|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | |  | Mielenterveysyhdistys Mielikki ry Jäsenkirje 3 / 2022 |
| **Hyvää päivää Sinulle!**  **Toiminnanjohtajan terveiset**  Millainen on päiväsi? Omani alkoi kotikonttorilla etätyön muodossa. Tätä kirjoittaessa valmistaudun samalla päivän avoimiin oviin Mielikissä. Tällä kertaa avoimet ovet järjestetään yhdessä Kanta-Hämeen mielenterveysomaiset ry, Finfamin kanssa. Teemana meillä on kiitollisuus ja vielä ehtii tutustumaan ”Kerro se kuvin” – omaisten luomaan näyttelyynkin. Ennen Mielikkiin siirtymistä aamupäivällä käyn tapaamassa yhden seutukuntamme hyvinvointiryhmää, esittelen heille Mielikin toimintaa ja samalla kartoitan miten mielenterveysyhdistys voisi syventää seutukunnallista työtä. Tärkeää perustyötä siis luvassa koko päivälle! On hyvä huomata hyvä tekemisessä, se lisää kiitollisuutta ja kiitollisuus lisää hyvää oloa.  Samalla kun täällä konttorilla pyritään ennustamaan tulevaisuutta ja luodaan uutta ja suunnitellaan jo ensi vuotta, eletään kuitenkin hetkessä. Joka päivä kohdataan ihminen ihmisenä. Mielikin olkkarit tuoksuvat tuoreelle kahville – tällä hetkellä myös viidessä seutukunnassa.  Mielikissä on syksyn aikana käynyt lukuisia uusia ja vanhoja kävijöitä. Nuorille suunnattu HEVARI – Henkilökeskeinen voimavaravalmennus on tavoittanut viikoittain 3-7 nuorta ja on ollut varsinainen valopilkku pimenevissä iltapäivissä. Alkusyksystä Finfamin kanssa toteutettu omaisen ABC uusitaan ensi syksynä.  Pikapuoliin ja loppuvuonna Mielikin talossa tehdään putkiremonttia pystylinja kerrallaan – sukitushommissa menee näillä näkymin 1-2 kk – yritetään kuitenkin pysyä normirytmissä – joskus saattaa tulla lyhyitä sulkuja, sillä viemäreitä ei voi käyttää. Joulukuulle suunniteltu puuropäivä oli pakko perua jo alkuunsa, sillä tässä epävarmuustilanteessa ei voida lyödä lukkoon usean kymmenen ihmisen tapahtumaa – pidetään puurotapahtuma tammikuussa. Lisäksi joulukuun kalenterista puuttuvat nyt 3€ lounaat ja viikonloppuolkkarit – voi olla, että ainoa mihin pystytään on murukahvi. Ollaan kärsivällisiä ja luovia- sehän me on opittu poikkeusaikoina.  Joulun ja uudenvuoden, sekä loppiaisen välipäivinä Mielikki avaa ovensa olkkarien merkeissä, vaikka ryhmätoiminta onkin tauolla.  Ensi vuonna kohdataan ihmisiä entistä enemmän luontoa hyödyntäen. Mielikissä alkaa ainakin kahdenlaista luontoavusteista toimintaa – näillä näkymin luontolähettejä koulutetaan alkuvuodesta ja lisäksi luontoliikuntakursseja toteutetaan ensi vuoden aikana myös. Molemmat avaukset liittyvät MTKL:n starttaamaan valtakunnalliseen ”Skutsi kuulee” – hankkeeseen. Valtakunnallisesti pilottihankkeeseen valittiin 4-6 paikallisyhdistystä ja Mielikki on yksi näistä. Yksi kiitollisuuden aihe tämäkin!  Seuraavaksi annan kynänvuoron taloudenhoitajalle ja puheenjohtajalle:  **Taloudenhoitajan terveiset**  Kulunut vuosi on ollut meille hyvin antoisa ja näkymät tulevaisuuteen ovat hyvät. Koska varainhankinta on hyvin tärkeää, Mielikki osallistuu Pieni ele-keräykseen Forssan alueella 2023 eduskuntavaalien aikana. Vapaaehtoisia toivotaan löytyvän sankoin joukoin avustamaan lipas keräyksissä, jotta saamme mahdollisimman suuren tuoton, sekä Pieni ele-keräykselle, että Mielikille – toimin keräyksen yhteyshenkilönä.  Vuoden vaihteen aikana päivitämme jälleen jäsenrekisterin ajan tasalle. Jos vuoden 2022 jäsenmaksu on vielä hoitamatta, sen maksamalla varmistat jäsenyytesi aktiivisena pysymisen. Kyselyjä jäsenyyden tilasta voi laittaa osoitteeseen [taloudenhoitaja@mtymielikki.fi](mailto:taloudenhoitaja@mtymielikki.fi) ja mielikkiluurin kautta viesti saavuttaa myös. Toivoisin, että lähettäisitte minulle sähköpostiosoitteenne taloudenhoitajan sähköpostiin myös, jotta saadaan entistä kattavammin aloitettua sähköpostituslistan hyödyntäminen. Tarkoitus on tehostaa tiedottamista myös sähköisesti.  Terkuin: taloudenhoitaja Niina  **Puheenjohtajan terveiset**  Kesä on mennyt ja syksy on jo saapunut tänne Forssaankin. On ilolla todettu, että Mielikki ry pyörii hyvin ja valtavasti on toimintaa. Usein olen miettinyt, miten paljon Mielikillä onkaan tarjottavaa jäsenistölleen.  Minä olen jaksanut hyvin ja toivon, että saan jatkaa myös seuraavalla toimikaudella Mielikin puheenjohtajana. Vaikeuksiakin on ollut matkalla, kun korona on jyllännyt väestön keskuudessa. En toivoisi kenenkään saavan tuota tautia. Korona on nyt kuitenkin laantumaan päin ja oletan, että siitä päästään vähitellen eroon.  Asunnottomien yön tilaisuus Forssan torilla onnistui hyvin ja sen parituntisen ajan puitteissa saimme monta ihmistä kiinnostumaan Mielikistä, toivottavasti he tulevat kahville Mielikkiin ja liittyvät jäseniksi.  Sota Ukrainassa on jatkunut jo helmikuun lopusta alkaen näihin päiviin asti ja jatkuu vielä edelleenkin. Tilanteet sodankulusta ovat kiinnostaneet minua ja ukrainalaisia siviilejä on tullut tänne Forssaankin. Näyttää siltä, että sota ei lopu vielä vähään aikaan. Olisi parasta, jos sodan molemmat osapuolet aloittaisivat rauhanneuvottelut. Sota on mielestäni järjetöntä ihmisyyttä vastaan olevaa toimintaa.  Meillä yhdistyksessä on hyvä toimiva hallitus ja kaksi palkattua henkilöä, joiden avulla toiminta pyörii. Mielikillä on hyvä taloudenhoitaja. Tulevaisuuden visiona maakuntauudistuksen tullessa yhdistys tulee olemaan tilanteessa, jossa Mielikin toimintaa todennäköisesti laajennetaan paikallisesta Lounais-Hämeen yhdistyksestä kattamaan koko Kanta-Hämettä. Mielikki on Kanta-Hämeen alueella ainoa STEA-rahoitusta saava Mielenterveyden keskusliiton paikallisyhdistys. Toivottavasti saamme tulevaisuudessakin STEAN toiminta-avustusta, jotta toiminta voi Mielikin puitteissa jatkua.  Haluan kiittää vapaaehtoisia ryhmänohjaajia, jotka tekevät hyvää työtä, joka on tärkeää väestön mielenterveyden ylläpitämiseksi. Vapaaehtoisten ryhmäohjaajien panos on ensiarvoisen tärkeää yhdistyksemme toiminnan kannalta.  Toivon, että yhdistyksemme syyskokoukseen torstaina 24.11.2022 saapuu paikalle mahdollisimman moni mielikin jäsen. Se järjestetään Osuuspankin kerhotiloissa klo 17.00 alkaen.  Oikein hyvää loppu syksyä kaikille Mielikin jäsenille ja hyvää joulun odotusta.  Terveisin Mielikin puheenjohtaja, Tom  **Lopuksi**  Loistavia nostoja Niinalta ja Tomilta! Kiitollisena katsotaan kuluvaa vuotta ja ilolla suunnitellaan tulevaa. Vuodenvaihteessa maakuntauudistus luo painetta katsoa omasta pesästä ympärille entistä enemmän. Erilaisissa hankkeissa ja yhteistyökumppaneiden kanssa työskennellään ahkerasti, jotta löydetään oikeanlaisia tapoja ja menetelmiä, joilla edistetään alueen ihmisten hyvinvointia. Tavoitettavuus on haaste – alue on laaja – ajattelen sitä kuitenkin suurena mahdollisuutena.  Kuitenkin meidän tärkein tavoitteemme on kohdata ihminen, katsoa lähelle, nähdä ja kulkea rinnalla. Käykää olkkareissa, ryhmissä ja olkaa yhteyksissä meihin.  **Erilaisia erikokoisia ja -värisiä erikokoisia palloja kuusipuuta koristelevissa klustereissa**Voikaa hyvin! Yhteistyöterveisin: Toiminnanjohtaja Sanna ja terveisiä myös Olkkarivastaava Annelta |
|  | |
|  | **Vapaudenkatu**  **5 B 18**  **30100 Forssa** |
|  | |
|  | **Mielikkiluuri**  050 464 8868 / Anne Myllyoja  **Puheenjohtaja**  040 768 8124 /  Tom Jäderholm  **Taloudenhoitaja**  Niina Peuhkuri  taloudenhoitaja@  mtymielikki.fi  **Toiminnanjohtaja**  050 570 7442 / Sanna Karppanen |
|  | |
|  | **toiminnanjohtaja@**  **mtymielikki.fi** |
|  | |
|  | **www.mtymielikki.fi**  **FB Mty Mielikki ry** |
| **Loppuvuodesta**  **Olkkarivieras** ma 14.11. klo 13 – 14 kirjastolta Timo Myllymäki tulee antamaan meille musavinkkauksia  **Mielenkevennysryhmä** ti 15.11. ja ti 13.12. klo 14 – 16  **Kynttilätapahtuma Itsemurhan tehneiden muistopäivä** su 20.11. klo 15 alkaen Ankkalammin puistossa – sytytetään kynttilät, hiljennytään hetkeksi. Halukkaat voivat jatkaa kahvihetkeen Mielikissä  **Mielenterveysmessut** ti 22.11. ja ke 23.11. Verkossa!  **Vuosikokous** to 24.11. klo 17 alkaen Op:n kokoustilassa  **Itsenäisyyspäivän aattona ja Itsenäisyyspäivänä** Mielikki on suljettu  **Jouluaskartelua** ke 7.12. klo 11 – 13  **Mielekäs Joululauluhetki** ke 7.12.klo 13.30 Forssan kirkossa  **Elokuvailta** ma 12.12. klo 17 Elävien kuvien teatterilla klo 17 alkaen elokuva ”Sieniretki” Muista ilmoittautua!  **Joulubingo**  ke 21.12. klo 12  **Huomioithan!**  **Muutokset mahdollisia lähestyvän putkirempan vuoksi – kiitos ymmärryksestä!** | |  |

Ps. Toivomme kaikkien ottavan edelleen vastuuta koronaturvallisesta kohtaamisympäristöstä. Mielikin toimintaan ei pidä osallistua minkäänlaisissa flunssan oireissa, pidetään turvavälit ja tarvittaessa maskit ja muistetaan käsihygienia. Näin toimimalla varmistetaan meidän toimintamme toteutuminen turvallisesti.