

AUTETAAN AJOISSA

FinFamin vuosikertomus 2023



Sisällys

Omaisjärjestötyön strategia	6
FinFami toimi mielenterveysomaisten oikeuksien puolesta	9
Verkostoyhteistyö ja uudet yhteistyökumppanuudet vahvistivat mielenterveysomaisten tilanteen ja tuen tarpeen tunnistamista	11
FinFamin Mielenterveysvaikuttajat-verkoston avulla tavoitettiin hyvinvointialueiden päättäjiä	12
Eduskuntavaalit olivat merkittävä vaikuttamisen kanava	12
Mielenterveysomaiset ja FinFamin tarjoama tuki näkyivät hyvin mediassa	14
Sosiaalisessa mediassa tiedotettiin mielenterveysomaisille tarjotusta tuesta	16
Verkkosivut tukevat FinFamin vaikuttamistoimintaa	17
Kampanjat toivat näkyväksi mielenterveysomaisille tärkeitä teemoja	17
Ilonan päivän viikolla medianäkyvyys oli erinomaista	23
FinFamin tuottamat materiaalit tukivat edunvalvonnan tavoitteita	25
Labyrintti-lehden ilmestymiskertoja vähennettiin	25
Toimintavuoden aikana tavoitettiin laajasti ammattilaisia	26

Jäsenyhdistyspalvelut vahvistavat FinFami-yhdistysten toimintaa

27

FinFamin vapaaehtoistoiminnassa

keskityttiin tavoitettavuuden ja saavutettavuuden lisäämiseen

Työ yhteistyökumppanien kanssa

Yhteistyöstä FinFamin jäsenyhdistysten kanssa

Jäsenyhdistyspalvelujen toiminta ja tulokset

Tavoitekohtaisia tuloksia vuoden 2023 aikana

Sisäinen verkostotoiminta vahvisti FinFami-kentän yhtenäisyyttä

Tietojärjestelmien kehittäminen

27

30

30

30

31

32

32

Vaikuttavat Kumppanuudet – mielenterveysomaisten palvelupolkujen luomisen ja strategisten kumppanuuksien kehittämishanke

34

Mielenterveysomaisten palvelupolku vahvistaa

omaisten ja perheiden tukea

Vuonna 2023 toteutuneet toimenpiteet

Hankkeen avulla levitettiin tietoa, joka vahvistaa

mielenterveysomaisten hyvinvointia

34

35

35

Kansainvälinen yhteistyö

37

FinFamin työntekijät ja luottamusjohto edistivät yhdessä mielenterveysomaisten hyvinvointia

38

Edustajakokoukset päättivät keskusliiton suuret linjaukset

Hallitus edisti ja tuki keskusliitossa tehtävää työtä

Jäsenyhdistykset

39

39

41

KUN YKSI TOIPUU MONEN ELÄMÄ HELPOTTUU.

Et jää yksin.

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

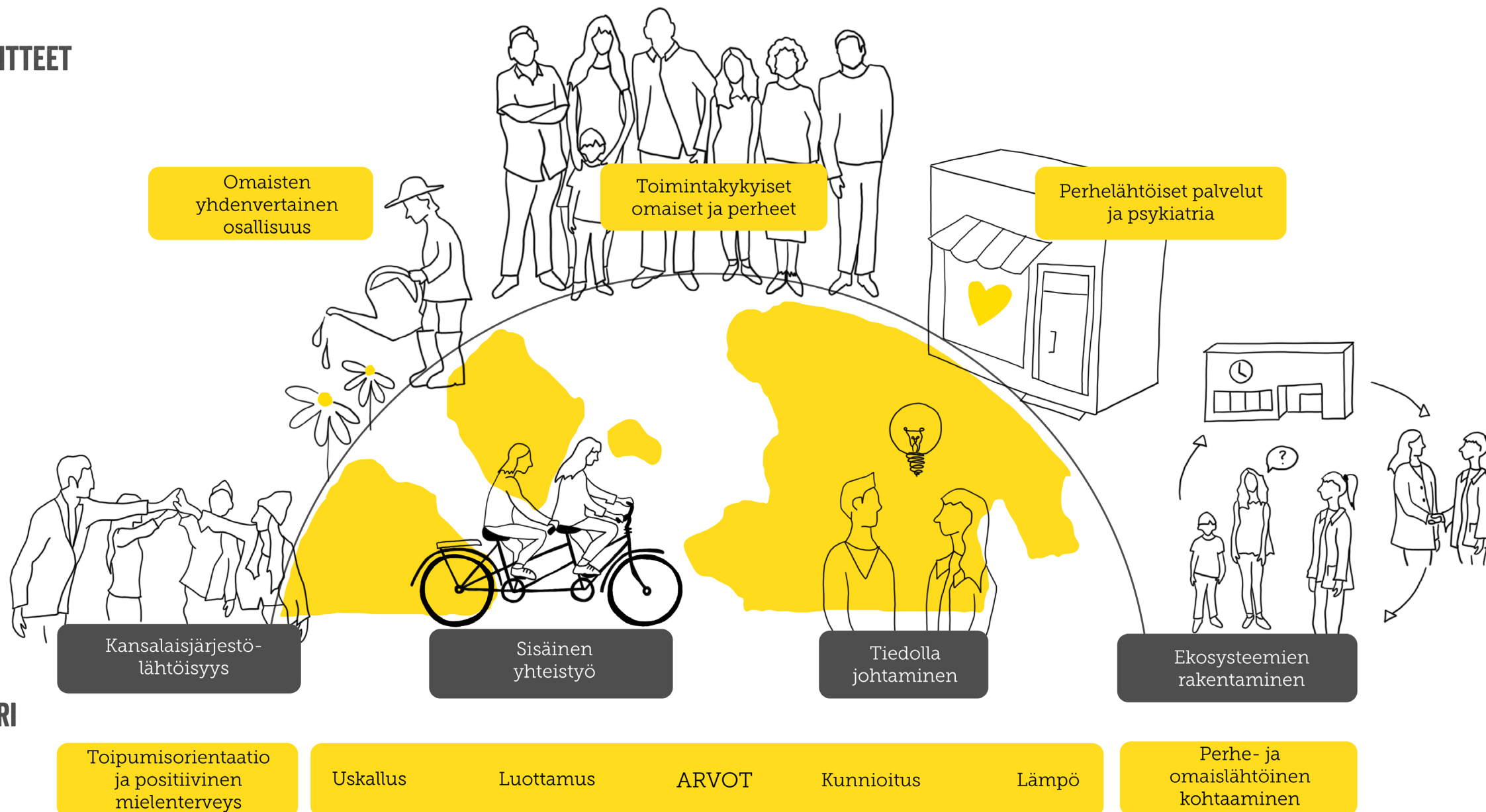
Luottamus

ARVOT

Kunnioitus

Lämpö

Perhe- ja
omaislähtöinen
kohtaaminen



FinFami toimi mielenterveys- omaisten oikeuksien puolesta

Vuonna 2023 FinFami teki näkyvää työtä mielenterveys-omaisten hyvinvoinnin lisäämiseksi, perhekeskeisten mielenterveyspalveluiden vahvistamiseksi ja mielenterveyden sairauksiin liittyvän stigman vähentämiseksi. Vuoden teemana oli mielenterveysomaisten oikeudet.

Suomessa on arviolta puoli miljoonaa (470 000) mielenterveysomaista (Nordling 2022). Mielenterveysomaisten määrä on kasvanut, kun mielenterveyden häiriöt ovat lisääntyneet. Mielenterveyskuntoutujien määrä on lähes kolminkertaistunut vuodesta 2012 vuoteen 2022 (Kela 2023).

Psykiatrisessa erikoissairaanhoidossa hoidettiin vuonna 2021 yhteensä noin 225 000 potilasta, joista vuodeosastolla noin 22 000 (THL 2022b.). Perusterveydenhuollossa mielenterveyspalveluiden asiakkaita oli vuonna noin 155 000 vuonna (THL 2023 c). Mielenterveyshäiriöitä arvioidaan olevan 15–20 prosentilla lapsista ja nuorista, 20–25 prosentilla aikuisista ja 16–30 prosentilla yli 65-vuotiaista (THL 2012). Suurimmalla osalla heistä on yksi tai useampi omainen, jonka elämään läheisen ihmisen sairastuminen tuo merkittävää kuormitusta.

Huolestuttava ja pikaisia toimenpiteitä vaativa ongelma ei ole ainoastaan kasvava mielenterveysomaisten lukumäärä, vaan myös omaisten kasvanut hoitotaak-

ka. Suomessa on mielenterveyspalveluiden hoitovaje ja merkittäviä alueellisia eroja sekä palveluiden saatavuudessa, palveluvalikoimassa että toimintamalleissa (THL 2023a). Samalla tämä tarkoittaa eroja ja alueellista epätasa-arvoa omaisten huomioinnissa.

Myös epävaka 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.

Mielenterveyshäiriöt ovat koululaisten ja nuorten aikuisten tavallisimpia terveysongelmia. Monet mielenterveyshäiriöt ilmaantuvat ensi kertaa nuoruudessa. Covid-19-pandemian aikana erityisesti nuorten hyvinvointi heikentyi; vuodesta 2019 vuoteen 2021 nuorten kokema kohtalainen tai vaikea ahdistuneisuus lisääntyi noin 50 prosenttia. Yläkoulun oppilaista ja lukiolaisista noin joka viides koki ahdistuneisuutta vuonna 2021. (THL 2023a)



Kuva: Satu Kemppainen

THL:n (2022) mukaan koronaepidemian negatiivisten vaikutusten tiedetään kohdistuneen voimakkaimmin niihin lapsiin ja nuoriin, joilla on jo lähtökohtaisesti ollut muita vaikeampaa kuten kasvuympäristön lähiaikuisten vakavia mielenterveystai päihdeongelmia. Erityisen tärkeää onkin pyrkiä tavoittamaan ne lapset ja nuoret, joiden tiedetään tarvinneen tukea jo ennen koronaepidemiaa ja tunnistamaan yksilöllisesti psyykkisen oireilun juurisyyt.

Huolestuttavaa on, että mielenterveyden häiriöt ovat toiseksi suurin työkyvyttömyyseläkkeiden peruste (32 %) heti tuki- ja liikuntaelinsairauksien jälkeen (34 %) (Eläketurvakeskus 2023). Lisäksi mielenterveyden häiriöistä on tullut selvästi suurin syy suomalaisten pitkille sairauspoissaoloille: ennätysmäärä eli yli 100 000 henkilöä sai sairauspäivärahaa mielenterveyden ja käyttäytymisen häiriöiden perusteella vuonna 2023 (Kela 2024).

Nykyinen mielenterveyspalvelujen heikko saataavuus, 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.

Psyykkisen sairauden tai oireilun myötä läheisten elämään tulee monia uupumuksen ja masennuksen riskitekijöitä. Aiempien selvitysten mukaan omaisista jopa 46 prosenttia on riskissä sairastua itse masennukseen (Stengård 2015). Raskaassa tilanteessa elävät sairastuneen läheiset tarvitsevat tukea. Ongelmallista on kuitenkin omaisille annettavan tuen puute sosiaali- ja terveyspalveluissa.

Lisäksi mielenterveysomaisten hyvinvointitutkimuksen tulokset osoittavat, että omaiset eivät saa riittävästi tietoa toimintansa tueksi, vaikka he ovat merkittävä tuki sairastuneelle ja joutuvat usein kantamaan myös hoitovastuuta: tietoa läheisen sairaudesta ja sen hoidosta oli saanut noin 25 prosenttia

vastaajista ja tietoa sairastuneen tukimahdollisuuksista oli saanut vain 13 prosenttia vastaajista. Puutteita on myös omaisten tukemisessa ja heidän ohjaamisessaan tuen ja palveluiden piiriin, kun noin 10 prosenttia vastaajista oli saanut hoitotaholta tietoa omaisille suunnatusta tuesta ja 15 prosenttia oli tukea itselleen. Vain seitsemän prosenttia oli saanut tietoa arjessa selviytymiseen sairastuneen kanssa. (Martin & Vuorio 2022.)

FinFami teki mielenterveysomaisten tilannetta ja tuen tarvetta näkyväksi monipuolisella vaikuttamistyöllä. FinFami keräsi eri hyvinvointialueilta hyviä omaisten huomioinnin ja perhekeskeisen työn malleja ja levitti niistä tietoa muille hyvinvointialueille, jotta hyvät omaisten huomioinnin toimintatavat leviäisivät. Lisäksi se vei hyvinvointialueille tietoa FinFami-yhdistysten kehittämistä omaisten tunnistamisen ja huomioinnin malleista sekä FinFamin valtakunnallisista verkkopalveluista.

Viestinnässä, kuulemis- ja asiantuntijapuheenvuoroissa, edunvalvontaverkostoissa ja verkostojen yhteisissä kannanotoissa FinFami toi esiin mielenterveysomaisten tunnistamisen ja heille suunnatun oikea-aikaisen tuen välttämättömyyttä ja tämänhetkistä riittämättömyyttä. Lisäksi FinFami nosti esiin omaisten huomioimista merkittävänä ennaltaehkäisevän mielenterveystyön keinona, jota ei hyödynnetä riittävästi. Myös Terapiatakuun toteuttamista vaadittiin.

Julkiseen keskusteluun nostettiin myös sosiaali- ja terveysjärjestöjen tekemän työn vaikuttavuus suomalaisten terveyteen ja hyvinvointiin. Esimerkiksi FinFami-järjestökentällä on jo 40 vuoden kokemus mielenterveysomaisten tukemisesta sekä heidän tilanteestaan yhteiskunnassa. Tämän erityisosaamisen FinFami tuo suomalaisen mielenterveyspolitiikan edistämiseen ja mielenterveystyön kehittämiseen, mitä tehdään laaja-alaisessa yhteistyössä muiden toimijoiden kanssa.

Mielenterveysomaiset, vapaaehtoiset ja jäsenyhdistysten toimijat ovat merkittävässä roolissa FinFamin vaikuttamistyössä tuoden oman äänensä ja kokemuksensa edunvalvonnan ja vaikuttamistyön sisältöihin. Kokemustoimijat ja vapaaehtoiset osallistuivat aktiivisesti vaikuttamistyöhön jakamalla omia tarinoitaan. Heidän osallistumisensa lisäsi huomattavasti viestinnän vaikuttavuutta ja sisällön ajankohtaisuutta.

Toimintavuonna 2023 keskusliitto teki työtä myös jäsenyhdistysten toiminnan tukemiseksi ja esiin nostamiseksi. Mielenterveysomaisilta ja jäsenyhdistyksiltä ja tullessiin tarpeisiin vastattiin monikanavaisesti.

Keskusliitto hyödynsi toiminnassaan avointa ja vuorovaikutteista keskustelukulttuuria niin jäsenyhdistysten, kokemustoimijoiden, vapaaehtoisten kuin yhteistyökumppaneidenkin kesken. Järjestö onnistui näin tavoittamaan laajemmin eri kohderyhmiä (mielenterveysomaisia, ammattilaisia, median edustajia, poliittisia päättäjiä).

Verkostoyhteistyö ja uudet yhteistyökumppanuudet vahvistivat mielenterveysomaisten tilanteen ja tuen tarpeen tunnistamista

Laajan verkostoyhteistyön ja uusien yhteistyökumppanuuksien avulla FinFami sai vahvemmin vaikutettua mielenterveysomaisten tunnistamiseen ja oikeuteen saada tukea.

Vahva vaikuttaminen edellytti aktiivista verkostojen luomista. Mielenterveysomaisten tilanteen, tuen tarpeen ja oikeuksien tunnistamisen parantamiseksi tehtiin laajaa verkostoyhteistyötä. FinFami tapasi vuonna 2023 keskeisiä sosiaali-, terveys- ja kasva-

tusalan ammattilaisia sekä virkamiehiä ja päättäjiä eri foorumeilla.

Tärkeimpiä vaikuttamistyön verkostoja olivat mm. Eduskunnan mielenterveyspoliittinen neuvottelukunta, Mielenterveyspooli, Suomen Omaishoidon verkosto, Masennuskoalitio, Skitsofreniakoalitio, Parisuhdeverkosto, Mielenterveysstrategian asiantuntijaryhmä, Kansallinen itsemurhien ehkäisyä koordinoiva asiantuntijaryhmä ja Kulttuurihyvinvointipooli. Edunvalvontaverkostoissa tapaamisia oli vuoden aikana 71 ja kohtaamiskertoja 1134.

Uusia merkittäviä yhteistyökumppaneita olivat mm. Rauhanturvaajaliitto ja Länsi-Uudenmaan hyvinvointialue, jonka kanssa sovittiin pilottiyhteistyötä, jossa selvitetään hyvinvointialueen mahdollisuuksia toimia psyykkisesti oireilevien kriisinhallintatehtävissä olleiden henkilöiden ja varusmiesten perheenjäsenten ja muiden läheisten tunnistajana ja tukena. Mielenterveyden keskusliiton (MTKL) kanssa vahvistettiin yhteistyötä ja saatiin Mielenterveysbarometriin omaisten tilannetta selvittäviä kysymyksiä.

Järjestö osallistui verkostojen yhteisiin lausuntoihin ja kannanottoihin (3 kpl) tuoden mielenterveysomaisten ja perheiden tuen tarvetta ja oikeuksia esiin. FinFami antoi myös kolme omaa lausuntoa:



• Sosiaali- ja terveysalan yhdistysten ja säätiöiden rahoitusta koskeva asetusluonnos, jossa FinFami esitti käsitteiden ja avustustajien selkeyttämistä sekä pidempää ajanjaksoa ja joustavuutta järjestön netto-varallisuuden arviointiin.

• Hallituksen esitys Kelan kuntoutusetuuksista ja kuntoutusrahaetuksista, jossa FinFami vastusti esitettyjä muutoksia, koska ne lisäävät omaisten jo ennestään suuren huolenpidon, hoivan ja tuen antamisen taakkaa, joka luo riskin omaisen omaan uupumiseen ja sairastumiseen. Lausunnossaan FinFami nosti esiin myös sen, että ko. kuntoutusrahojen saajissa on myös paljon lapsiomaista ja nuoria hoivaajia, joiden vanhemmillä ei ole taloudellisia resursseja tukea omaa nuorta/nuorta aikuista.

• Eduskunnan valtiovarainvaliokunta pyysi lausuntoa nuorten hyvinvoinnista, mielenterveyspalveluiden tarpeesta ja saatavuudesta, jossa FinFami nosti esiin nuorten mielenterveyspalveluiden riittämättömyyden, mikä ei kosketa vain nuoria itseään, vaan myös heidän läheisiään. Perhettä tulee hoitaa kokonaisuutena niin nuorten kuin aikuisten mielen-terveyspalveluissa. Lausunnossaan FinFami toi esiin hyviä käytäntöjä sekä korosti myös lasten ja nuorten huomiointia aikuisten mielenterveyspalveluissa.

Verkostoissa sekä etenkin sosiaali-, terveys- ja kasvatusalan (soteka) ammattilaisille suunnatuissa tilaisuuksissa on viety vahvasti eteenpäin FinFami-yhdistysten kehittämiä omaistyön malleja.

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

Järjestö piti myös aktiivisesti yllä useita FinFamin

sisäisiä verkostoja, jotka auttoivat yhtenäistämään koko järjestökentän edunvalvontatyötä ja viestintää.

FinFamin Mielenterveysvaikuttajat-verkoston avulla tavoitettiin hyvinvointialueiden päättäjiä

Mielenterveysvaikuttajat-verkosto tavoitti aluevaltuutettuja eri hyvinvointialueilta. Vaikuttamistyössä suunnattiin verkostomaiseen toimintaan ja vaikuttamiseen.

Mielenterveysvaikuttajat-verkosto on yksi FinFamin valtakunnallisen vaikuttamistyön kanavista. Mielenterveysvaikuttajiksi kutsutut aluevaltuutetut ovat pääasiassa FinFamin jäsenyhdistysten ehdottamia päättäjiä.

Verkostolle lähetettiin vuoden aikana kaksi (2) laajaa tietoiskua, jossa avattiin FinFamin ajankohtaisia vaikuttamistoimia ja yleistä keskustelua mielenterveys-teeman ympärillä.

Verkoston vahvistaminen jatkuu vuonna 2024 puuttuvien hyvinvointialueiden edustajilla. Jatkossa verkostoon kutsutaan mukaan myös kansanedustajia ja europarlamentaarikkoja, eri alojen ammattilaisia sekä somevaikuttajia.

Eduskuntavaalit olivat merkittävä vaikuttamisen kanava

Eduskuntavaalit mahdollistivat mielenterveysomaisten ja -omaishoitajien aseman näkyväksi tekemisen ympäri Suomen. Loppuvuodesta suunniteltiin vaikuttamistoimia myös vuoden 2024 presidentinvaaleihin.

Eduskuntavaalien aikaan yhteiskunnallisessa keskustelussa käsiteltiin vakavia, ajankohtaisia kriisejä,

VASTUU VÄÄRILLÄ HARTEILLA - HUOMIOI OMAISET

Suomessa on noin puoli miljoonaa mielenterveysomaista.

470 000

Mielenterveyden häiriöt koskettavat jossain elämän vaiheessa suoraan noin puolta suomalaisista.

VÄLILLISESTI NE KOSKETTAVAT MEISTÄ JOKAISTA.

Raskas elämäntilanne kuormittaa sairastuneen omaisia, joilla on usein kohtuuton hoitovastuu.

46 %

mielenterveysomaista on vaarassa masentua itse.

25 %

Joka neljäs alakälinen lapsi on lapsiomainen. Lasten hätää ei tunnusteta, vaikka koronan myötä mielenterveysongelmat ovat kärjistyneet näissä perheissä.



Kun yksi sairastuu, koko perhe tarvitsee tietoa. Tieto tukee arjessa.

Mielenterveyden häiriöiden kokonaiskustannukset Suomessa ovat vuosittain mittavat.

11 MRD.€



Terapiatakuu tuo säästöjä ja keventää omaisen taakkaa.

PERHEET OVAT MIELENTERVEYSTYÖN PERUSYKSIKKÖ.



Omaiset tukevat toipumisessa ja antavat arvokasta tietoa sairastuneesta.



Luvut: 1. Nordling, E. (THL), 2022. Laskennallinen arvio. 1.2. Väestötutkimus, THL, 2015. 2. Stengård, E. 2015. Omaisten hyvinvointitutkimus. 3. Solantausta, T. & Paavonen, J. 2009. Duodecim. 4. OECD 2018, Health at a Glance 2018 -raportti.



joista yksi on suomalaisten mielenterveyden heikentyminen sekä terveys- ja sosiaalipalveluiden tila. FinFami nosti vaalikeskusteluihin mielenterveysomaisten näkökulman.

FinFamilla oli kolme (3) tavoitetta, joiden avulla vahvistetaan mielenterveysomaisten terveyttä ja hyvinvointia. Tarpeenmukaisten ja oikea-aikaisten palveluiden lisäksi vaalivaikuttamisen tavoitteina oli korostaa lapsiomaisten tunnistamista ja tukemista sekä mielenterveysomaisten oikeuksien vahvistamista.

Hallitusohjelmataavoitteet muodostettiin yhteistyössä jäsenyhdistysten ja kokemustoimijoiden kanssa.

FinFamin hallitus linjasi seuraavat hallitusohjelmataavoitteet, joita tuotiin esiin vaalivaikuttamisessa.

1. Psykykkisesti sairastunut ja hänen lähipiirinsä saa tarpeenmukaiset ja oikea-aikaiset palvelut.

2. Tunnistetaan, tunnustetaan ja tuetaan lapsi-omaisia ja nuoria hoivaajia.

3. Mielenterveysomaisten oikeudellinen asema vahvistuu.

Eduskuntavaalimateriaalit löytyivät myös finfam.fi -verkkosivulta. Tätä sivustoa niin FinFamiyhdistykset kuin eduskuntavaaliehdokkaatkin pysyivät hyödyntämään omassa vaikuttamistyössään.

FinFami vastasi eduskuntavaalikampanjan sisältöjen suunnittelusta ja toteutuksesta. Materiaalit toteutettiin sekä suomeksi että ruotsiksi ja ne olivat vapaasti kaikkien alueyhdistysten toimijoiden hyödynnettävissä.

Toimintavuoden lopussa suunniteltiin myös vuoden 2024 presidentinvaalien vaikuttamistoimia.

Mielenterveysomaiset ja FinFamin tarjoama tuki näkyivät hyvin mediassa

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

Vaikuttamistyön onnistuminen edellytti aktiivista mielenterveysomaisten ja -omaishoitajien oikeuksien esiintuomista viestinnällisin keinoin.

Toimintavuonna järjestö oli aktiivisesti yhteydessä median edustajiin sekä teki tiedotteita ja mielipidekirjoituksia (16 kpl), jotta tietoisuus mielenterveysomaisten asemasta ja tuen tarpeesta lisääntyisi.

Tiedotteiden ja mielipiteiden avulla nostettiin esiin mielenterveysomaisten kokemia epäkohtia ja ajan-kohtaisia teemoja sekä otettiin kantaa mielenterveyspalveluiden kehittämiseen. Aihepiirejä ja sisältöjä toteutettaessa kuultiin jäsenyhdistysten tarpeita.

FinFami näkyi monipuolisesti eri medioissa ja haastatteluja annettiin niin televisioon, radioon kuin printti- ja verkkojulkaisuihinkin. Merkittävät mediat olivat Ylen Uutiset ja A-Studio sekä MTV3:n Uutisaaamu. FinFamin asiantuntijoita ja kokemustoimijoita haastateltiin myös eri radio-ohjelmiin ja lehtimedioihin. Haastatteluiden lisäksi eri lehdet julkaisivat FinFamin mielipidekirjoituksia.

Järjestöllä on käytössä mediaseurantaohjelma Lia-naMonitor, jonka mukaan FinFamilla oli toimintavuoden aikana yhteensä 107 mediaosumaa. Kasvua edellisvuoteen oli 21%. Merkittävät tv-esiintymiset olivat haastattelut Ylen Uutisissa (klo 20.30/ keskikatsojamäärä 838 000 ja klo 19/ 716 000) ja A-studiossa



HELSINGIN SANOMAT

Mielipide | Mielipide

Mielenterveyspalveluissa on toimittava perhekeskeisesti

Monen lapsen ja nuoren kotioloja varjostaa vanhemman vakava mielenterveyden oireilu.



Nuori jää helposti yksin huoliensa kanssa. KUVA: HEIKKI SAUKKOMAA / LEHTIKUVA



(keskikatsojamäärä 721 000) sekä MTV3:n Huomenta Suomi -ohjelmassa (keskikatsojamäärä 100 000-150 000).

Myös Ylen julkaisema haastattelu työn ja kuormittavan läheistilanteen yhteensovittamiseen liittyen tavoitti merkittävän määrän lukijoita. Ylen verkkoartikkelin potentiaalinen tavoittavuusluku oli n. 4,9 milj.

Lisäksi esimerkiksi toimintavuoden aikana HS:ssä julkaistujen mielipiteiden (2kpl) potentiaalinen tavoittavuus oli n. 3 milj/mielipide. Kaiken kaikkiaan mielipiteitä julkaistiin 22 eri mediassa. Mielipiteet saivat näkyvyyttä myös ruotsinkielisessä mediassa, kun Hufvudstadsbladet julkaisi kaksi (2) FinFamin mielipidekirjoitusta.

Radiohaastatteluita oli vuoden aikana neljä: Ylen (klo 12 ja 16 uutislähetykset) lisäksi Radio Helsinkiin ja Radio Novaan annetut haastattelut.

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

Hyvän medianäkyvyyden ansiosta järjestö onnistui lisäämään tietoa mielenterveysomaisten arkeen liittyvistä ajankohtaisista teemoista ja koko FinFami-omaisjärjestökentän tarjoamasta tuesta.

Sosiaalisessa mediassa tiedotettiin mielenterveysomaisille tarjotusta tuesta

Verkkoviestintä tarjosi toimivan tavan tiedottaa mielenterveysomaisille tärkeistä ja ajankohtaisista asioista. Keskusliitto ylläpiti Facebook-, Instagram-, X-, YouTube- ja LinkedIn -sivuja. Toimintavuoden

aikana seuraaja- ja kävijämäärät lisääntyivät tasaisesti kaikissa sosiaalisen median kanavissa paitsi X:ssä.

Digitaalinen viestintä on merkittävässä roolissa FinFamin viestinnässä. Verkkoviestintä tuki ja nosti vahvasti esiin myös jäsenyhdistysten toimintaa.

Järjestö osallistui ja vaikutti aktiivisesti sosiaali- ja yhteiskuntapoliittiseen keskusteluun somen avulla. 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.

Vuonna 2023 FinFamin sosiaalisen median kanaviin tehtiin yhteensä 1299 julkaisua, joka oli 42 % enemmän kuin edellisenä vuonna. Uusi toimintamuoto oli syyskauden FinFamiLivet, jotka toteutettiin kolme (3) kertaa FinFamin Instagram-kanavalla. IG-livet suunniteltiin ja toteutettiin yhteistyössä Varsinais-Suomen mielenterveysomaiset – FinFamin, FinFami Satakunnan ja FinFami Etelä-Pohjanmaan kanssa.

Vuonna 2023 FinFami toteutti yhdessä ulkopuolisen 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.

Ostettu digitaalinen markkinointi oli erittäin toimivaa ja kustannustehokasta: Meta-mainostuksen (FB ja IG) kautta mainoksille saatiin yhteensä 295 604 näyttökertaa ja sen avulla tavoitettiin 101 815 henkilöä. Mainonnan avulla uudet, potentiaaliset omaiset löysivät tiedon ja tuen äärelle.

Metan puolella mainontaan reagoineiden sukupuoli- ja ikäjakauma oli totutunlainen: heistä suuri osa oli naisia (86%) ja yli 45-vuotiaita (81%). Google-mainonnan osalta sukupuolijakauma oli tasaisempi (naisia 49% ja miehiä 34%), mutta myös tällä alustalla yli 55-vuotiaat (56%) kahmivat selkeästi suurimman osan näytötkerroista.

Sosiaalisen median tavoittavuutta ja sitoutumista seurattiin alustojen analytiikkatyökalujen kautta. Myös digitaalisen markkinointikampanjoiden avulla saatiin tärkeää dataa somemarkkinoinnin vaikuttavuudesta.

Verkkosivut tukevat FinFamin vaikuttamistoimintaa

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 FinFamin vaikuttamistyötä, tavoittivat eri kohderyhmiä ja palvelivat tiedonhakijaa. Oman toiminnan esittelemisen ja mielenterveysomaisten asemaa koskevan tiedon lisäksi verkkosivuilta löytyi tietoa FinFamin jäsenyhdistyksistä sekä niiden toiminnasta ja palveluista. finfami.fi -verkkosivuilta on 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. Lisäksi siellä markkinoitiin aktiivisesti FinFami-yhdistysten maksuton toimintaa ja tukea, jotta mielenterveysomaisia koskettavat ajankohtaiset teemat leviäisivät laajemmalle joukolle. Sivuille tuotettiin yhteensä 71 verkkojulkaisua.

Tietosuoja-asetusten mukainen analytiikka seuraa verkkosivujen kävijäkohtaista toimintaa. Vuonna 2023 finfami.fi -verkkosivuilla oli 54 801 käyttäjää ja yksittäisiä käyntikertoja oli 82 783.

Analytiikan mukaan verkkosivujen kävijät ovat siirtyneet eniten pääsivun lisäksi (25 970) Mahdollisuuksia -verkkopalveluun (8208) ja jäsenyhdistysten sivuille (5648). Tätä selittää hyvin todennäköisesti digitaalinen markkinointipanostus, joka kohdennettiin juuri näille sivuille.

Kävijöiden ikäjakaumassa tapahtui muutos: yli 65-vuotiaiden ikäryhmä nousi jälleen suurimmaksi ryhmäksi, kun vuonna 2022 se oli 35-44 -vuotiaat. Edellisvuosien tapaan naisia (73,7%) vieraili FinFamin verkkosivuilla enemmän kuin miehiä (26,3%).

Verkkosivujen tavoittavuutta ja sitoutumista seurattiin GA4:n avulla. Verkkosivujen kävijämäärät laskivat, mutta analytiikka ei ole kaikilta osilta vertailukelpoinen, sillä verkkoanalytiikkatyökalu muuttui toimintavuoden alussa GA4:ään.

Kampanjat toivat näkyväksi mielenterveysomaisille tärkeitä teemoja

Toimintavuoden aikana FinFami toteutti neljä (4) erilaista vaikuttamiskampanjaa. Kampanjoiden avulla lisättiin tietoa mielenterveysomaisten tilanteesta sekä FinFamin tarjoamasta avusta ja vapaaehtoistoiminnan mahdollisuuksista.

Kampanjoiden tavoitteena oli mielenterveyso- maisten asemaa koskettavan tietoisuuden lisääminen ja FinFami-järjestön tunnettuuden vahvistaminen sekä julkisen keskustelun herättäminen ja siihen osallistuminen. Näin yhä useampi tukea tarvitseva löysi avun piiriin.



Eduskuntavaalit mahdollistavat mielenterveys-omaisten ja -omaishoitajien aseman näkyväksi tekemisen ympäri Suomen. Vuoden ensimmäinen kampanja, **Vastuu väärillä harteilla**, oli samalla FinFamin eduskuntavaalikampanja. Kampanja toteutettiin ennen eduskuntavaaleja ja se haastoi ehdokkaita huomioimaan mielenterveysomaiset päätöksenteossa.

Osana kampanjaa FinFami toteutti eduskuntapuolueiden puheenjohtajille vaalikyselyn, jonka kysymykset oli johdettu FinFamin hallitusohjelmatavoitteista. Vaalikyselyyn vastasi kahdeksan (8) silloista puheenjohtajaa ja yksi (1) varapuheenjohtaja: **Li Andersson** (vas), **Sari Essayah** (kd), **Harry Harkimo** (Liike NYT), **Anna-Maja Henriksson** (rkp), **Matias Mäkinen** (sdp), **Maria Ohisalo** (vihr), **Petteri Orpo** (kok), **Riikka Purra** (ps) ja **Annika Saarikko** (kesk). He olivat myös ehdokkaina vaaleissa. Kysely ja sen vastaukset julkaistiin myös FinFamin Labyrintti-lehdessä.

Eduskuntavaaleihin liittyen sekä myöhempää käyttöä varten FinFamin verkkosivuille toteutettiin erillinen osio, jossa on ajankohtaista tietoa mielenterveysomaisten ja -omaishoitajien tilanteesta, oikeuksista ja tuen tarpeesta. Lisäksi FinFami tuotti materiaalia, joiden avulla eri kohderyhmät pystyivät tuomaan mielenterveysomaisten asiaa esiin. Materiaalit toteutettiin sekä suomeksi että ruotsiksi.

Vaalivaikuttamisen välineeksi tehtiin myös kaksi tiedotetta ja mielipidekirjoituksia. Ensimmäinen tiedote julkaistiin STT Info -tiedotejakelun kautta. Se sai kolme (3) mediaosumaa sekä ennätysmäärän (228 kpl) sivunäyttöä.

FinFami teki vaalien aikaan myös mielipidekirjoituksen, joka julkaistiin 12 maakunta- ja paikallismediasa sekä yhdessä valtakunnan mediassa (HBL). Mieli-piteen pohjalta Iltalehti tarttui aiheeseen ja teki lisäksi teemaan liittyvän oman jutun, jonka potentiaalinen tavoitavuus oli 3,7 milj. lukijaa. Myöhemmin hallitusneuvotteluiden aikaan tehtiin vielä yksi hallitusohjelmatavoitteisiin liittyvä tiedote (julkasitiin STT

Infossa, 1 mediaosuma) ja mielipide, joka julkaistiin yhdeksässä (9) maakuntalehdessä sekä yhdessä valtakunnan mediassa (HS).

Ennen vaaleja FinFami toteutti myös erillisen lähes kuukauden kestäneen somekampanjan, **Mielenterveysomaisten aakkoset**, joka oli osa **Vastuu väärillä harteilla** -eduskuntavaalikampanjaa. Kampanja näkyi Facebookissa, X:ssä ja Instagramissa.

Mielenterveysomaisten aakkoset -kampanjan tarkoituksena oli levittää helposti ja kustannustehokkaasti tietoa mielenterveysomaisille tärkeistä teemoista.

Päätavoitteena oli tietoisuuden lisääminen ja tässä onnistuttiin: Mielenterveysomaisten aakkoset herättivät mielenkiintoa ja saivat myönteistä palautetta. Myös someanalytiikasta saadut luvut osoittavat aakkosten tavoitteen toteutuneen. Kampanjan aikana some-kanavien seuraajien määrä kasvoi, mikä tapahtui täysin orgaanisen ja ansaitun näkyvyyden kautta.

FinFamin **Työ tukee hyvinvointia** -kampanja toteutettiin valtakunnallisen mielenterveysomaisten päivän eli Ilonan päivän viikolla (9.-15.10.2023). Kampanjan avulla välitettiin tietoa mielenterveysläheistilanteen tunnistamisesta, puheeksi ottamisesta ja tukemisesta työpaikalla.

Mukana kampanjassa olivat työministeri **Arto Satonen**, mielenterveysomainen **Niina Hakala**, SOK:n pääjohtaja **Hannu Krook**, Keski-Suomen hyvinvointialueen valtuutettu ja FinFamin Mielenterveysvaikuttajat-verkoston jäsen **Linda Pippuri** sekä Rovaniemen kaupunginjohtaja **Ulla-Kirsikka Vainio**. Kampanjaan osallistuneet kirjoittivat ajatuksiaan aiheesta FinFami-blogiin ja niitä jaettiin somekanavissa aihetunnisteella #TyöTukee.

Työ tukee -kampanjaviikolla oli erinomainen näkyvyys. Aihe oli esillä seuraavissa medioissa:

Ylen verkkojulkaisu, jonka potentiaalinen tavoitavuus on 4,9 milj. (Liana Monitor) ja verkkotavoittavuus ilmestymisviikolla oli 2 169 807 (FIAM). Aiheesta julkaistiin juttukokonaisuudet myös tv:n ja radion uutislähetyksissä, jossa haastateltiin mielenterveysomainen **Petri Wilskaa** ja FinFamin toiminnanjohtaja **Tiina Purasta**.

Aihetta käsiteltiin myös kahdessa (2) radio-ohjelmassa, jossa Puranen oli haastateltavana. Lisäksi tehtiin tiedote sekä mielipidekirjoitukset suomeksi ja ruotsiksi. Mielipidekirjoitukset julkaistiin seitsemässä (7) suomenkielisessä mediassa (mm. HS) ja yhdessä ruotsinkielisessä mediassa (Hbl).

FinFami toteutti Miesten Viikolla (6.–12.11.) **Isien tukena -somekampanjan** yhteistyössä FinFami Pirkanmaan kanssa. Kampanjan tavoitteena oli rohkaista miehiä puhumaan, hakemaan tukea ajoissa ja ottamaan sitä vastaan. Moni mies kantaa huolta läheisensä mielenterveydestä ja oma jaksaminen on koetuksella. Miehet eivät kuitenkaan usein löydä tai hakeudu tuen äärelle.

Kampanjassa olivat mukana Suomen jalkapallomaajoukkueen entinen kapteeni **Tim Sparv**, mediapersoona **Ile Uusivuori**, kokemusasiantuntija **Petri Vehviläinen**, urheiluselostaja **Antero Mertaranta** sekä sosiaaliohjaaja ja isätyöntekijä **Risto Tuominen**. Heistä jokainen nosti somepäivityksessä aihetta esiin omasta näkökulmastaan. HS myös julkaisi isänpäivänä 12.11. Tim Sparvin kolumnin, joka sivusi aihetta ja johon Sparv oli haastatellut FinFami Pirkanmaan työntekijää.

Isien tukena -kampanjalle ostettiin tehostettua digitaalista mainontaa Sanoma Media Finlandilta siten, että mainokset näkyivät erilaisilla verkkosivuilla kuten is.fi, hs.fi ja aamulehti.fi jne. Kampanjamainostus kohdennettiin miehille ja se tavoitti kiitettävästi juuri tätä kohderyhmää (97,4 % miehiä). Kampanjaviikon aikana mainoksia näytettiin 390 594 kertaa eri verk-

kosivustoilla ja mainoksista siirryttiin kampanjan laskeutumissivulle 739 kertaa. Eniten kiinnostuneita löytyi yli 45-vuotiaista, suurin mainostukseen reagoanut ikäryhmä oli 55–64-vuotiaat.

Kampanjalle tilattiin myös oma visuaalinen ilme, jonka toteutti Sanna Huhtonen Design. Visuaalinen ilme näkyi kampanjamateriaaleissa (laskeutumisviva ja somekuvat), ja sitä tullaan käyttämään myös FinFamin myöhemmässä viestinnässä. Lisäksi toteutettiin mielipidekirjoitus, joka julkaistiin kuudessa (6) mediassa (mm. Aamulehti).

FinFamin vapaaehtoistoiminnan viikkoa vietettiin 4.–10.12., jolle osui myös kansainvälinen vapaaehtoisten päivä (5.12.). Samalla viikolla käynnistyi FinFamin **Löydä oma tapasi auttaa -somekampanja**.

Kampanjan tavoitteena oli nostaa esiin vapaaehtoistoiminnan merkityksellisyyttä ja kannustaa vapaaehtoistoiminnasta kiinnostuneita hakemaan mukaan FinFamin toimintaan, jolla edistetään mielenterveysomaisten hyvinvointia.

Kampanja sai hyvin näkyvyyttä, kun FinFamin mielipide vapaaehtoistoiminnan merkityksestä julkasitiin kampanjaviikolla viidessä (5) maakuntalehdessä.

Lisäksi FinFamin verkkosivuille ohjautui erittäin onnistuneesti liikennettä, kun vapaaehtoisikampanjan ajaksi ostettiin tehostettua digitaalista mainontaa (Louhos Group Oy) kampanjaviestin näkyyden tehostamiseksi.

Vapaaehtoistoiminnan verkkosivu oli kampanjaviikolla suosituin laskeutumissivu, ja sen katselukerrat olivat merkittävästi suuremmat kuin vertailuajalla.

TYÖ TUKEE

9.-15.10.2023



KAIKKIEK TYÖPANOSTA TARVITAAN

"Meillä ei ole varaa jättää ketään työelämän ulkopuolelle. Oikein mitoitettu ja erilaisten elämäntilanteiden mukaan joustava työ pitää yllä työkykyä ja tukee mielenterveyttä. Tämä on kaikkien etu."

TYÖMINISTERI ARTO SATONEN

#työtukee
#työhyvinvointi
#mielenterveysomaiset



FinFami

AAMULEHTI

Lukijalta | Lukijalta

Miehet kyllä puhuvat, jos heiltä kysytään – ja heitä kuunnellaan

Moni isä kantaa huolta läheisensä mielenterveydestä ja tilanteessa oma jaksaminen voi olla koetuksella. Palveluissa miesten tuen tarvetta ei tunnusteta. Ajoissa annettu tuki vahvistaa koko perheen hyvinvointia, kirjoittavat Tiina Puranen ja Tiina Vartiainen.

7.11.19:15

Suomessa on arviolta puoli miljoonaa mielenterveysomaista, jotka huolehtivat psyykkisesti sairastuneesta läheisestään. Moni heistä on isä.

Mielenterveyden haasteet vaikuttavat kaikkien perheenjäsenten arkeen ja hyvinvointiin. Puolison sairastuessa isän rooli perheen arjen pyörittämisestä kasvaa ja huoli sairastuneesta lisää henkistä kuormitusta. Tilanteet perheissä voivat olla hyvinkin vaikeita ja sairastumisella on vaikutuksia myös perheen taloudelliseen tilanteeseen. Ilman varhaista tukea ongelmat siirtyvät helposti sukupolvelta toiselle.

MONELTA mieheltä puuttuu riittävä tieto siitä, kuinka sairastunut voi tukea uupunutta itse. Samalla usea mies pitää kunnia-asianaan sitä, että perheestä huolehditaan, vaikka se ottaisi kuinka koville tahansa. On heikkoutta sanoa, että nyt ei tahdo enää jaksaa. Haitalliset stereotypit on aika romuttaa.

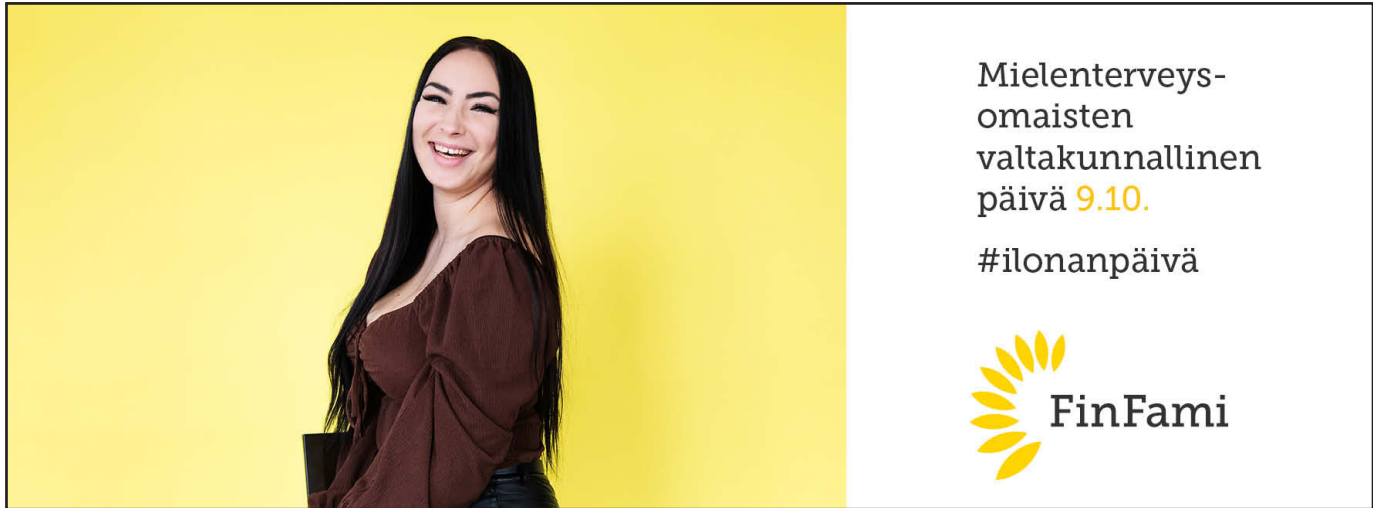
yle

Työaikojen joustot helpottavat kuormitusta



Sairastuneesta läheisestä huolehtiminen voi huolen lisäksi sitoa läheiset jatkuvaan päivystysvalmiuteen, toteaa Mielenterveysomaisten keskusliiton FinFamin toiminnanjohtaja Tiina Puranen. Kuva: Märten Lampén / Yle

Myös joustot työajoissa tai työnteon paikassa voivat helpottaa mielenterveysomaisten tilannetta. Keinot ovat hyvin samankaltaisia kuin muillakin työntekijöillä, jotka eri syistä huolehtivat läheisistään.



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



Ilonan päivän viikolla medianäkyvyys oli erinomaista

Vuonna 2023 Ilonan päivän teemana oli mielenterveysomaisten oikeudet ja myönteisen keskustelukulttuurin lisääminen. Erityisesti korostettiin työn ja kuormittavan läheistilanteen yhteensovittamista.

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 mielenterveysomaisen oikeus omaan terveyteen oli keskiössä.

Ilonan päivästä tiedotettiin sosiaalisessa mediassa ja päivää varten tuotettiin materiaalia: tiedote, mielipidekirjoitus ja somekuvia. Ilonan päivän viikon valtakunnallinen näkyvyys olikin erinomainen.

Ilonan päivän viikolla mielenterveysomaisten tilanne ja järjestö sai paljon medianäkyvyyttä, kun järjestömme esiintyi niin televisiossa kuin printti- ja verkkomedioissakin.

Valtakunnallisena mielenterveysomaisten päivänä 9.10. FinFamin toiminnanjohtaja Tiina Puranen ja Parisuhdekeskus Katajan toiminnanjohtaja Suvi Laru olivat aamun Huomenta Suomi -tv-lähetyksessä keskustelemassa työn ja kuormittavien elämäntilanteiden yhteensovittamisesta. Juttu jaettiin



myös MTVUutiset.fi -verkkosivulle myöhempää katsomista varten.

Lisäksi Puranen antoi Ilonan päivänä haastattelut sekä radio Novalle (**Niina Backmanin** radio Novan Päivä -ohjelma) että radio Helsingille (**Laura Frimanin** iltapäiväohjelma). Näin tavoitettiin uutta yleisöä.

Ilonan päivän aikana julkaistiin mielipidekirjoitukset valtakunnallisten sanomalehtien verkko- ja printtilehdissä (HS ja Hbl). Maakuntalehdistä mielipide julkaistiin Lapin Kansassa, Etelä-Suomen Sanomissa ja Ilkka-Pohjalaisessa. Lisäksi se julkaistiin useissa pienemmissä alueellisissa medioissa (Soisalon Seutu, Pieksamäen Lehti, Kauha-joki-lehti ja Viiskunta-lehti). Tiedotejakeluohjelma ePressin kautta julkaistu tiedote sai näkyvyyttä kaupunkilehti Aamusetissa.

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



FinFamin tuottamat materiaalit tukivat edunvalvonnan tavoitteita

Materiaalituotannon avulla levitetään tietoa vaikutusmahdollisuuden tavoitteista, jäsenyhdistysten tekemästä työstä sekä vahvistetaan FinFami-järjestökentän yhtenäistä ilmettä.

Vuonna 2023 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.

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

Vuonna 2023 FinFami tuotti paljon markkinointikuvia, joita käytettiin erityisesti sosiaalisen median kanavissa. Näiden lisäksi vuoden aikana toteutettiin mm. esitteitä, flyereita, videoita ja esitysdioja. Lisäksi vuoden aikana otettiin uusia brändikuvia, jotka tilattiin Satu Kemppainen Photographyltä. Jäsenyhdistykset saivat halutessaan käyttää toiminnassaan keskusliiton tuottamaa materiaalia.

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

Labyrintti-lehden ilmestymiskertoja vähennettiin

Labyrintti-lehti antaa tietoa mielenterveysomaisille ja toimii myös tiedotuskanavana FinFamin omaisyhdistyksille. Toimintavuonna lehden ilmestymiskerto-

ja vähennettiin ja keskusliitto julkaisi vuoden aikana kaksi (2) lehteä.

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 Oy ja sen mainosmyyntiä hoitaa TJM-Systems Oy. Vuonna 2023 Labyrintin painosmäärä oli 7552 kappaletta.

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

Lehtien sisällöt tukivat sekä järjestön viestinnän päätavoitetta että toimintavuoden yleistä teemaa. Vuonna 2023 lehdissä korostui erityisesti mielen terveyteen ja sen ongelmiin liittyvät asenteet sekä mielenterveyspalvelujen riittämättömyys, mielenterveysomaisten oikeudellisen asema ja erilaiset vapaaehtoistoiminnan muodot. Lisäksi lehdissä nostettiin esiin FinFamin jäsenyhdistysten tekemää työtä. Vuoden ensimmäinen lehti oli eduskuntavaalinumero, jossa esiteltiin FinFamin hallitusohjelmataavoitteita juttujen muodossa. Toisen lehden teeman oli vapaaehtoistoiminnan merkitys.

Mukana haastateltavana tai artikkeleiden kirjoittajina oli mielenkiintoinen joukko ihmisiä yhteiskunnan eri sektoreilta: mm. kansanedustaja ja somevaikuttaja Ville Merinen, psykologi Tino Karolaakso, Kansalaisareenan aluetoiminnan päällikkö Pinja Nieminen, A-klinikkasäätiön tutkija Janne Takala sekä useita kokemusasiantuntijoita ja mielenterveysomaiskentän toimijoita. Lisäksi FinFami julkaisi lehdessä eduskuntapuolueiden puheenjohtajien vastaukset, jotka he antoivat FinFamin eduskuntavaalikyselyyn.



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.

Toimintavuoden aikana tavoitettiin laajasti ammattilaisia

Mielenterveysomaisten huomiointi on tärkeä ennaltaehkäisevä mielenterveystyön toimi. Tätä viestiä FinFami vei eteenpäin erilaisissa tapahtumissa ja tilaisuuksissa.

Ammattilaisille, opiskelijoille ja suurelle yleisölle järjestettiin valtakunnallisia webinaareja ja pidettiin puheenvuoroja sekä verkossa että paikan päällä (mm. yhteistyössä Tehyn kanssa sekä Skitsofrenia-kolalition kanssa). Toimintavuoden aikana tavoitettiin ammattilaisia yli sektorirajojen arviolta 760 henkilöä. Tavoitettujen ammattilaisten määrä kasvoi edellisvuoteen verrattuna.

Mielenterveysomaisten tilannetta sekä FinFami-järjestön tarjoamia ammattilaisten ja omaisten tukimateriaaleja esiteltiin Tehyn mielenterveys- ja päihdetyön jaoston opintopäivillä ja Psykiatripäivillä. Näytteilleasettajapisteellä oli mukana myös FinFamin kokemustoimijoita.

Ammattilaisia tavoitettiin myös Instagramin FinFami-liven kautta, jossa käsiteltiin mielenterveysomaisille suunnattuja palveluja ja ammattilaisten näkökulmaa. Livelle kertyi katselukertoja 219 kappaletta ja sen avulla tavoitettiin 369 tiliä.

FinFamin Työntekijäpäivät järjestettiin Jyväskylässä 1.-2.11.2023 yhteistyössä Keski-Suomen mielenterveysomaiset – FinFamin kanssa. Päivien teemana



Kuva: Marika Finne

Mielenterveysomaisten tilannetta ja FinFamin toteuttamia omaistyön hyviä käytäntöjä esiteltiin eri tapahtumissa ja tilaisuuksissa kuten Kuntamarkkinoilla, jossa vieraili vuonna 2023 noin 6500 kävijää.

oli tiedolla johtaminen ja vaikuttavuus. Keskusliitto-laisten lisäksi osallistujia oli yhteensä 44 finfamilaista 12 jäsenyhdistyksestä ympäri Suomen. Päivien aikana finfamilaiset verkostoituivat ja jakoivat tietoa toimivista käytännöistä.

Ammattilaisia tavoitettiin yleisavustettavassa toiminnassa, vapaaehtoistoiminnassa (Ak 5) ja FinFamin Vaikuttavat kumppanuudet -hankkeessa sekä näiden yhteistyönä. Ammattilaisten omaisosaamisen lisäämiseksi aloitettiin myös valtakunnallinen yhteistyö FinFami-yhdistysten kesken.

Jäsenyhdistyspalvelut vahvistavat FinFami-yhdistysten toimintaa

FinFamilla on 16 jäsenyhdistystä ympäri Suomen. Jäsenyhdistyspalvelut vapauttavat näiden yhdistysten resursseja mielen-terveysomaisten kohtaamiseen.

Toimintavuoden 2023 aikana FinFami edisti sen jäsenyhdistysten näkymistä valtakunnallisessa palvelutietovarannossa (PTV) luomalla yhdessä jäsenyhdistysten kanssa yhteisen keskustelutuen (omaisneuvonta) palvelukuvauksen sekä yhdenmukaiset organisaatio- ja asiointikanavakuvaukset.

Keskusliitto toimii FinFami-kentän PTV pääkäyttäjänä. PTV:n tiedot löytyvät Suomi.fi:stä ja ne nousevat erilaisille sähköisille alustoille, mm. hyvinvointialueiden palvelutarjottimille.

Jäsenyhdistykset vievät vaihtuvan toimintansa myös Lähellä.fi-palveluun, josta tiedot nousevat palvelutarjottimille PTV:n kautta.

Vuoden 2023 aikana aloitettiin yhteistyö Maaseudun Terveys- ja Lomahuollon (MTLH) kanssa, jotta mielenterveysomaisille suunnattuja tuettuja lomia voidaan organisoida ja markkinoida valtakunnallisesti kattavammin. Yhteistyöllä pyritään vahvistamaan mielenterveysomaisten alueellisesti tasarvoista mahdollisuutta hakea tuettua lomaa.

FinFamin vapaaehtoistoiminnassa keskityttiin tavoitettavuuden ja saavutettavuuden lisäämiseen

Toimintavuoden 2023 aikana FinFamin vapaaehtoistoiminnassa aloitettiin verkkopohjaisen vapaaehtoistoiminnan koulutuksen ja siihen liittyvän koulutusmateriaalin suunnittelu. Suunnittelu- ja kehittämissuunnitelma tehtiin yhdessä jäsenyhdistysten kanssa. Työryhmä kokoontui kolme (3) kertaa suunnittelemaan verkkopohjaista koulutusta. Tämän lisäksi vapaaehtoistoiminnan valtakunnallinen verkosto kokoontui yhteiskehittämisen äärelle viisi (5) kertaa.

Vuoden 2023 aikana FinFami-kentälle kehitettiin neljä (4) uutta vapaaehtoistoiminnan tehtävää. Kehittämissuunnitelmassa keskityttiin luomaan tehtäviä, jotka tarjoavat vapaaehtoiselle keinon saada äänensä ja kokemuksensa kuuluviin sekä vaikuttamisen mahdollisuuksia.

Uusien vapaaehtoistoiminnan tehtävien kehittämi-



Kuva: Petri Lyytikäinen

sessä huomioitiin, että vapaaehtoistoiminnan muodot FinFami-kentällä monipuolistuvat ja FinFami-yhdistyksistä löytyy digitaalisesti toteuttavaa vapaaehtoistoimintaa.

Toimintavuonna panostettiin FinFamin vapaaehtoistoiminnan markkinointiin ja viestintään. Näitä suunniteltiin ja toteutettiin yhdessä vapaaehtoisten ja FinFami-yhdistysten työntekijöiden kanssa. Viestinnällä ja kehittämistyöllä lisättiin järjestön vapaaehtoistoiminnan näkyvyyttä. Uudet vapaaehtoistoiminnan tehtävät ja saavutettavuuden lisääntyminen tukivat vapaaehtoistoiminnasta kiinnostuneiden valtakunnallista tavoittamista.

Vuonna 2023 FinFami-kentän vapaaehtoistoimijoiden kokonaismäärä oli 590. Näistä aktiivisesti jäsenyhdistysten toimintaan osallistui yhteensä 440 henkilöä ja täysin uusia vapaaehtoisia tuli mukaan 92. Vuoden aikana keskusliiton toimintaan (kehittämistyöryhmiin, kokemustoimintaan ja viestintään) osallistui yhteensä 49 vapaaehtoista.

Toimintavuoden aikana toteutettiin kahdeksan (8) uutta videota yhdessä kuuden (6) vapaaehtoisen kanssa. Videoiden tarkoitus on: 1) lisätä vapaaehtoistoiminnan näkyvyyttä valtakunnallisesti 2) lisätä tietoisuutta FinFamin vapaaehtoistoiminnasta 3) tuoda uusia vapaaehtoisia FinFami-yhdistyksiin ympäri Suomen. Myös FinFamin valtakunnallisen vapaaehtoistoiminnan kampanjan avulla tavoitettiin kustannustehokkaasti suuri joukko ihmisiä.

Prospect-vertaisryhmämallin kehittäjäryhmään osallistui yhdeksän (9) vapaaehtoista. Kehittäjäryhmä kokoontui viisi (5) kertaa toimintavuoden aikana. Lisäksi vapaaehtoisille Prospect-ohjaajille järjestettiin lähitapaaminen, johon osallistui 19 vertaisohjaajaa.

Vapaaehtoistoiminnan asiantuntija sekä kolme (3) vapaaehtoista osallistuivat EUFAMI:n (Euroopan

omaisjärjestöjen liitto) Prospect-kehittämispäiville Madridissa. Toimintavuoden aikana aloitettiin myös Prospect-vertaisryhmämallin arvioinnin kehittämistyö yhdessä sekä EUFAMI:n että Ranskan, Espanjan ja Ruotsin mielenterveysomaisyhdistyksistä koostuvan työryhmän kesken. Lisäksi käynnistettiin eProspect-verkkovertaistukimallin suunnittelu yhdessä vapaaehtoisten ja EUFAMIn kanssa. EProspect on Suomessa ideoitu EUFAMIn Prospect-vertaistukimallin verkkoversio, joka toteutetaan täysin etänä.

Loppuvuodesta 2023 FinFamin vapaaehtoisille järjestettiin vapaaehtoisten päivä. Päivä toteutettiin verkossa ja siihen osallistui 58 vapaaehtoista ympäri Suomen. Keskusliiton vetämässä digiverkostossa koordinoitiin ja suunniteltiin chat-toimintaa Tuki-net-alustalla.

Vuonna 2023 toteutettiin FinFami-yhdistysten vapaaehtoisille ja työntekijöille Erätauko-keskustelu. FinFami osallistui myös laajempaan yhteiskunnalliseen keskusteluun järjestämällä keskustelutalaisuuden Ylen ja Erätaukosäätiön Hyvin Sanottu -keskustelufestivaaleilla. Molempien Erätauko-keskusteluiden aiheena oli "Mielenterveysomainen kuulluksi, kohdatuksi ja nähdyksi - Onnistumiset esiin".

FinFamin toimintoihin ja kehittämistyöhön kuten koulutusten suunnitteluun otettiin mukaan vapaaehtoisia ja kokemustoimijoita, joiden kokemustieto ja osaaminen ovat ensisijaisen tärkeässä roolissa FinFamin toiminnan kehittämisessä. Vapaaehtoisten mukaan ottaminen toiminnan suunnitteluun ja kehittämiseen edisti myös vapaaehtoisten tavoittamista valtakunnallisesti.

Vuonna 2023 FinFamissa kehitettiin yhdessä kokemustoimijoiden kanssa vapaaehtoisuskoulutus, joka antaa välineitä markkinoida FinFamin Mahdollisuuksia-verkkopalvelua. FinFami toteutti myös yhdessä Syömishäiriöliiton kanssa koulutuksen, johon

osallistui 10 FinFami-yhdistysten vapaaehtoista.

Lisäksi vapaaehtoisille tarjottiin kaksi (2) kertaa pe-rehdytystä Toivo-vertaistukisovelluksen käyttöön (13 vapaaehtoista). Toivo-sovellus on valtakunnallinen ja viranomaisten hyväksymä ja siinä toimi vuonna 2023 viisi (5) FinFami-yhdistysten vapaaehtoista.

Työ yhteistyökumppaneiden kanssa

Työ yhteistyökumppaneiden kanssa oli laajaa ja monipuolista. Jäsenyhdistyspalveluiden osalta keskeisiä yhteistyökumppaneita olivat mm. Suomen Reumaliitto ry, Luonnonvarakeskus (LUKE), HYKS erityisvastuualue, Erätauko-säätiö sekä Terveyden ja hyvinvoinnin laitos/Peliklinikka.

FinFamin ja THL:n yhteinen peliriippuvuustutkimus toteutettiin kahdessa vaiheessa syksyn 2023 aikana. Tutkimuksen julkaisu järjestetään vuonna 2024 laajalle yleisölle, ammattilaisille ja kokemus-toimijoille suunnattuna webinaarina, jossa on mukana kotimaisia ja ulkomaisia ongelmallisen rahapelaamisen erityisasiantuntijoita.

FinFami oli sidosryhmänä mukana Hyvinvointia biodiversiteetti - Biodiversity interventions for wellbeing (BIWE) -hankkeessa, millä pyritään saamaan mielen-terveysomaisten kokemusääntä hankkeen toimintaan.

Toimintavuoden aikana toteutettiin yhteisiä tapahtumia: mm. BIWE-hankkeen kanssa osallistuttiin SuomiAreenaan ja tietoisuutta mielen-terveysomaisten tilanteesta ylläpidettiin Luonnonvarakeskuksen kanssa toteutetussa yhteistyössä.

Yhteistyöstä FinFamin jäsenyhdistysten kanssa

Jäsenyhdistyksillä oli käytössään helposti lähestyttävät, keskusliiton tukemat digitaaliset yhteiskäyttöympäristöt kuten Howspace, Miro(Pro), CRM (SF). Näiden käyttäminen on FinFamin seuranta- ja arviointitiedon pohjalta tehostanut ja monipuolistanut tavoitettavaa työtä omaisten parissa. Vapaaehtoisten mukaan ottaminen toiminnan suunnitteluun ja kehittämiseen edisti vapaaehtoisten tavoittamista valtakunnallisesti.

Vuoden 2023 aikana on panostettu FinFami-yhdistysten verkkotoiminnan koordinointiin sekä tehostettu verkossa tapahtuvaa toiminnan yhteiskehittämistä. Lisäksi toimintavuoden aikana laajennettiin yhteistyötä jäsenyhdistysten kesken myös uusille alueille ja tuotettiin mielen-terveysomaisille entistä monipuolisempia toimintamuotoja.

Vuonna 2023 toteutettiin yhdistyksien kesken monivaiheiset tietoturva- ja tietosuoja työpajat keskusliiton koordinoimana. Yhdistykset voivat näin keskittyä perustyöhönsä omaisten parissa.

Jäsenyhdistyspalvelujen toiminta ja tulokset

FinFami järjesti jäsenyhdistyspalveluiden toimesta 11 koulutusta, 15 kehittämistyöpajaa, 197 ratkaisua tietohallinnon ylläpito- ja palvelupyyntöä, 20 yhteiskehittämistapaamista toiminnan seuranta-menettelmien laatimiseen, 18 sisäisten asiantuntijaverkostojen koordinointiä, 12 CRM-projektiin liittyvää tilaisuutta 24 jäsenyhdistysten tukitoimintaan liittyvää tilaisuutta. Kohtaamiskertojen määrä näissä aktiviteeteissa oli yhteensä 1808 kappaletta.

Toiminnan tuloksellisuutta edisti jäsenyhdistysten

vahva tahtotila yhteiskehittämiseen ja hyvien käytäntöjen levittämiseen. Näin mielen-terveysomaiset ja -omaishoitajat saavat alueesta riippumatta kansalaisjärjestölähtöistä apua, vertaistukea ja osallisuuden mahdollisuuksia. Vuotta 2023 jäsenyhdistykset kokivat selvästi hyötynensä saamistaan palveluista sekä omais- ja järjestötyön osaamisen kehittämisessä, tavoite- ja mittarityössä, laadun parantamisessa ja ongelmanratkaisussa.

Tuloksellisuuden kehittämisessä on seurattu koko vaikutusketjua: miten keskusliiton jäsenyhdistyksiä tukeva toiminta on vaikuttanut yhdistysten ja niissä toimivien kohderyhmien kyvykkyyteen sekä esimerkiksi miten jäsenyhdistysten vapaaehtois- ja vertaistoiminta on vaikuttanut mielen-terveysomaisten hyvinvointiin ja osallisuuteen. Toimintaa ja tuloksellisuutta on tarkasteltu kohderyhmille suunnattujen kyselyiden kautta.

FinFami toteutti kaikki yhdistyksiä koskevat tavoite- ja mittarityöpajat vuoden 2023 aikana. Koko järjestökenttä on sitoutunut yhteisiin tavoitteisiin ja mittareihin vuodesta 2024 alkaen. Tiedon pohjalla on 1) tiedonkeruusuunnitelma, 2) vuosikellon mukaiset toimenpiteet ja määritellyt mittaritietolähteet, 2) digitaaliset alustat, jotka mahdollistavat riittävän ajankohtaisen tiedon suodattamisen.

Jokaisesta toteutuneesta toiminnosta on kerätty systemaattisesti arviointitietoa. Tietoa on saatu toimintaan osallistuneilta jäsenyhdistysten toimijoilta, vapaaehtoisilta ja jäsenyhdistysten työntekijöiltä. Jäsenyhdistyksiltä kerättiin toimintavuoden jälkeen tietoa toiminnasta ja tuloksista erillisillä kyselyillä, seurannalla sekä haastatteluilla.

Vertaisryhmä- ja vapaaehtoistoiminnassa kerättiin tietoa toiminnan tuloksellisuudesta sähköisten arviointi- ja palautekyselyiden, haastatteluiden sekä verkosto- ja työpajatapaamisten yhteydessä toteutettujen arviointikeskusteluiden avulla. Tiedonke-

ruun pohjana toimii segmentoitu sähköinen alusta.

Vuosikyselyissä todettiin, että FinFamin koulutuspalveluita tai henkilökohtaisia tukipalveluita käyttäneistä 83 % ilmoitti hyötynensä palveluista omaisjärjestötyöhön liittyvässä ongelmanratkaisussa. Vuosikyselyn perusteella koulutuspalveluita tai henkilökohtaisia tukipalveluita käyttäneistä 89 % ilmoitti hyötynensä oman osaamisensa kehittämisessä saamistaan palveluista.

Vuosikyselyyn vastanneista toiminnanjohtajista kaikki olivat sitä mieltä, että koko järjestön yhteiset seuranta- ja arviointimenetelmät ovat parantaneet omaisten hyvinvointia ja yhteiskunnallista asemaa tukevan toiminnan tuloksellisuuden todentamista.

Vuosikyselyyn vastanneista toiminnanjohtajista kaikki olivat myös sitä mieltä, että koko järjestön yhteiset tietohallintoratkaisut ovat auttaneet heitä kehittämään mielen-terveysomaisten hyvinvointia tukevaa toimintaa. Tietojärjestelmien käyttäjätyytyväisyys oli käyttäjillä hyvää tai erittäin hyvää.

Tavoitekohtaisia tuloksia vuoden 2023 aikana

Toiminnan tarjontaa ja valtakunnallista näkyvyyttä todentaa FinFamin multisite-sivustojen verkkosivuanalytiikka. Analytiikassa tehtiin järjestelmä-migraatio vuoden 2023 alussa.

FinFamin verkkovierailijat olivat edellisvuoden 2022 tapaan korkealla tasolla (yhteensä 55 000 henkilöä ja 159 000 verkkosivuvierailua). FinFamin verkkosivuilta haettiin tietoa mm. järjestön toiminnasta sekä palveluista (esim. Mahdollisuuksia-verkkopalvelu), verkkoryhmistä ja verkkoluennoista. Sivustojen kautta toteutui myös yhteydenottoja ja palveluohjauksia.

Verkkovierailut kasvoivat erityisesti valtakunnallisten kampanjoiden aikana (mm. Ilonan päivän viikko lokakuussa sekä FinFamin vapaaehtoisten viikko joulukuussa) sekä silloin, kun järjestö näkyi merkittävässä valtakunnallisissa medioissa.

FinFami-kentällä näkyi vahva tahtotila yhteiskehittämiseen ja vapaaehtoistoiminnan vahvistamiseen. Vapaaehtoistoiminnan verkostoissa on toimintavuoden aikana paneuduttu mm. FinFamin vapaaehtoistoiminnan näkyvyyden vahvistamiseen, uusien vapaaehtoistoinnasta kiinnostuneiden tavoittamiseen sekä vapaaehtoistoiminnan monipuolistamiseen ja vapaaehtoistehtävien kirjon laajenemiseen.

Vapaaehtoisten kasvanut määrä (92 uutta vapaaehtoista vuonna 2023) osoittaa, että vapaaehtoistoiminta FinFami-yhdistyksissä on tavoitettavaa, kiinnostavaa ja se koetaan tärkeäksi keinoksi päästä osallistumaan ja vaikuttamaan mielenterveysomaisia tukevaan toimintaan. Tämä osoittaa myös, että FinFamin vapaaehtoistoiminta on monipuolista ja vapaaehtoistehtävien kirjoa on saatu laajennettua.

Verkostotoiminta on yhtenäistänyt järjestön toimintaa. FinFami-kentän yhteiset tietohallintoratkaisut auttoivat yhdistyksiä kehittämään laadukasta omais- ja järjestötoimintaa. Lisäksi koettiin, että yhteiset tietohallintoratkaisut ovat auttaneet keskittämään voimavaroja tietohallinnon sijaan enemmän varsinaiseen omaistyöhön. Kyselyvastausten mukaan FinFamin yhteiset seurantamenetelmättaasparansivat toiminnan tuloksellisuuden todentamista.

Sisäinen verkostotoiminta vahvisti FinFami-kentän yhtenäisyyttä

Toiminnan suunnittelua ja toteutusta koordinoitiin FinFamin sisäisten asiantuntijaverkostojen kautta.

Digiverkosto, viestijäverkosto, toiminnanjohtajaverkosto, yhteiskehittämisen verkosto, omaistyön verkosto ja vapaaehtoistyön verkostot toimivat koko FinFami-järjestön yhteisen kehittämistyön paikkoina.

Vuosikyselyissä kaikki vastanneet FinFamin työntekijät totesivat, että keskusliiton tarjoama tuki on mahdollistanut sen, että mielenterveysomaisten hyvinvointia tukevan toiminnan tarjonta on parantunut.

Verkostotoimintaan osallistuneista työntekijöistä 91% oli vuosikyselyssä sitä mieltä, että verkostotoiminta on parantanut yhdistysten kykyä toteuttaa ja kehittää mielenterveysomaisten hyvinvointia tukevaa toimintaa yhdessä. Verkostotoimintaan osallistuneista toiminnanjohtajista 96% oli sitä mieltä, että verkostotoiminta on yhtenäistänyt koko järjestön omais- ja järjestötoimintaa.

Tietojärjestelmien kehittäminen

FinFami-yhdistysten omiin verkkosivuihin liittyviä tukipyyntöjä tuli kentältä paljon. Tämä osoittaa, että toiminnassa on ollut selkeä tarve henkilölle, joka keskittyy verkkosivujen ja niihin liittyvien järjestelmien tekniiseen tukeen.

Osa jäsenyhdistyksistä ylläpitää itse omaa Microsoft Office 365 -ympäristöään, joka sisältää sähköpostijärjestelmän. Näiden palveluiden tukeen on havaittu myös selkeä tarve.

Verkkosivuja kehitettiin ottamalla kirjautumiseen käyttöön kaksivaiheinen tunnistautuminen. Lisäksi verkkosivualustan teknisiä ratkaisuja kartoitettiin ja päivitettiin hankkimalla uusia lisäosia. Toimintavuoden aikana suunniteltiin myös verkkosivualustan kehityskohteita vuodelle 2024.

FinFami-kentällä näkyi vahva tahtotila yhteiskehittämiseen ja vapaaehtoistoiminnan vahvistamiseen.



Kuva: Minttu Lehtovaara

Vaikuttavat Kumppanuudet – mielenterveysomaisten palvelupolkujen luomisen ja strategisten kumppanuuksien kehittämishanke

Hankkeen tarkoituksena on kehittää ja vahvistaa FinFami-yhdistysten mahdollisuuksia luoda mielenterveysmaistyöhön palvelupolkuja ja strategisia kumppanuuksia. Toimintavuonna kehitettiin ensimmäinen mielenterveysomaisten palvelupolku.

Kaksivuotisen Vaikuttavat kumppanuudet -hankkeen tavoitteena on vahvistaa mielenterveysomaisten osallisuutta sekä edistää omaisten tunnistamista ja oikeantasaisen tuen pariin ohjaamista. Vuosi 2023 oli hankkeen toinen toimintavuosi.

Mielenterveysomaisten palvelupolku vahvistaa omaisten ja perheiden tukea

FinFamin Vaikuttavat kumppanuudet -hankkeessa kehitettiin mielenterveysomaisten palvelupolku. Sen tavoitteena on, että jatkossa läheiset huomioidaan palvelujärjestelmässä itsenäisinä avuntarvitsijoina. Palvelupolkumalli on monistettavissa kaikille

hyvinvointialueille, sillä se huomioi jokaisen hyvinvointialueen omat tarpeet ja palvelut.

Moni mielenterveysomainen tai ammattilainen ei tiedä, mitä kaikkia palveluita psyykkisesti sairastuneen lähipiiriin on mahdollista saada. Mielenterveysomaisten palvelupolku on kokonaisuus, joka kattaa palvelut yli sektorirajojen ja tunnistaa mielenterveysomaisten tuen tarpeen.

Palvelupolku edistää myös palveluiden saatavuutta ja niihin pääsyä. Siinä on huomioitu sekä omainen että ammattilainen, joka ohjaa mielenterveysomaisia tuen piiriin. Palvelupolun kohderyhmää ovat mm. psykiatrian ammattilaiset sekä muut sosiaali- ja terveydenhuollon toimijat, kolmas sektori, seurakunnat, varhaiskasvatus, koulut ja mielenterveysomaiset.

Vuonna 2023 toteutuneet toimenpiteet

Toimintavuonna saatettiin valmiiksi mielenterveysomaisten palvelupolkumalli ja luotiin palvelumuotoilusprintti, jolla palvelupolku voidaan skaalata eri hyvinvointialueille. Vuoden aikana edistettiin myös omaisten tunnistamista palvelujärjestelmässä sekä osaamista vaikuttavien kumppanuuksien rakentamisessa mielenterveysomaisten tuen saannin ja hyvinvoinnin vahvistamiseksi.

Mielenterveysomaisten palvelupolkumalli tuotettiin vuoden mittaisella työpajaprosessilla pilottialue Päijät-Hämeessä. Palvelupolkumalli luotiin yhdessä hyvinvointialueen sekä alueellisen FinFamin toimijoiden kanssa. Mallia luotaessa näkemyksiä kerättiin myös muilta hyvinvointialueilta.

Vähemmistöryhmiin kuuluvien mielenterveysomaisten (maahanmuuttajat ja saamelaiset) palvelut sisällytettiin palvelupolun perusmalliin. Maahanmuuttajien palveluita kartoitettiin Hämeen Setlementin ja järjestöverkoston kanssa. Saamelaisten valtakunnallisia palveluita taas kartoitettiin yhteistyössä saamelaisen psykososiaalisen tuen yksikkö Uvjj-Uvjä-Uvjan ja saamelaisen SANKSin (Saamen kansallinen osaamispalvelu – mielenterveys- ja päihdepalvelu) kanssa.

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

Hankkeen edetessä todettiin tarve työskentelymallille, jolla mielenterveysomaisten palvelupolku pystytään skaalaamaan muille hyvinvointialueille tiiviillä aikataululla ja kohtuullisilla henkilöstöresursseilla. Näin luotiin palvelumuotoilusprintti-malli, jossa erilaisilla ryhmätyön metodeilla muokataan mielenterveysomaisten palvelupolun prototyyppi hyvinvointialueelle.

Mielenterveysomaisten palvelupolun kehittämistyötä jatkettiin Kanta-Hämeessä, alueellisen FinFami-yhdistyksen ja hyvinvointialueen kanssa.

Hankkeen avulla levitettiin tietoa, joka vahvistaa mielenterveysomaisten hyvinvointia

Jotta omaiset tunnistettaisiin paremmin palvelujärjestelmässä ja omaisten hyvinvoinnin tueksi rakentuisi vaikuttavia kumppanuuksia, levitettiin webinaareissa ja tapahtumissa tietoa palvelupolusta, omaisten tunnistamisesta ja tuen tarpeista sekä systeemisestä ajattelusta omaisten hyvinvoinnin tukemisessa.

Tietoa jaettiin myös valtakunnallisissa verkostoissa sekä tapaamisissa seurakuntien, hyvinvointialueiden ja järjestöjen kanssa sekä yleisötilaisuuksissa (mm. Kuntamarkkinat, Psykiatripäivät) ja VALPAS 2023 -yhteistoimintaharjoituksessa, jossa hanke toi esiin omaisten huomioinnin keinoja ja palvelupolun käyttöä suuronnettomuudessa. Yhteistoimintaharjoituksessa eri viranomaiset harjoittelivat ja esittelivät rooliaan suuronnettomuustilanteissa. Ammattilaisten osaamista omaistilanteiden tunnistamisessa ja tuen pariin ohjaamisessa edistettiin myös hankkeen ensimmäisenä toimintavuonna aloitetulla yhteistyöllä Terapiat etulinjaan -hankkeen kanssa.

Näin vahvistettiin mielenterveysomaisten näkyväksi tekemistä kaikkien sote-alueiden käytössä olevalla digitaalisella koulutus- ja ohjauksella. Omaisten näkökulma saatiin mukaan useaan eri koulutuskokonaisuuteen, mm. Terapianavigaattori-koulutukseen, yleisvastanottojen ammattilaisten tukimateriaaliin (ohjatun omahoidon koulutus) sekä kokemusasiantuntijoiden näkemyksistä ja kokemuksista koostuvaan koulutus-osaan.

Toimintavuoden aikana järjestettiin kolme webinaaria: Samalla puolella yhdessä, Mielenterveysomaisten riskiryhmästä voimavaraksi ja Kokemuksesta voimaa! Yhdessä. Kaikki webinaarit koostuivat systemisen ajattelun, eri sektoreiden välisten kumppanuuksien vahvistamisen sekä omaisten tunnistamisen teemoista. Webinaareissa oli puheenvuoroja kokemusasiantuntijoilta ja sote-ammattilaisilta, ja ne järjestettiin yhteistyössä FinFami-yhdistysten ja hyvinvointialueiden kanssa.

Kokemuksesta Voimaa! Yhdessä -seminaari julkaistiin Yle Areenassa. Tilaisuus myös opinnollistettiin Lapin yliopiston yhteiskuntatieteen ja Oulun yliopiston psykologian opiskelijoille 1 opintopisteen suorituksiksi. Mielenterveysomaisten tunnistamista palvelujärjestelmässä vahvistettiin myös opinnäytetöillä: Huomaa lapsi! - Maahanmuuttajataustaisten lapsimielenterveysomaisten tunnistaminen (Minna Kauranne, Linda Panschin) ja Mielenterveysomaisten tunnistaminen ja sosiaalinen tukeminen työterveyshoitajan näkökulmasta (Annaelina Mäkilampi).

Toimintavuoden aikana hankkeessa tuotettiin Mielenterveysomaisten palvelupolku -video, palvelumuotoilusprintin prosessikuvaus sekä käännettiin FinFamin olemassa olevaa materiaalia kolmelle saamen kielelle yhteistyössä Saamelaiskäräjien kanssa. Lisäksi koottiin materiaalia FinFami-yhdistysten ja hyvinvointialueiden käyttöön.

Kansainvälinen yhteistyö

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

Vuonna 2023 FinFami toteutti kansallisen ja kansainvälisen tason Psykoosi-symposiumin yhdessä ISPS:n (International Society for Psychological and Social Approaches to Psychosis) kanssa. Tapahtuma keräsi laajan joukon ammattilaisia ja päättäjiä mielenterveystyön omais- ja kokemustoiminnan pariin. Muina toteuttavina yhteistyökumppaneina oli Helsingin ja Uudenmaan sairaanhoitopiiri (HUS), Espoon kaupunki sekä Aalto-yliopisto.

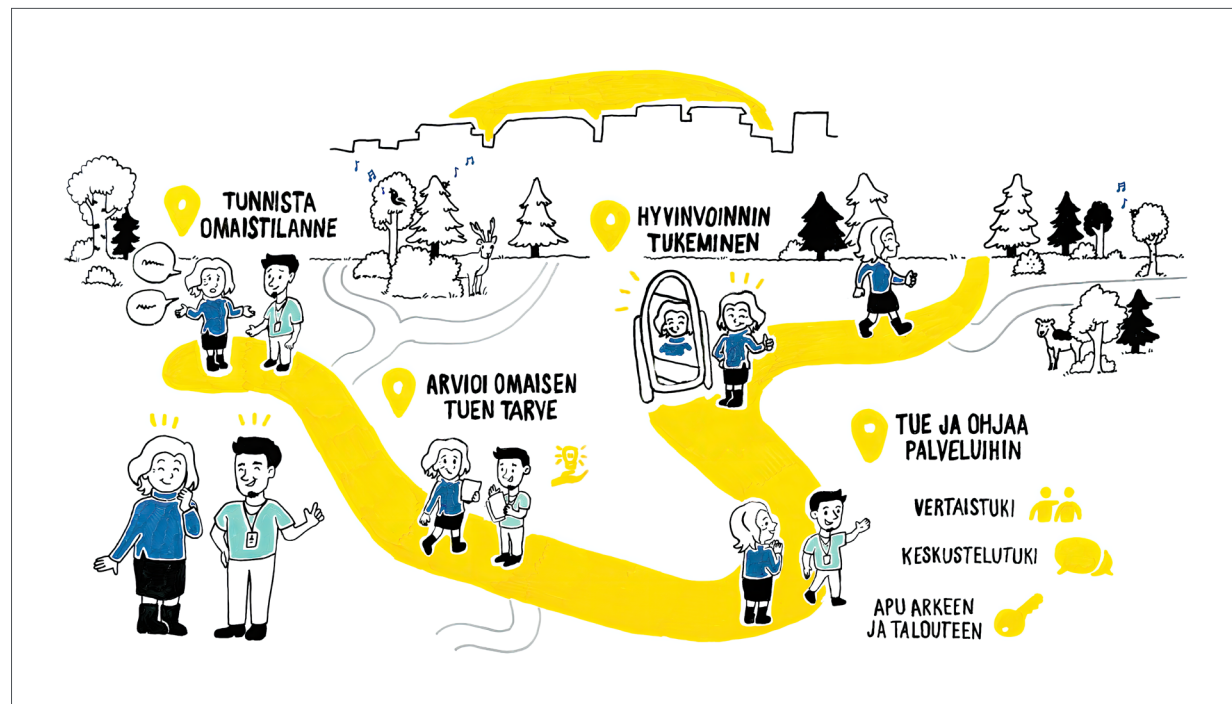
Toimintavuoden aikana yhteistyö EUFAMI:n (Euroopan omaisjärjestöjen liitto) oli monipuolista ja tiivistä. Vuonna 2023 FinFami osallistui EUFAMI:n pysyvän jäsenen ominaisuudessa vuosikokoukseen. Lisäksi järjestö koordinoi hyvien käytäntöjen jakamista ja kehittämistyötä yhteiseurooppalaisen mielenterveysomaisten Prospect-vertaistukiryhmämallin osalta, johti EUFAMI-tason evaluointijärjestelmän perustamista jäsenmaiden omaisjärjestöjen käyttöön.

Toimintavuoden aikana FinFami myös veti ERASMUS+-yhteistyöprosessia, kehitti digitaalisten yhteiskäyttöalustojen perustamista EUFAMI:n toimijoiden käyttöön, toteutti aktiivista tutkimuksellista vuorovaikutusta ja oli mukana erilaisissa yhteistyöhankkeiden työryhmissä.



Kuva: Keiko Morishita

Vuonna 2023 FinFami tapasi japanilaisen delegaation, jossa oli edustajia mm. Hyogon yliopistolta ja CSAS:sta (Center for Studies on Ageing Societies). Tapaamisessa esiteltiin FinFami-järjestön toimintaa, avattiin mielenterveysomaisten tilannetta Suomessa sekä keskusteltiin maiden mielenterveyssektorin palveluista. Yhteistyö jatkuu myös vuonna 2024.



Kuvitus: Tussitaikurit



FinFamin työntekijät ja luottamusjohto edistivät yhdessä mielenterveysomaisten hyvinvointia

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

Keskusliitossa oli vuonna 2023 yhteensä kahdeksan (8) palkattua työntekijää.

Henkilöstön tehtäväkuvat olivat yleistötoiminnassa (AY1): toiminnanjohtaja, kehitysjohtaja, asiantuntija (viestintä) ja asiantuntija (järjestö- ja henkilöstöasiat). AK-toiminnoissa työskentelivät: asiantuntija (järjestöhallinto) ja asiantuntija (vapaaehtoistoiminta) sekä ICT-asiantuntija 8/2023 alkaen 60% työajalla (palkkatuki). Vaikuttavat kumppanuudet -hankkeessa työskenteli asiantuntija.

FinFami on perheystävällinen työnantaja, joka haluaa vaikuttaa myös siihen, että lapset ja nuoret saavat tutustua mielenterveysomaistyyöhön. FinFami on etätyömyönteinen organisaatio.

Keskusliiton toimisto sijaitsee osoitteessa Mariankatu 13 a A 4, 00170 Helsinki, jossa sillä on käytössä 70,5 m2 toimistohuoneisto. Vuokranantajana toimii Kirkkopalvelut ry.

Edustajakokoukset päättivät keskusliiton suuret linjaukset

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

FinFamin sääntömääräinen kevätedustajakokous järjestettiin 29.4.2023. FinFamin sääntömääräinen syysedustajakokous järjestettiin 18.11.2023. Kumpankin kokoukseen osallistui kuusi (6) valtuutettua edustajaa valtakirjoilla.

Kokouksissa vahvistettiin kevät- ja syysedustajakokousten sääntömääräiset asiat. Kevätedustajakokouksessa vahvistettiin vuosikertomus vuodelta

2022 ja tilinpäätös 2022.

Syysedustajakokouksessa vahvistettiin toimintasuunnitelma vuodelle 2024, vuoden 2024 jäsenmaksut, tulo- ja menoarvio vuodelle 2024 sekä hallituksen varsinaisten- ja varajäsenten valinta erovuoroisten tilalle vuosille 2024–2025. Lisäksi kokouksessa valittiin tilintarkastajat vuodelle 2024.

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 2023 aikana kymmenen (10) kertaa. Se kokoontui Teams-kokousovelluksen kautta yhteensä neljä (4) kertaa, sähköpostitse yhden (1) kerran, neljä (4) kertaa paikalla 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 toiminnanjohtajavaihdoksen takia toiminnanjohtaja **Pia Hytönen** (kokoukset 1 ja 2, 2023) ja toiminnanjohtaja **Tiina Puranen** (kokoukset 3–10, 2023).

Kokouksissa valmisteltiin ja toteutettiin edustajakokouksen velvoittamia asioita.

FINFAMIN HALLITUKSEN JÄSENET JA HENKILÖKOHTAISET VARAJÄSENET VUONNA 2023:

Puheenjohtaja Anita Ruutiainen, FinFami Pohjanmaa ry.

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

Raija Kujanpää, FinFami Pohjanmaa ry.
(Aulikki Karhu, FinFami Pohjanmaa ry.)

Klaus Lehtinen, Mielenterveysomaiset Pirkanmaa – FinFami ry
(Sinikka Särkkä, Mielenterveysomaiset Pirkanmaa – FinFami ry)

Hannu Levaniemi, Pohjois-Karjalan mielenterveysomaiset – FinFami ry
(Marja Nordling)

Katja Luukaslammi, FinFami Etelä-Pohjanmaa ry.
(Pekka Rompasaari, Lapin mielenterveysomaiset – FinFami ry.) 1v.2023

Hannu Miettinen, Savon mielenterveysomaiset – FinFami ry
(Virpi Bertlin, FinFami Pohjanmaa ry)

Sirpa Pahalahti, Varsinais-Suomen mielenterveysomaiset – FinFami ry
(Liisa Kurikka, Mielenterveysomaiset Pirkanmaa – FinFami ry)

Janika Takkula, Helsinki
(Annika Wallenius, Helsinki)

Jäsenyhdistykset

Keskusliitto toimii mielenterveyskuntoutujien ja -potilaiden alueellisten omaisyhdistysten keskusjärjestönä ja tukee omalla toiminnallaan näiden yhdistysten tavoitteiden saavuttamista. Vuonna 2023 Mielenterveysomaisten keskusliitto – FinFamin jäseniä olivat liiton 13 alueellista FinFami-yhdistystä sekä kolme (3) muuta jäsenyhdistystä.

KESKUSLIITON 16 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	FinFami – Uusimaa ry , Helsinki perustettu 1988, liittynyt keskusliittoon 1994
Pohjois-Karjalan mielenterveysomaiset – FinFami ry, Joensuu perustettu 1988, liittynyt keskusliittoon 1991	FinFami – Kanta-Hämeen mielenterveysomaiset ry, Hämeenlinna, perustettu 1997, liittynyt keskusliittoon 1997
Mielen ry, Tampere perustettu 1991, liittynyt keskusliittoon 1996	Itä-Uudenmaan sosiaalipsykiatrinen yhdistys ry, Porvoo perustettu 2000, liittynyt keskusliittoon 2006

FinFami Satakunta ry, Pori perustettu 2009, liittynyt keskusliittoon 2009	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 -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 045 860 9343

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**

