskusliittoon 2001
FinFami Pohjanmaa ry - FinFami Österbotten rf, Vaasa ja Kokkola perustettu 1991, liittynyt keskusliittoon 1991	Savon mielenterveysomaiset – FinFami ry, Kuo- pio ja Mikkeli perustettu 1992, liittynyt keskusliittoon 1992
FinFami Satakunta ry, Pori perustettu 2009, liittynyt keskusliittoon 2009	FinFami -Mielenterveysomaiset Etelä-Karjala ry, Lappeenranta perustettu 2016, liittynyt keskusliittoon 2016
Lapin mielenterveysomaiset – FinFami ry, Rovaniemi, perustettu 2018, liittynyt keskusliittoon 2018	

Ota yhteyttä

Mielenterveysomaisten keskusliitto – FinFami

puhelin 050 464 2739

info@finfami.fi

Lue lisää: finfami.fi

Paikalliset FinFami-yhdistykset

Kaikkien FinFami-yhdistysten
yhteystiedot löydät verkkosivuiltamme.

Tutustu yhdistykseen osoitteessa:
finfami.fi/jasenyhdistykset/

-  **FinFami**
-  **FinFami_omaiset**
-  **FinFami**
-  **finfami**
-  **FinFami ry**

