

Lounais-Suomen – SYLI ry

Toimintasuunnitelma vuodelle 2020





Sisällysluettelo

1	LYHYESTI - TOIMINTAVUODEN PAINOPISTEET	3
2	LOUNAIS-SUOMEN – SYLI ry	3
3	TUKIPALVELUT	4
3.1	Vertaistukitoiminta.....	5
3.2	Nuorten tuki- ja ennaltaehkäisevä toiminta.....	5
3.3	Palveluohjaus ja yksilötyö, ”tukikäynnit”	6
4	LUENTOTOIMINTA JA YLEISÖTILAISUUDET	7
4.1	Tilausluennot.....	7
4.2	Yleisö- ja teemaluennot	7
5	MUU TOIMINTA JA TAPAHTUMIIN OSALLISTUMINEN	7
6	KOULUTUS YHDISTYKSEN VAPAAEHTOISTOIMIJOILLE	7
6.1	Vapaaehtoisille tarjottava koulutus ja tuki.....	7
6.2	Uudet vapaaehtoistoimijat	8
6.3	Hallituksen kehittämispäivät ja muu hallituskoulutus	8
7	EDUNVALVONTA JA VAIKUTTAMISTOIMINTA.....	8
8	VERKOSTOITUMINEN JA YHTEISTYÖ	9
9	VIESTINTÄ.....	9
9.1	Viestintä jäsenille ja suurelle yleisölle.....	9
9.2	Sisäinen viestintä.....	9
9.3	Tiedotusvälineiden palvelu	9
10	TOIMINNAN RAHOITUS JA VARAINHANKINTA.....	10



1 LYHYESTI - TOIMINTAVUODEN PAINOPISTEET

Vuosi 2020 on yhdistyksen 27. toimintavuosi.

Toimintavuoden tärkein painopiste on uuden työntekijän rekrytointi, perehdyttäminen ja työn aloittaminen.

Toimintavuoden toinen painopiste on uusien vapaaehtoisten löytäminen ja kouluttaminen.

Osallistutaan VSLJ:n Perhelinja-hankkeeseen ja päätetään kuinka Heijastuksia-ryhmää toteutetaan kun projekti päättyy..

2 LOUNAIS-SUOMEN – SYLI ry

Yhdistys perustettiin Turussa 31.3.1993.

Sääntöjen mukaan yhdistyksen tarkoituksena on:

1. toimia syömishäiriöön sairastuneiden ja heidän läheistensä yhdysiteenä ja tukijana,
2. edistää jäsenistönsä hoitoa ja kuntoutusta,
3. toimia jäsenistönsä oikeuksien valvojana ja
4. tehdä tunnetuksi edustamansa ryhmän erityispiirteitä.

Yhdistyksen toiminta-alueena on Lounais-Suomi ja sen kotipaikka on Turku. Yhdistys toimii Varsinais-Suomen ja Satakunnan sairaanhoitopiirien alueella.

Yhdistys tiedottaa omasta toiminnastaan ja suorittaa jäsenhankintaa omalla toimialueellaan. Yhdistys on Syömishäiriöliitto – SYLI ry:n perustajajäsen ja osallistuu valtakunnalliseen toimintaan yhdessä muiden Suomessa toimivien jäsenyhdistysten kanssa.

Jäsenistö ja jäsenhankinta

Yhdistyksen varsinaisia jäseniä ovat 15 vuotta täyttäneet syömishäiriöön sairastuneet, syömishäiriöitä sairastavien läheiset ja muut asiasta kiinnostuneet yksityiset henkilöt, oikeuskelpoiset yhteisöt tai säätiöt.

Yhdistyksen kannattajajäseniksi voivat liittyä 15 vuotta täyttäneet yksityiset henkilöt, oikeuskelpoiset yhteisöt tai säätiöt, jotka haluavat tukea yhdistyksen toimintaa.

Yhdistys pyrkii kasvattamaan jäsenmäärää kertomalla yhdistyksestä ja jäsenyydestä kaikissa yhdistyksen tilaisuuksissa ja ohjastamaan vertaistukiohjaajia ja muita vapaaehtoisia nostamaan rohkeasti jäsenyyttä esille.

Toimintavuoden aikana pyritään kasvattamaan jäsenmäärä 120 jäseneseen.

Kaikkiin yhdistyksen toimintoihin voi myös osallistua, vaikka ei olisikaan jäsen. Näin toimintaan osallistumisen kynns halutaan pitää mahdollisimman matalana.

Yhdistyksen jäsenyydet ja verkostot



Lounais-Suomen – SYLI ry on Syömishäiriöliitto – SYLI ry:n perustajajäsen. Yhdistyksen vuosikokouksessa valitaan edustajat Syömishäiriöliitto – SYLI ry:n vuosikokoukseen. Jokaisella Syömishäiriöliitto – SYLI ry:n jäsenyhdistyksellä on oikeus valita yksi edustaja aina 50 jäsentä kohti.

Lisäksi yhdistys on Mielenterveyden keskusliiton, Salon SYTY ry:n, Satakunnan yhteisökeskuksen ja Varsinais-Suomen lastensuojelujärjestöt ry:n jäsen.

Yhdistys on mukana Nuoret–verkostossa, joka on syrjäytymisvaarassa olevien nuorten aikuisten (16-25 –vuotiaiden) hyvinvoinnin edistämisen ja palvelujen kehittämisen työntekijäverkosto Turun alueella. Lisäksi yhdistys toimii osana vapaamuotoista Valikko-verkosta. Valikko-verkosto on vapaaehtoistoiminnan koordinaattoreiden oma alueellinen verkosto, jossa pohditaan vapaaehtoistoiminnan kehittämistä ja saadaan vertaistukea muilta koordinaattoreilta.

Yhdistyksen päätöksenteko ja hallinto

Yhdistystä edustaa ja sen toimintaa johtaa hallitus, johon kuuluu kahdeksi vuodeksi kerrallaan valittu puheenjohtaja ja neljästä kuuteen kahdeksi vuodeksi kerrallaan valittua varsinaista jäsentä ja kaksi varajäsentä. Yhdistyksen hallituksen jäsenet koostuvat syömishäiriötä sairastavien läheisistä, sairastavan taustan omaavista sekä syömishäiriöiden parissa työskentelevistä ammattilaisista.

Hallituksen varsinaisista jäsenistä puolet tai lähinnä puolet ja varajäsenistä toinen on vuosittain vuorotellen erovuorossa. Yhdistyksen vuosikokous pidetään sääntöjen mukaisesti maaliskuussa.

Yhdistyksen hallitus kokoontuu toimintavuoden aikana kuukausittain kesätaukoa lukuun ottamatta. Hallitus toimii aktiivisesti ja ammattimaisesti ja arvioin toimintaansa vähintään kerran vuodessa.

Yhdistyksen työntekijät

Yhdistyksessä toimii kaksi toiminnanohjaajaa, joilla on omat työnkuvat ja vastuualueet. Työntekijöiden esimiehenä toimii yhdistyksen hallitus ja lähiesimiehenä hallituksen puheenjohtaja. Työsuhteissa noudatetaan Sosiaalialan järjestöjä koskevaa työehtosopimusta.

Työntekijät noudattavat hallituksen ohjeita ja panevat toimeen hallituksen päätökset, huolehtivat tiedonkulusta sekä toiminnan ja omaisuuden asiallisesta hoitamisesta.

Toimintavuoden aikana rekrytoidaan uusi toiminnanohjaaja ja perehdytetään yhdistyksen toimintaan ja työnkuvaan. Työnkuvia ja vastuualueita jaetaan siten, että toinen toiminnanohjaaja ottaa vastuulleen Satakunnan alueen ja toinen vastaa Varsinais-Suomen alueesta. Työtehtävien ja vastuiden muu jakaminen tehdään toiminnanohjaajien osaamisten ja vahvuuksien perusteella. Toiminnanohjaajien työpaikka on Turussa.

3 TUKIPALVELUT



3.1 Vertaistukitoiminta

Toiminta syömishäiriötä sairastaville ja toipuville

Vertaistukiryhmät syömishäiriötä sairastaville ja toipuville toimivat Turussa ja Porissa.

Jos vapaaehtoisia ohjaajia löytyy, voidaan vertaistukiryhmiä perustaa myös muille paikkakunnille.

Uusia sairastaville suunnattuja tukipalveluita kehitetään toimintavuoden aikana tarvittaessa.

Ryhmä ahmimistyyppisesti oireileville

Turussa kokoontuu vertaistukiryhmä ahmimistyyppisesti oireileville. Toimintavuoden aikana pyritään perustamaan vastaava ryhmä Poriin.

Heijastuksia –ryhmä yhteistyössä Ehjä ry:n kanssa

Turussa järjestetään yhteistyössä Heijastuksia –ryhmä, joka on osa kolmevuotista STEA-rahoitteista Ikkunoita ihmemaahan –projektia, jota hallinnoi Ehjä ry. Yhdistys tarjoaa ryhmän käyttöön tilan, huolehtii omalta osaltaan tiedottamisesta sekä osallistuu projektin seurantaan ja arviointiin.

Toimintavuoden aikana päätetään miten ryhmää toteutetaan projektin päätyttyä.

Toiminta läheisille

Vertaistukiryhmäsyömishäiriötä sairastavien läheisille kokoontuu Turussa.

Läheisten luentoja ja muuta toimintaa toteutetaan mahdollisuuksien mukaan.

Lisäksi uusia läheisille suunnattuja tukipalveluita kehitetään toimintavuoden aikana tarvittaessa

Kahvihetket

Avoimet kahvihetket on tarkoitettu kaikille, joita syömishäiriö jollakin tavalla koskettaa. Kahvihetket järjestetään kerran viikossa yhdistyksen toimistolla ja paikalla on aina yhdistyksen työntekijä ja mahdollisuuksien mukaan vapaaehtoinen.

Kahvihetket toimivat Turun lisäksi Porissa yhteistyökumppanin tiloissa.

Tuetut lounaat

Tuettu lounaat on kaikille ruokailun kanssa kamppaileville avoin lounashetki, johon voi tulla omien eväiden kanssa. Paikalla on aina työntekijä ja mahdollisuuksien mukaan vertainen, jotka myös ruokailevat. Tilaisuus kestää tunnin, ja se järjestetään perjantaisin yhdistyksen toimitilassa.

3.2 Nuorten tuki- ja ennaltaehkäisevä toiminta



Olet arvokas! -koulukiertue

Lounais-Suomen – SYLI ry järjestää Olet arvokas! - itsetuntotyöpajoja yläkouluikäisille tytöille. Itsetuntotyöpajoissa keskustellaan ulkonäköön liittyvistä paineista, omista vahvuuksista sekä siitä, mikä on normaalia ja epänormaalia syömistä.

Olet arvokas! -itsetuntotyöpajat järjestetään koulussa koulupäivän aikana. Työpajoja on kolme erilaista, ja ne kestävät yhteensä kolme tuntia. Työpajoja ohjaavat yhdistyksen kouluttamat ohjaajat, jotka ovat muuten olleet yhdistyksen toiminnassa mukana. Yhden työpajapäivän aikana tavoitetaan noin 60 nuorta.

Toimintavuoden aikana aloitetaan yhteistyö Humanistisen ammattikorkeakoulun ja Ammattikorkeakoulu Novian kanssa. Tavoitteena on saada opintojen osaksi koulukiertueeseen osallistuminen. Yhdistys vastaa ohjaajien kouluttamisesta sekä työpajojen sisällön tuottamisesta, opiskelijat ja oppilaitokset vastaavat kiertueen käytännön järjestelyistä ja ohjauksesta.

Työpajoja järjestetään mikäli niihin saadaan rahoitus esimerkiksi lahjoituksina.

Kaveritoiminta

Kaveritoiminta tarkoittaa Lounais-Suomen – SYLI ry:n koulutetun vapaaehtoisen sekä syömishäiriötä sairastavan, syömishäiriöstä toipuvan tai riskiryhmässä olevan 3-5 kertaa tapahtuvia yhteisiä tapaamisia. Kaveritoiminnan merkeissä yhdistyksen vapaaehtoinen - itekin syömishäiriöstä toipuva/toipunut "kaveri" - ja syömishäiriöstä toipumiseen tukea tarvitseva tai riskiryhmässä oleva henkilö voivat muun muassa kokeilla yhdessä sairauden takia ahdistavilta tai vaikeilta tuntuvia asioita ja jakaa yhdessä kokemuksia toipumista auttavista tekijöistä.

Kaveritoiminnan keskeisenä tavoitteena on myös nuoren tutustuttaminen Lounais-Suomen SYLI ry:n muuhun toimintaan ja palveluihin nuoren omien tarpeiden mukaan. Viimeinen tapaamiskerta on suunniteltu siten, että silloin käydään tutustumassa yhdessä vertaistukiryhmään tai yhdistyksen muuhun toimintaan. Kaveritoiminnassa syömishäiriötä sairastava saatetaan yhdistyksen muiden palveluiden piiriin eli kaverisuhteen loppuessa tuki kuitenkin jatkuu saumattomasti.

Toimintavuoden aikana rekrytoidaan mukaan lisää vapaaehtoisia kaveritoimintaan.

3.3 Palveluohjaus ja yksilötyö, ”tukikäynnit”

Yhdistys on vakiinnuttanut alueella paikkansa siten, että siihen osataan ottaa yhteyttä, kun halutaan tietoa mm. syömishäiriöiden hoidosta ja hoitoon hakeutumisesta, hoitopaikoista, syömishäiriöiden hoitoon erikoistuneista terapeuteista ja erilaisista Kelan etuuksista.

Palveluohjausta hyödyntävät sekä sairastavat, läheiset että ammattilaiset. Palveluohjausta tukevat yhdistyksen kotisivuilta löytyvät ohjeet.

Palveluohjauksesta vastaavat toiminnanohjaajat. Opiskelijoita voidaan hyödyntää mm. tuottamaan erilaista materiaalia hoidosta, hoitopaikoista ja terapiasta kotisivuille.

Yhdistys tarjoaa myös lyhytkestoista, työntekijävetoista keskusteluapua, jonka kesto on



enintään kolme kertaa. Yksilötyön tarkoitus on ohjata avun tarvitsija yhdistyksen ryhmämuotoisten palvelujen pariin. Tukikäyntejä ei markkinoida eikä mainosteta vaan niitä tarjotaan kaikille, jotka ottavat yhteyttä oman tai läheisen tilanteen johdosta.

4 LUENTOTOIMINTA JA YLEISÖTILAISUUDET

4.1 Tilausluennot

Maksuttomat tilausluennot ovat olleet erittäin kysytyjä opiskelijoiden ja ammattilaisten keskuudessa. Luennot räätälöidään kohderyhmän mukaan, mutta ne sisältävät kuitenkin aina perustiedot syömishäiriöstä, niiden puhkeamisesta, hoidosta, toipumisesta ja syömishäiriötä sairastavan ja hänen läheisensä kohtaamisesta. Yhdistys järjestää vuoden aikana enintään 10 tilausluentoja valiten kohderyhmän siten, että luento hyödyntää mahdollisimman monia.

4.2 Yleisö- ja teemaluennot

Isoja, suurelle yleisölle avoimia yleisöluentotilaisuuksia järjestetään Turussa noin neljän luennon vuositahtia. Tilaisuuksissa kerrotaan yhdistyksen toiminnasta, annetaan perustietoa syömishäiriöstä asiantuntijalunnon avulla, kerrotaan luentokaupungin hoitomahdollisuuksista ja kuullaan mahdollisuuksien mukaan syömishäiriöstä toipuneen ja läheisen tarinat.

Yhdistys järjestää omissa tai vuokratuissa tiloissaan erilaisia teemaluentoja, joissa esitellään esim. syömishäiriöiden eri hoito- ja terapiamuotoja ja läheisten jaksamiseen liittyviä teemoja. Turun ulkopuolella järjestetään keväällä ja syksyllä yhteensä kahdeksan luentoja jäsenistön toiveiden mukaisesti. Yksi toimintavuoden teemoista on ahminta ja BED:

5 MUU TOIMINTA JA TAPAHTUMIIN OSALLISTUMINEN

Yhdistys järjestää säännöllisesti jäsenilleen sekä asia- että virkistystoimintaan. Jäsenistöltä kerätään palaute toiminnasta ja toimintaa kehitetään edelleen vastaamaan paremmin jäsenistön toivomuksia ja tarpeita.

Yhdistys järjestää 6.5.2020 Älä laihduta365-päivän. Päivän aikana järjestetään tapahtuma Turussa sekä mahdollisuuksien mukaan tapahtuma myös Porissa tai Raumalla.

Yhdistys osallistuu erilaisiin yhteistyökumppaneiden järjestämiin tilaisuuksiin, messuille ja näyttelyihin.

6 KOULUTUS YHDISTYKSEN VAPAAEHTOISTOIMIJOILLE

6.1 Vapaaehtoisille tarjottava koulutus ja tuki

Yhdistyksen vapaaehtoistoimijoita tuetaan järjestämällä koulutuksia ja virkistystoimintaa 3-4 kertaa vuodessa vapaaehtoistoiminnan vuosikellon mukaisesti.

Koulutuksia järjestetään ryhmäkohtaisesti ja alueellisesti. Koulutuksissa on aina oma teemansa, joka voi olla koulutusta esim. syömishäiriöstä, ryhmän ohjaamisesta tai vierailuja alueen syömishäiriötä hoitaviin tahoihin. Lisäksi koulutuksilla vapaaehtoiset sitoutetaan mukaan toimintaan, ja heille annetaan myös ajankohtaista tietoa yhdistyksen toiminnasta.



Yhdistyksen vapaaehtoisille tarjotaan aktiivisesti mahdollisuutta osallistua yhteistyökumppaneiden järjestämään vertaistukikoulutukseen. Lisäksi vapaaehtoiset saavat osallistua Lounais-Suomen – SYLI ry:n järjestämiin toiminnallisiin ryhmiin ja kursseihin maksutta.

Ryhmänohjaajille järjestetään ammatillista ryhmäohjausta mahdollisuuksien mukaan.

6.2 Uudet vapaaehtoistoimijat

Uusien vapaaehtoisen löytämiseksi lisätään näkyvyyttä alueen korkeakouluissa ja oppilaitoksissa. Hakeudutaan mukaan oppilaitosten ja ainejärjestöjen verkostoihin ja selvitetään tiedotuskanavia. Tiedottamista kohdennetaan erityisesti Satakunnan alueelle.

Uusille vapaaehtoisille järjestetään tarpeen mukaan perehdytyspäivä keväällä ja syksyllä. Perehdytyspäivän aikana käydään läpi yhdistyksen toimintaa, vapaaehtoisten tehtäviä ja mahdollisuuksia osallistua toimintaan.

Tavoitteena on saada toimintavuoden aikana 5 uutta vapaaehtoista mukaan toimintaan.

6.3 Hallituksen kehittämispäivät ja muu hallituskoulutus

Yhdistyksen hallituksen jäsenille järjestetään vuoden 2020 aikana kaksi kehittämispäivää, joissa pohditaan yhdessä hallituksen roolia ja yhdistyksen tulevaisuutta. Hallitus arvioi kehittämispäivän yhteydessä vuosittain yhdistyksen nykytilan sekä toimintaympäristön ja nimeää seuraavan vuoden avainalueet ja laatii vuosisuunnitelman. Hallitus tekee itsearviointia säännöllisesti.

Hallitustoimintaa kehitetään ja ammattimaistetaan edelleen. Hallituksen rooli kehittyy koko ajan ja hallituksen rooli kahden työntekijän työnantajana antaa sille lisää vastuuta edellyttäen mm. työlainsäädännön tuntemusta. Kuitenkin kynnys hallitustyöskentelyyn mukaan lähtemiseen pidetään matalana – hallitukseen on lupa tulla opettelemaan hallitustyöskentelyä. Siksi onkin tärkeää, että hallituksessa on mukana myös pitkään toimineita ja kokeneita jäseniä.

Hallituksen jäsenien on mahdollista osallistua Syömishäiriöliitto-SYLI ry:n, Mielenterveyden keskusliiton sekä muiden yhteistyökumppaneiden järjestämiin yhdistyskoulutuksiin ja niitä voidaan tarpeen mukaan tilata myös räätälöityinä esim. OK-opintokeskukselta, jonka palvelut ovat käytettävissä Syömishäiriöliitto – SYLI ry:n jäsenyyden kautta.

7 EDUNVALVONTA JA VAIKUTTAMISTOIMINTA

Toimintavuoden aikana vahvistetaan edelleen yhteyksiä Varsinais-Suomen ja Satakunnan alueen syömishäiriöyhteistyökumppaneihin sekä ylläpidetään jo olemassa olevia kontakteja.

Edunvalvonnan pitkäaikaisina tavoitteina ovat syömishäiriöpotilaiden hoidon parantaminen, syömishäiriöiden hoidon kehittäminen kokonaisuudessaan sekä alueellisten hoitopolkujen selkiyttäminen.

Kumppanina edunvalvontatyössä on valtakunnallinen Syömishäiriöliitto – SYLI ry ja tarvittaessa Mielenterveyden keskusliitto sekä paikalliset yhdistykset. Edunvalvonnassa tehdään yhteistyötä myös Varsinais-Suomen lastensuojelujärjestöt ry:n kanssa.



Yhdistys ottaa kantaa paikallisiin syömishäiriökysymyksiin antamalla lausuntoja, tiedotteita ja tuomalla näkemyksensä esille mielipidekirjoitusten avulla.

8 VERKOSTOITUMINEN JA YHTEISTYÖ

Toimintavuoden aikana jatketaan verkostoitumista yhdistyksen toiminta-alueella toimivien mielenterveystoimijoiden kanssa.

9 VIESTINTÄ

9.1 Viestintä jäsenille ja suurelle yleisölle

Viestintää tehdään viestintäsuunnitelman mukaisesti.

Yhdistyksen toiminnasta tiedotetaan jäsenkirjeillä, yhdistyksen omilla www-sivuilla sekä mahdollisuuksien mukaan maksullisilla lehti-ilmoituksilla. Yhdistyksellä on lisäksi Facebookissa oma sivunsa, jota kautta tieto leviää hyvin apua tarvitseville. Toimintavuoden aikana selvitetään tarvetta ottaa käyttöön muita sosiaalisen median alustoja.

Jäsenille lähetetään vuoden aikana 4 jäsenkirjettä sekä uutiskirje kuukausittain kesäkuukausia lukuun ottamatta. Jäsenkirje on mahdollista saada myös sähköisessä muodossa. Jäsenkirjeet ovat luettavissa myös yhdistyksen kotisivuilla.

Vertaistukiryhmien toiminnasta tiedotetaan kaksi kertaa vuodessa – syyskuussa ja tammikuussa ryhmien käynnistyessä sekä erikseen tarpeen mukaan. Tiedotteita ryhmien toiminnasta lähetetään pääsääntöisesti lehdistölle ja muulle medialla sekä syömishäiriötä hoitaville tahoille.

Vapaaehtoiset ovat aktiivisesti mukana toteuttamassa viestintää sosiaalisessa mediassa.

9.2 Sisäinen viestintä

Toiminnanohjaajien ja puheenjohtajan tehtävinä on pitää huolta tehokkaasta ja reaaliaikaisesta sisäisestä viestinnästä. Hallituksen pöytäkirjat lähtevät jokaisen kokouksen jälkeen sähköpostilla kaikille hallituksen jäsenille tiedoksi.

Sisäiseen viestintään kuuluu myös viestintä liiton ja sen muiden jäsenyhdistysten kanssa sekä tehokas viestintä yhdistyksen vapaaehtoistyöntekijöille.

9.3 Tiedotusvälineiden palvelu

Yhdistys saa runsaasti yhteydenottoja medialta sekä haastattelupyyntöjen että lausuntopyyntöjen muodossa. Yhdistyksen toiminnanohjaajat ja puheenjohtaja vastaavat median haastatteluihin, mutta välittävät tarpeen mukaan haastattelupyyntöjä syömishäiriötä sairastaville/toipuneille ja läheisille

Syömishäiriöliitto – SYLI ry:n kotisivuille on laadittu medialle ohjeet vastuulliseen uutisointiin. Median edustajia pyydetään aina tutustumaan ohjeisiin ennen kuin he käsittelevät syömishäiriötä.



10 TOIMINNAN RAHOITUS JA VARAINHANKINTA

Lounais-Suomen – SYLI ry:n talous muodostuu STEA:n kohdennetusta toiminta-avustuksesta, Turun kaupungin avustuksista, lahjoituksista ja jäsenmaksuista.