

Minna Holm

RAUMAN MIELENTERVEYSYHDISTYS FRISKI TUULT RY:N
KESÄINEN KIERRÄTYSPÄIVÄ –PIHATAPAHTUMA

Hoitotyön koulutusohjelma
2015

RAUMAN MIELENTERVEYSYHDISTYS FRISKI TUULT RY:N KESÄINEN KIERRÄTYSPÄIVÄ -PIHATAPAHTUMA

Holm, Minna
Satakunnan ammattikorkeakoulu
Hoitotyön koulutusohjelma
Syyskuu 2015
Ohjaaja: Pirilä, Ritva
Sivumäärä: 22
Liitteitä: 2

Asiasanat: mielenterveys, vertaistuki, virkistystapahtuma, pihatapahtuma

Tässä projektiluonteisessa opinnäytetyössä tarkoituksena oli järjestää virkistävä kierrätys- ja pihatapahtuma Rauman mielenterveysyhdistys Friski Tuult ry:n Hyvän Mielen talon pihalla. Päivän tavoitteena oli tarjota yhdistyksen jäsenille ja ulkopuolisille mukavaa yhdessä tekemistä, vertaistukea sekä virkistävää yhdessäoloa. Tapahtuma oli avoin kaikille kiinnostuneille ja sen hinta oli 3,50 €. Yhdistyksen jäsenille pihatapahtuma oli maksuton. Opinnäytetyöntekijän henkilökohtainen tavoite oli projektin suunnittelun, toteutuksen ja arvioinnin hallinta.

Opinnäytetyöntekijä suunnitteli pihatapahtuman ja se toteutettiin suunnitellusti 9.7.2015. Siihen osallistui 17 Rauman mielenterveysyhdistys Friski Tuult ry:n jäsentä mukaan lukien Hyvän Mielen Talon työntekijän. Viikkoa ennen pihatapahtumapäivää opinnäytetyöntekijä oli yhteydessä Hyvän Mielen Talon henkilökuntaan ja sopi päivästä ja sen ohjelmasta informoinnin. Päivän toivottiin sisältävän tavaroiden kierrätystä, tikanheittokilpailun ja saunomisen. Toiveena oli myös makkaran grillausta. Hyvän Mielen Talon työntekijä oli laittanut ilmoitustaululle opinnäytetyöntekijän tekemän kutsun tapahtumaan hyvissä ajoin, jotta mahdollisimman moni sai tiedon tapahtumasta ja kykenisi osallistumaan pihatapahtumaan.

Pihatapahtuman arvioinnin opinnäytetyöntekijä suoritti palautekyselyn avulla, johon vastasi 16. Palaute oli positiivista ja toiveena oli samantyyppisten päivien järjestäminen jatkossakin. Päivän aikana saatu suullinen päivä osoitti myös pihatapahtuman onnistuneen ja projektin tavoitteiden täytyneen. Toiminnalliset hyvänmielen virkistyspäivät ovat mielenterveyskuntoutujille tarpeellisia ja hyödyllisiä jo vertaistuenkin vuoksi. Jatkohaasteena on samantyyppisten pihatapahtumien säännöllinen järjestäminen niin, että mahdollisimman moni mielenterveyskuntoutuja pystyy niihin osallistumaan.

OPEN-AIR RECYCLING DAY AT MENTAL HEALTH ASSOCIATION FRISKI TUULT IN RAUMA

Holm, Minna
Satakunta University of Applied Sciences
Degree Programme in Nursing Care
September 2015
Supervisor: Pirilä, Ritva
Pages: 22
Appendices: 2

Key words: mental health, peer support, open-air recreational event

The purpose of this thesis was to organise a recreational recycling day in the open air at the Good Feeling House of the Mental Health Association Friski Tuult in Rauma. The objective was to offer the members of the association together with outsiders an opportunity to do things, give and receive peer support respectively and have a good time. The event was open to everyone interested in such activity. Participation cost three euros fifty cents while it was free to the members of the association. The author's personal objective was to learn how to manage project planning, implementation and evaluation.

Hence, the author planned the open-air event and it was implemented accordingly on 09 July 2015. Including an employee of the Good Feeling House a total of 17 members of the Mental Health Association Friski Tuult took part in the event. A week before the open-air day the author was in contact with the employees of the House to agree on the day and on how to inform of the programme. A special wish was to include in it goods recycling, a game of darts and sauna bathing as well as grilling sausages. Well in advance of the event the employee of the Good Feeling House had put the invitation drafted by the author up on the bulletin board to reach as many people as possible so that they could participate in the open-air event.

Evaluation of this event was carried out by means of a feedback inquiry to which as many as sixteen participants responded. Feedback was positive and it was suggested that such events would be arranged in future, too. Oral feedback given during the day also proved the open-air event to be a success meeting the objectives of the project. Recreational activity days organised for persons in mental rehabilitation are both necessary and useful thanks to the peer support they offer among others. A continued challenge would be to organise similar open-air happenings on a regular basis making it feasible for more persons to participate.

SISÄLLYS

1	JOHDANTO.....	5
2	MIELENTERVEYSKUNTOUTUJIIEN VIRKISTYSTOIMINTA.....	5
2.1	Mielenterveystyö	6
2.2	Mielenterveyskuntoutuja	6
2.3	Potilasyhdistys	6
2.4	Vertaistuki.....	7
2.5	Virkistystoiminta ja projekti	8
3	PROJEKTIN TARKOITUS JA TAVOITTEET	10
4	PROJEKTIN TOTEUTUSSUUNNITELMA	11
4.1	Hyvän Mielen Talo	11
4.2	Projektin resurssit ja riskianalyysi	12
4.3	Pihatapahtuman sisältö	13
4.4	Arviointisuunnitelma	13
5	PROJEKTIN TOTEUTUS	14
5.1	Pihatapahtuman kulku.....	15
5.2	Pihatapahtuman palaute	16
6	PROJEKTIN ARVIOINTI.....	17
7	POHDINTA JA JOHTOPÄÄTÖKSET	19
	LÄHTEET.....	21
	LIITTEET	

1 JOHDANTO

Tämän projektiluonteisen opinnäytetyön tarkoituksena on järjestää pihatapahtuma Rauman mielenterveysyhdistys Friski Tuult ry Rauman Hyvän Mielen talolla. Opinnäytetyö oli työelämälähtöinen, koska sen pitämistä esittivät Rauman Hyvän Mielen Talon toiminnanjohtaja ja Rauman mielenterveysyhdistys Friski Tuult ry:n puheenjohtaja. Tapahtuma oli Kesäinen kierrätyspäivä -pihatapahtuma, joka pidettiin torstaina 9.7.2015. Opinnäytetyön tarkoituksena oli järjestää virkistyspäivä Rauman seudun mielenterveyskuntoutujille, heidän omaisilleen ja läheisilleen. Lisäksi mahdollisuutena oli tavaroiden kierrätys periaatteella ”Toisen romu on toisen aarre”.

Tämän opinnäytetyön tavoitteena oli tarjota yhdistyksen jäsenille ja ulkopuolisille mukavaa yhdessä tekemistä, vertaistukea sekä virkistävää yhdessäoloa. Päivän ohjelmassa oli leikkimielinen tikanheittokilpailu, sauna oli lämpimänä ja tarjolla oli grillimakkaraa sekä juotavaa. Pihatapahtuma oli mielenterveysyhdistyksen jäsenille ilmainen, muilta kuin jäseniltä oli 3,50 euron maksu.

Toiminnallisten tapahtumien järjestämisestä mielenterveyskuntoutujille on tehty useita opinnäytetöitä. Muun muassa ”Toiminnalliset päivät”, jotka järjestettiin Lappikodissa saivat positiivista palautetta ja samantyyppisiä päiviä toivottiin jatkossa pidettävän. (Jokela & Vuorela 2012.)

2 MIELENTERVEYSKUNTOUTUJIEN VIRKISTYSTOIMINTA

Mielenterveys on hyvinvoinnin tila, jossa ihminen pystyy näkemään omat kykynsä ja selviytymään elämään kuuluvissa haasteissa sekä työskentelemään ja ottamaan osaa yhteisönsä toimintaan (WHO 2013).

2.1 Mielenterveystyö

Mielenterveystyöhön kuuluvat mielenterveyden edistäminen ja häiriöiden ehkäisy, hoito ja kuntoutus. Mielenterveystyötä tekevät terveydenhuolto, sosiaalipalvelut, kansalaisjärjestöt ja kansalaiset itse. (Terveyskirjasto www-sivut.)

Mielenterveyden ennaltaehkäisy voidaan jakaa primaari-, sekundaari- ja tertiääripreventioon. Primaaripreventiossa pyritään vähentämään mielenterveyden häiriöiden ilmaantumista riskitekijöitä vähentämällä ja suojaavia tekijöitä lisäämällä. Sekundaaripreventiossa pyritään aikaisessa vaiheessa mielenterveysriskien ja mielenterveysriskin alaisen henkilön tunnistamiseen ja välittömän avun antamiseen. Sekundaaripreventiolla voidaan estää aikaisemman mielenterveysongelman pahentuminen tai minimoida jo sairastuneen vaikutus koko perheen elämään. Tertiääripreventiossa eli hoidossa ja kuntoutuksessa pyrkimyksenä on vähentää mielenterveyshäiriöistä aiheutuvaa toimintakyvyn häiriötä sekä auttaa sairastuneita palauttamaan toimintakykynsä (Lönnqvist, Heikkinen, Henriksson, Marttunen & Partonen 2007, 31).

2.2 Mielenterveyskuntoutuja

Mielenterveyskuntoutujalla tarkoitetaan täysi-ikäistä henkilöä, joka tarvitsee kuntoutuspalveluja mielenterveyshäiriön vuoksi. Lisäksi hän saattaa tarvita apua asumisensa järjestämisessä tai asumispalveluja (Sosiaali- ja terveysministeriö 2007, 13). Mielenterveyskuntoutuja käsitettä on suositeltavaa käyttää henkilöstä, jonka psykiatrinen sairaus on hallinnassa ja hän on toipumassa. (Hullu on hullu vaikka voissa paistais –opas, 9.)

2.3 Potilasyhdistys

Yhdistys on ryhmä ihmisiä, jotka haluavat tehdä jotain yhdessä tai haluavat toimia jonkun asian puolesta yhdessä (Ollikainen 2011, 2). Yhdistystoiminta ei tavoittele voittoa (Silta yhteisöklubi www-sivut). Sairaus- ja potilasyhdistykset hoitavat tarvittaessa jäseniensä edunvalvontaa sekä antavat myös asiantuntija-apua ja tärkeää

vertaistukea jäsenilleen. Keskeistä toiminnassa on omasta sairaudesta tiedon levittäminen. (Ihmiset.fi www-sivut.)

2.4 Vertaistuki

Vertaistuki määritellään monella eri tavalla painotuksiltaan riippuen. Kaikille määritelmille yhteistä on vertaistuen liittäminen johonkin ongelmaan, sairauteen tai elämäntilanteeseen. Auttaminen ja tuen vastavuoroisuus perustuu osapuolten omiin kokemuksiin. Ammattiapu ja vertaistuki voivat tukea toisiaan ja toimia rinnakkain. Vertaistuki on samankaltaisten prosessien läpikäyneiden ihmisten vastavuoroista kokemusten vaihtoa ja toistensa tukemista. Se on myös halua jakaa omia kokemuksia ja tietoa toisia kunnioittavassa ilmapiirissä. Vertaistuki voidaan määritellä myös muutosprosessina ja voimaantuttavana, jolloin ihminen saattaa tunnistaa ja löytää omat vahvuutensa ja voimavaransa sekä näin ollen ottaa vastuun elämästään. (Huuskonen 2010.)

Vertaistuen toteuttamistapoja ovat muun muassa vertaistukihenkilötoiminta ja vertaistukiryhmät. Vertaistuki verkossa voi olla edellä mainittuja molempia. Vertaistukea voidaan toteuttaa hyvin erilaisissa ympäristöissä kuten avoimissa kohtaamispaikoissa, toiminnallisissa ryhmissä, ohjatuissa keskusteluryhmissä ja kahdenkeskisissä tapaamisissa. Kaikki tavat ovat oikeita, tärkeää on, että tuki löytää asiakkaansa. (Huuskonen 2010.)

Vertaistuki voi olla omaehtoista toimintaa, joka ei liity taustayhteisöön. Se voi olla yhteisöjen ja järjestöjen organisoimaa toimintaa, jolloin taustayhteisö vastaa esimerkiksi tarjoamalla toiminnalle tilat ja ohjaajat sekä ohjaajille koulutuksen ja tuen. Se voi myös olla kolmannen sektorin ja ammattihenkilöiden yhteistä toimintaa tai se voi olla pelkästään ammattilaisten järjestämää, jolloin se on osa asiakkaan saamaa palvelua, hoito- ja kuntoutusprosessia. (Huuskonen 2010.)

Ahola ja Laine (2009, 30) tekivät opinnäytetyön ”Ihmisenä ihmiselle” vertaistuen merkitys mielenterveyskuntoutujalle. He viittasivat opinnäytetyössään aikaisempiin tutkimuksiin. Muun muassa Kovasen (2007) tutkimuksessa

mielenterveyskuntoutujien mielestä tärkeää oli, että vertaistukiryhmässä sai olla oma itsensä eikä sairauttaan tarvinnut hävetä. Savolaisen ja Sillanpään (1999) tutkimus osoitti, että vertaisryhmässä oli tärkeää sosiaalinen kanssakäyminen. Merkittävää oli omien kokemusten jakaminen muiden samassa tilanteessa olevien kanssa ja huomata, ettei ole yksin. Aholan ja Laineen (2009, 58) opinnäytetyössä todettiin vertaistuen olevan tärkeä ja edullinen tukimuoto mielenterveyskuntoutujille, jota tulisi hyödyntää enemmän. Vertaistuen perustuessa jokaisen omiin kokemuksiin ja niiden jakamisesta toisten samassa tilanteessa olevien kanssa, näin ollen ei tarvita monia kalliita ammattihenkilöitä. Aholan ja Laineen opinnäytetyö osoitti myös, että vertaistuella on mielenterveyskuntoutujien psyykkiseen hyvinvointiin myönteisiä vaikutuksia.

2.5 Virkistystoiminta ja projekti

Virkistystapahtuman tarkoitus on vaikuttaa ihmiseen. Idean tapahtumaan voi kopioida, mutta ei ihmisten välille tapahtuman muodostamaa ilmapiiriä. Tapahtuma muodostaa prosessin, joka sisältää suunnitteluvaiheen, toteutusvaiheen ja jälkimarkkinoinnin. Tapahtumat voidaan jaotella kolmeen lajiin: viihdetapahtuma, asiatapahtuma ja yhdistelmä tapahtuma. Tapahtuman sisältöön vaikuttaa osallistuva kohderyhmä ja tapahtuman tavoite. Tapahtumassa on tärkeää, että siitä on osallistujille hyötyä ja he kokevat mieluisia elämyksiä. (Vallo & Häyrinen 2008, 179; Vallo & Häyrinen 2003, 267, 271.)

Järvinen ja Vastamäki (2012, 10-11) ovat opinnäytetyössään ”Viriketoiminta hoitokodissa” tarkastelleet viriketoiminnan määrittelyä eri lähteistä. Viriketoiminta on jotain mielekästä tekemistä ja se antaa sisältöä päiviin. Se myös auttaa hahmottamaan ympäristöä ja itseä. Viriketoiminta suunnitellaan pohjautuen asiakkaiden tarpeisiin ja toiveisiin. Näin viriketoiminta on kannustavaa, mielekästä ja tuloksellista.

Jokelan ja Vuorelan (2012) tekemässä opinnäytetyössä ”Toiminnalliset päivät mielenterveyskuntoutujille” Lappikodin asukkaille, ensimmäinen virkistyspäivä oli suunnattu naisille. Iltapäivä piti sisällään hemmottelua, muun muassa käsi- ja

jalkahoitoa sekä terveyteen liittyvän osion, jossa puhuttiin terveellisestä ruuasta ja maisteltavana oli erilaisia hedelmiä. Toinen virkistyspäivä oli Rauman kaupunkikierrros, joka oli suunnattu kaikille Lappikodin asukkaille. Päivien jälkeen teetettiin kysely, jossa arvioitiin päivien onnistumista. Toiminnalliset päivät saivat positiivista palautetta ja samantyyppisiä päiviä toivottiin jatkossa pidettävän.

Lappikotiin on tehty myös toinen projektiluonteinen opinnäytetyö. Lähdeojan ja Mäkitalon (2013, 5) opinnäytetyö oli toiminnallinen ja siinä opiskelijat järjestivät pikkujoulujuhlat. Opinnäytetyön tavoitteena oli mielenterveyskuntoutujien kuntoutumisen edistäminen. Tavoitteena oli myös toimintapäivän virkistävän ja viihdyttävän heitä. Ennen varsinaista virkistyspäivää opinnäytetyöntekijät olivat tehneet kyselyn koskien päivän ohjelmaa, jonka pohjalta päivän sisältö suunniteltiin. Lisäksi he olivat yhden päivän askartelemassa Lappikodissa muutaman asukkaan kanssa koristeita pikkujouluihin. Päivä sisälsi muun muassa lauluesityksen, ruokailua ja kilpailuja. Palautteiden perusteella tavoitteet täyttyivät hyvin, asukkaat olivat viihtyneet järjestetyssä juhlassa.

Jääskeläinen (2013, 18-21) teki opinnäytetyön ”Yksilöllisyyttä tukevan virkistyspäivän Kuntoutumistalo Terassin asukkaille”. Opinnäytetyön tarkoituksena oli yhteisöllisyyttä tukeva virkistyspäivä. Terassin asukkaat ovat mielenterveyskuntoutujia, jotka tarvitsevat tukea päivittäisissä arjen ja asumisen toiminnoissa. Opinnäytetyössään hän keskittyi Terassin asukkaiden yhteisöllisyyteen ja virkistymiseen. Virkistyspäivä sisälsi luennon käsitellen yhteisöä ja yhteisöllisyyttä. Yhteisen brunssin jälkeen päivään kuului keilausta, grillausta sekä erilaisten pelien pelaamista. Saadun palautteen perusteella virkistyspäivä oli onnistunut ja saavutti tavoitteet, lisäksi samankaltaisia päiviä toivottiin myös jatkossa.

Yli-Kovanen (2011, 5, 24-25) teki projektityön Tornelan Asuinpalveluiden asiakkaille. Opinnäytetyön tarkoituksena oli toteuttaa projektiluontoiset päivät tukemaan kuntoutujien arkea eri osa-alueilla ja antaa toimintakeinoja päivittäiseen elämään. Tavoitteena oli tuottaa mahdollisimman hyödylliset päivät. Ensimmäisen päivän teemana oli sämpylöiden leivonta, johon osanotto oli vähäistä, mutta leipomiseen tarkoitettut tilatkin olivat pienet. Toisen päivän aihe oli informatiivinen

ja koski hygieniää. Pohdinnassa Yli-Kovanen toteaa päivien onnistuneen hyvin. Päivärutiineihin tullut muutos oli tervetullutta ja halu oppia uutta oli opinnäytetyöntekijän havaittavissa. Yli-Kovasen mielestä olisi hyvä jatkossakin järjestää vastaavia tuokioita tai kokonaisia päiviä Tornelan asumispalveluiden asiakkaille, sillä tuokioista oli selkeä hyöty arjessa selviytymiseen.

3 PROJEKTIN TARKOITUS JA TAVOITTEET

Projektille on useita määrittelyjä, jotka ovat erilaisia vain sanamuodoltaan. Lyhyesti määriteltynä projekti on kertaluonteisesti tehtävä työ määritellyn tuloksen aikaansaamiseksi. (Pelin 2011, 31.) Sana projekti on lainaus latinasta ja tarkoittaa suunnitelmaa tai ehdotusta. Projekti on joukko ihmisiä sekä resursseja tilapäisesti koottuna suorittamaan jotain tehtävää. Projektilla on aikataulu ja kiinteä budjetti. (Ruuska 2007, 18-19.) Projekti on jotain, mikä on edessä, jota täytyy suunnitella etukäteen. Projektille on ominaista ennalta sovittu tarkoitus, tavoite ja kertaluonteisuus. Projektin toiminnassa on huomattavissa selvä elinkaari. Projektiin kuuluu aikataulun laatiminen ja projektiorganisaatio sekä resurssien määrittäminen. (Rissanen 2002, 14-20.)

Projektin tarkoituksena on järjestää pihatapahtuma Kesäinen kierrätyspäivä Rauman mielenterveysyhdistys Friski Tuult ry:n Hyvän Mielen Talon pihalla. Kierrätystä varten tuodaan pihalle pöytiä, joihin tavarat saa laitettua näkyville. Suuret tavarat kuten huonekalut ovat Hyvän Mielen Talon varastossa nähtävillä.

Projektin tavoitteena on järjestää mielenterveyskuntoutujille ja asiasta kiinnostuneille mukavaa yhdessä tekemistä, vertaistukea ja virkistävää yhdessäoloa. Yhdistys laittaa tarpeettomia tavaroitaan kiertoon ja pihatapahtumaan osallistujilla on mahdollisuus tuoda myös omia tavaroita kierrätettäväksi. Opinnäytetyöntekijän henkilökohtaisena tavoitteena on kyetä suunnittelemaan, toteuttamaan ja arvioimaan pihatapahtuma.

4 PROJEKTIN TOTEUTUSSUUNNITELMA

Rauman mielenterveysyhdistys Friski Tuul ry on vertaistukitoimintaan perustuva potilasyhdistys. Sen tarkoitus on edistää mielenterveyttä, aktivoida ja yhdistää Raumalla ja lähikunnissa asuvia mielenterveyspotilaita, mielenterveyskuntoutujia ja heidän läheisiään sekä kaikille, jotka ovat kiinnostuneet mielenterveyteen liittyvistä kysymyksistä. Yhdistys tekee ennaltaehkäisevää mielenterveystyötä sekä kehittää mielenterveyspalvelujen tasoa, laatua ja saatavuutta. (Friski Tuult ry:n www-sivut.)

4.1 Hyvän Mielen Talo

Vuonna 2003 heinäkuussa valmistunut Rauman Hyvän Mielen Talo on yhdistyksen päihitteön matalankynnyksen kohtaamispaikka. Se on vertaistuen kehittyvä keskus, joka on avoinna jokaisena viikopäivänä lukuun ottamatta kesä-, heinä- ja elokuuta, jolloin se on avoinna maanantaista perjantaihin. Kohtaamispaikkaan kaikki ovat tasavertaisesti tervetulleita, eikä sinne tarvita lähetettä. Siellä toimii myös pieni kahvila yhdistyksen jäsenille. Kohtaamispaikkaa pitävät avoinna pääasiassa vapaaehtoiset vertaistukihenkilöt. Yhdistyksen kaikki aukioloaikojen ulkopuoliset ryhmät kuten paniikkihäiriö-, masennus-, käsityö- ja miestenryhmä toimivat vapaaehtoisin vertaistukihenkilöiden avulla. Yhdistys kouluttaa itse uudet vapaaehtoiset vertaistukihenkilöt. Lisäkoulutuksissa käytetään Mielenterveyden Keskusliitto ry:n asiantuntija-apua ja/tai ulkopuolisia kouluttajia. (Friski Tuult ry:n www-sivut.)

Hyvän Mielen Talo kiinteistön omistaa Y-säätiö ja kohtaamispaikkatilojen lisäksi kiinteistössä on yhdeksän asuntoa mielenterveyskuntoutujille, joiden asumista tuetaan vapaaehtoisella vertaistuella. Vertaistukitoimintojen pohjalta toimivan asumisyksikön avulla talon asukkaille tarjotaan mielekäs ja hyvä elämä turvallisessa asuinympäristössä omassa kodissaan sekä pyritään helpottamaan arjen askareita ja parantamaan elämänlaatua. (Friski Tuult ry:n www-sivut.)

4.2 Projektin resurssit ja riskianalyysi

Virkistyspäivän ja yleensä jonkin tapahtuman järjestämistä voidaan verrata projektiin ja sen vaiheiden kulkuun. Virkistyspäivä lähtee liikkeelle ideoinnista ja visioinnista. Tämän jälkeen alkaa asioiden taustaselvittely ja tavoitteiden määrittely. Tapahtumapäivän ajankohdan päättämisen jälkeen aloitetaan suunnittelu, huomioon on otettava tapahtumapaikka, käytettävät voimavarat ja yhteistyökumppanit sekä tapahtumaan kohdistuvat mahdolliset riskitekijät. (Rissanen 2002, 15-18.)

Ne tekijät, jotka saattavat vaikeuttaa projektin toteutusta, pyritään eristämään riskianalyysillä. Riskianalyysi on lopulta lista riskitekijöitä, jotka ovat muun muassa työmäärään, aikatauluun, kustannuksiin ja lopputulokseen sidonnaisia. (Ruuska 2007, 250-251.)

Virkistyspäivän rahalliset kustannukset koostuvat tarjottavasta syötävästä ja juotavasta. Näihin kustannuksiin Inner Wheel Rauma on lahjoittanut jo aiemmin Rauman mielenterveysyhdistys Friski Tuult ry:lle virkistystoimintaan rahaa, jota on jäänyt käyttämättä. Tikkakilpailun palkinnot lahjoittaa opinnäytetyön tekijä yhdessä Friski Tuult ry Hyvän Mielen Talon kanssa. Pihatapahtuman onnistumisen arviointikyselyyn osallistuneiden kesken arvottavan palkinnon lahjoittaa myös opinnäytetyöntekijä.

Pihatapahtuma toteutetaan Hyvän Mielen talon pihalla. Käytössä on Hyvän Mielen talon tukiasuntojen sauna, joka on pyydetty huoltomiehen lämmittämään pihatapahtumapäivänä. Yhdistyksen sähkögrillit ovat käytössä makkaran grillausta varten. Myös tikanheittokilpailuun tarvittavat tikkataulu ja tikat ovat Hyvän Mielen Talon omaisuutta.

Virkistystapahtuman onnistuminen on riippuvainen päivän säästä. Jos ei varauduta korvaavaan paikkaan, riittävään sateensuojaan tai sisätiloihin siirtymiseen, voi päivän toteutuminen vaarantua. Tikanheittokilpailu voidaan suorittaa ulkona sateelta suojassa. Tarvittaessa pienemmät kierrätystavarat voidaan siirtää sisälle, suuret tavarat ovat valmiiksi varastossa.

4.3 Pihatapahtuman sisältö

Kesäinen kierrätyspäivä -pihatapahtuma on 9.7.2015 kello 14:00 – 17:00 pidettävä yhdessä olon tapahtuma Hyvän Mielen talon pihalla. Kierrätykseen lahjoitettavia tavaroita on muun muassa Rauman mielenterveysyhdistys Friski Tuult ry:n omia huonekaluja, pieniä tarve-esineitä, kirjoja ja cd-levyjä. Myös yhdistyksen jäsenet voivat tuoda omia tavaroitaan kierrätettäväksi. Kierrätysteeman lisäksi pihatapahtumassa järjestetään leikkimielinen tikanheittokilpailu, miehille ja naisille erikseen. Tukiasuntojen käytössä oleva sauna on lämpimänä, miehille ja naisille on omat saunavuoronsa. Naisten heittäessä tikkaa, miehet menevät saunaan ja miesten heittäessä tikkaa, naiset menevät saunaan. Tikanheittokilpailu ja saunominen ovat vapaaehtoisia. Tikanheittokilpailun ja saunomisen jälkeen grillataan yhdessä.

Opinnäytetyön tekijä tekee pihatapahtumaa varten kutsun (Liite 1), jossa ilmenee tapahtuman päivä, kelloaika ja mitä päivää pitää sisällään. Kutsuun laitetaan myös ilmoittautumispäivämäärä, johon mennessä tapahtumapäivään on ilmoitauduttava. Ilmoittautumislista laitetaan kutsun kanssa yhdistyksen ilmoitustaululle. Osallistujien määrä on oltava tiedossa, että tiedetään varata riittävästi tarjottavaa.

4.4 Arviointisuunnitelma

Opinnäytetyön ollessa toteutusprojekti, arviointi pystytään tekemään vasta tapahtuman jälkeen (Kettunen 2009, 25). Tässä opinnäytetyössä pihatapahtumapäivän onnistumista arvioidaan palautekyselyllä (Liite 2), jonka tapahtumaan osallistuneet täyttävät. Täytettyään kyselyn he ovat lisäksi mukana arvonnassa, jonka palkinnon opinnäytetyön tekijä lahjoittaa.

5 PROJEKTIN TOTEUTUS

Tapahtumaa järjestäessä tulee ottaa huomioon muutama peruskysymys. On mietittävä kenelle järjestetään, miksi järjestetään, missä järjestetään, mikä on tapahtumaan käytettävä budjetti ja onko tapahtumalla jokin tavoite. Tapahtuman aikataulu ja ohjelma on suunniteltava etukäteen. On otettava huomioon, ketä ja miten tapahtumaan kutsutaan ja millä aikataululla sekä mikä on ilmoittautumisen keräysmenetelmä. Tapahtumassa oleva ruokailu on suunniteltava hyvissä ajoin. Suuremmissa tapahtumissa on oltava riittävästi avustajia ja jokaisen on tiedettävä vastuualueensa. (Iloranta 2013.)

Viikkoa ennen suunniteltua pihatapahtuma päivää oli opinnäytetyöntekijä yhteydessä Hyvän Mielen Talon henkilökuntaan. Sovittiin päivä, jolloin opinnäytetyöntekijä menee hakemaan Hyvän Mielen Talolta maksukortin ja tekee tarvittavat ostokset tulevaa pihatapahtumapäivää varten heidän käyttämästään tavaratalosta. Ostokset sovittiin tehtäväksi 6.7.2015. Samana päivänä käytiin Hyvän Mielen Talon työntekijän kanssa läpi pihatapahtumapäivän suunnitelma.

Pihatapahtuma vietettiin suunnitellusti 9.7.2015. Opinnäytetyöntekijä meni Rauman Hyvän Mielen Talolle klo 13. Sää oli epävakainen ja ajoittain satoi vettä. Opinnäytetyöntekijällä oli mukanaan tikanheittokilpailun ensimmäiset palkinnot, palautekyselylomakkeita (Liite 2) pihatapahtuman arvioimista varten ja palautekyselyn kesken arvottava palkinto. Arvottava palkinto oli Banaaninlehti - kynttilätarjotin ja kaksi pilarikynttilää.

Paikalla oli Friski Tuult ry:n työntekijä sekä muutama yhdistyksen jäsen, sillä Hyvän Mielen Talon kohtaamispaikka oli vielä avoinna. Vähitellen ilmoittautuneita saapui paikalle, sillä Hyvän Mielen Talon henkilökunta oli laittanut ilmoituksen pihatapahtumasta (Liite 1) ilmoitustaululle. Pihatapahtumaan osallistui kaikkiaan 17 henkilöä, joista osa oli Hyvän Mielen Talon tukiasuntojen asukkaita. Yhdessä henkilökunnan jäsenen kanssa opinnäytetyöntekijä keräsi ja laittoi esille kierrätykseen tarkoitettuja tavaroita vähän ennen pihatapahtuman alkua, sillä sää oli sateisen epävakainen. Pihatapahtuma pääsi alkamaan suunnitellusti kello 14

aurinkoisessa kesäsäässä. Paikalla oleva henkilökunnan jäsen osallistui päivän tapahtumaan.

5.1 Pihatapahtuman kulku

Suunniteltu pihatapahtuma alkoi heti kello 14. Opinnäytetyöntekijä esitteli itsensä ja kertoi miksi on tullut Mielenterveysyhdistys Friski Tuult ry:n Hyvän Mielen Talolle kyseisenä päivänä. Päivän aikataulu ja ohjelma käytiin lyhyesti läpi. Kaikkia naisia, jotka halusivat osallistua tikkakilpailuun, pyydettiin ilmoittautumaan. Naisten tikkakilpailu pidettiin ensin. Samaan aikaan miehillä oli mahdollisuus mennä saunaan, joka oli lämmitetty valmiiksi. Saunaan halusi mennä vain yksi mies. Naisista ei kukaan halunnut saunoa.

Naisten tikkakilpailuun osallistui kuusi henkilöä. Kilpailu oli jännittävä ja voittaja ratkesi vasta pisteiden yhteenlaskun jälkeen. Naisten lopetettua tikkakilpailu oli miesten kilpailun vuoro. Kisaan ilmoittautui niin ikään kuusi henkilöä. Myös miesten kilpailu oli jännittävä ja virallisesti voittaja varmistui pisteiden yhteenlaskun jälkeen. Tikkakilpailu käytiin hyvää urheilumieltä osoittaen ja toisia kannustaen viisi kierrosta. Kannustajina oli myös osa kilpailun ulkopuolelle jääneistä ja opinnäytetyöntekijä, joka toimi pisteiden kirjaajana.

Tikkakilpailun pisteiden yhteenlaskun jälkeen oli pienimuotoinen palkintoseremonia. Palkinnot jaettiin kilpailujärjestyksessä, naisten palkinnot jaettiin ensimmäisenä. Palkinnon saajille taputettiin ja voittajien puolesta kaikki olivat iloisia. Kaikille tuntui olevan tärkeintä yhdessäolo ja mukavan päivän viettäminen. Palkintojenjaon aikana oli Hyvän Mielen Talon pihalla vapautunutta yhdessäoloa kaikkien pihatapahtumaan osallistuneiden kesken. Opinnäytetyöntekijän havainnoi tilannetta ja totesi, että kaikki tapahtumaan osallistujat olivat yhdenvertaisia keskenään.

Palkintojenjaon jälkeen Rauman mielenterveysyhdistys Friski Tuult ry:n puheenjohtaja saapui paikalle toisen henkilön kanssa ja kysyi kierrätyksen onnistumisesta. Hän kertoi varastossa olevan lisää tavaraa melko runsaasti, jolloin ovi varastoon avattiin. Nyt oli tapahtumaan osallistuneiden hyvää aikaa katsella

muitakin kierrätykseen esille tuotuja tavaroita. Sähkögrillit oli laitettu jo aikaisemmin lämpenemään, mutta eivät olleet vielä kuumia.

Grillaaminen oli tarkoituksella järjestetty vasta tikkakilpailujen jälkeen. Opinnäytetyöntekijälle oli kerrottu usein tapahtumissa olevan ongelmana, että muutamat osanottajat lähtevät pois heti, kun ovat saaneet syötyä. Nyt haluttiin osallistujien viihtyvän mahdollisimman pitkään ja yhdeksi keinoksi yritettiin grillaamisen järjestäminen mahdollisimman myöhäisessä vaiheessa. Grillaukseen oli käytettävissä kaksi sähkögrillia. Jokainen sai syödä makkaraa niin paljon kuin halusi. Myös juotavaa oli tarjolla riittävästi.

5.2 Pihatapahtuman palaute

Pihatapahtuman alussa esitellessäni itseni kerroin palautekyselystä (Liite 2), johon toivoin kaikkien vastaavan. Kerroin vastaamisen olevan vapaaehtoista ja lomakkeet täytetään nimettömänä, lisäksi palautekyselylomakkeet hävitetään asianmukaisesti opinnäytetyön valmistuttua. Mainitsin myös, että kyselyyn vastaaminen auttaa minua opinnäytetyön raportin kirjoittamisessa. Lisäksi kerroin, että kyselyn alaosassa oli arvontalippu, jolla osallistui arvontaan. Kyselylomakkeen ja arvontalipun välissä oli katkoviiva, josta se leikattiin irti niin, että kyselyn vastaajan ja arpalipukkeen nimeä ei voinut yhdistää toisiinsa. Kerroin myös, että palkinnon olin itse luovuttanut ja joka oli nähtävillä sisällä palautelomakkeiden vieressä. Palkinto oli suurehko Banaaninlehti -kynttilätarjotin ja kaksi pilarikynttilää. Palkinto arvottiin kaikkien arvontaan osallistujien kesken.

Palautekyselyyn vastaamista täytyi muistuttaa. Arvonnasta muistuttamisen jälkeen ne, jotka eivät vielä olleet kyselyyn vastanneet ja arvontaan ottaneet osaa siirtyivät sisälle sen tekemään. Palautekyselyyn vastasi kuusitoista pihatapahtuman seitsemästätoista osallistujasta, yksi otti osaa vain arvontaan.

6 PROJEKTIN ARVIOINTI

Arvioinnilla tarkoitetaan jonkin asian arvon tai ansion määrittelemistä. Arviointi on tehtävä totuudenmukaisesti. Arvioinnin ominaisuuksia ovat puolueettomuus, luotettavuus ja arvioinnissa tehdyt johtopäätökset. (Hyttinen 2006, 10.)

Tässä opinnäytetyössä, joka oli projektiluonteinen, arviointia tehtiin koko projektin ajan. Lisäksi tapahtumapäivään osallistujia pyydettiin antamaan palaute kirjallisena täyttämällä palautelomake (Liite 2). Suullinen palaute heti pihatapahtumisen päätyttyä oli positiivista. Kaikki kiittivät päivän järjestämisestä ja toivoivat samanlaisia olevan useammin. Yksi osallistuja oli tyytymätön ennen grillauksen aloittamista, kun ei vielä ollut syötävää ja juotavaa tarjolla. Kirjallinen palaute oli myös positiivista. Opinnäytetyöntekijä koki, että projekti onnistui erittäin hyvin ja oli tyytyväinen, kun tavoitteet projektin suunnittelussa ja toteutuksessa täyttyivät.

Opinnäytetyön ollessa toteutusprojekti, arviointi pystytään tekemään vasta tapahtuman jälkeen (Kettunen 2009, 25). Projektin onnistumisen arvioinnissa on kyse myös mielipiteistä (Ruuska 2007, 277).

Projektin tarkoituksena oli järjestää pihatapahtuma Kesäinen kierrätyspäivä, Rauman mielenterveysyhdistys Friski Tuult ry:n Hyvän Mielen Talon pihalla. Lisäksi projektin tavoitteena oli järjestää mielenterveyskuntoutujien toiminnallinen hyvän mielen ja yhdessä olon pihatapahtuma. Opinnäytetyöntekijän henkilökohtainen tavoite oli projektin suunnittelun, toteutuksen ja arvioinnin hallinta.

Opinnäytetyöntekijän kirjallisessa palautekyselyssä (Liite 2) oli neljä kysymystä, joihin vastaajaa pyydettiin ympyröimään mielestään sopiva vaihtoehto. Vaihtoehdot olivat 1-5. Mitä suurempi luku valittiin, sitä tyytyväisempi vastaaja oli kysytyyn asiaan. Viides kohta oli avoin kysymys, johon sai kirjoittaa palautteen. Palautekyselyyn vastasi kuusitoista seitsemästätoista osallistujasta.

Ensimmäisessä kysymyksessä kysyttiin, miten päivä oli vastannut vastaajan odotuksia. Neljatoista oli ympyröinyt numeron viisi. Yksi vastaaja oli ympyröinyt

nelosen ja yksi kolmosen. Tästä voidaan päätellä, että pihatapahtumapäivä vastasi osallistujien odotuksiin hyvin. Toinen kysymys koski tikkakilpailun ja saunomisen järjestelyjen toimivuutta. Kaksitoista ympyröi numeron viisi ja neljä nelosen. Tulokset osoittivat tikkakilpailun ja saunomista koskevien järjestelyiden olleen onnistuneita. Kolmas kysymys liittyi kierrätyksen järjestelyihin. Siinä kysymyksiin vastauksissa oli enemmän hajontaa. Kymmenen ympyröi numeron viisi, neljä ympyröi nelosen, yksi kolmosen ja yksi kakkosen. Yli puolet oli sitä mieltä, että kierrätys oli järjestetty hyvin. Neljännessä kysymyksessä kysyttiin miten grillaus oli järjestetty. Kolmetoista ympyröi numeron viisi, yksi nelosen, yksi kakkosen ja yksi oli jättänyt vastaamatta. Vastaukset osoittivat, että suurin osa oli tyytyväisiä grillauksen järjestelyihin. Yksi mainitsi ääneen, että oli odottanut grillaamisen olevan aikaisemmin ja oli ehkä siksi tyytymätön.

Avoimeen palaute kohtaan oli vastannut kuusi. Vaikka vastauksia oli niin vähän, ne osoittivat tyytyväisyyttä järjestettyyn pihatapahtumaan. Vastaukset olivat seuraavia:

”Hyvin organisoitu.”

”Kiitos, että järjestettiin moinen päivä. Kiitokset kaikille mukana olleille.”

”No oli ihan hyvä ja onnistunut päivä.”

”Kiitos päivästä.”

”Hyvin meni.”

”Yllättävän päivän sain. En osannut odottaa.”

Opinnäytetyöntekijä sain lisäksi suullista positiivista palautetta paljon ja kaikki olivat tyytyväisiä päivää. Kaikki olivat tyytyväisiä, että tapahtuma saatiin viettää suunnitellusti ulkona. Osallistujat olivat kaikki Rauman mielenterveysyhdistys Friski Tuult ry:n jäseniä.

7 POHDINTA JA JOHTOPÄÄTÖKSET

Tässä projektiluonteisessa opinnäytetyössä oli tarkoituksena järjestää virkistävä kierrätys- ja pihatapahtuma Rauman mielenterveysyhdistys Friski Tuult ry:n Hyvän Mielen Talon pihalla. Kesäisen kierrätyspäivän tavoitteena oli tarjota yhdistyksen jäsenille ja ulkopuolisille mukavaa yhdessä tekemistä, vertaistukea sekä virkistävää yhdessäoloa. Suullisen ja kirjallisen palautteen sekä opinnäytetyöntekijän omiin havaintoihin pohjautuen päivä onnistui hyvin ja osanottajat olivat tyytyväisiä päivän ohjelmaan ja aikatauluun.

Opinnäytetyöntekijän omana tavoitteena oli projektin suunnittelun, toteutuksen ja arvioinnin hallinta. Opinnäytetyöntekijällä ei ollut ennen projektin alkua omakohtaisia kokemuksia projektin tekemisestä. Myös pihatapahtuman järjestäminen oli vieras asia. Projektin vaiheet ja pihatapahtuman järjestäminen oli opeteltava teoriassa kokonaan alusta alkaen. Projektin tarkoitus, tavoite, aikataulu, riskianalyysi sekä resurssien määrittäminen ovat käsitteitä, jotka tulivat tutuiksi projektin edetessä ja raportin kirjaamisen aikana. Tässä opinnäytetyössä projekti oli virkistyspäivän järjestäminen. Arviointiin perustuen tavoite täyttyi.

Saadun palautteen ja pihatapahtumapäivän aikana käytyjen keskustelujen perusteella, samantyyppisten päivien järjestämistä toivotaan Rauman Hyvän Mielen Talolla enemmän. Rauman mielenterveysyhdistys Friski Tuult ry järjestää varsinkin kesäaikana viikoittain tapahtumia ja retkiä. Jotkin tapahtumista ovat päivän säähän sidonnaisia ja peruuntuvat sen vuoksi. Yhdistyksestä tehtäisiin enemmän retkiä, mutta resurssit ovat rajallisia ja järjestäminen vaatii aina jonkun henkilön työpanoksen. Toisaalta retkille eivät lähde kaikki mukaan, vaan vain osa, jolloin suuri osa jäsenistä jää tällaisten virkistäytymisyritysten tavoittamattomiksi. Paikan päällä järjestetyt virkistyspäivät tavoittavat kaikki ja tuottavat täten mielen virkistystä useille. Vertaistuen tärkeys korostuu yhdessä tekemällä ja kokemalla mukavia asioita.

Mielenterveyskuntoutujille vastaavien virkistyspäivien tilausta on varmasti paljon. Ulkopuolinen järjestäjä saattaa järjestää erilaisen tapahtuman kuin aikaisemmin. Virkistyspäivä tuo myös vaihtelua heidän arkeensa.

LÄHTEET

- Ahola, T. & Laine, S. 2009. Ihmisenä ihmiselle. Vertaistuen merkitys mielenterveyskuntoutujalle. Lahden ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö. Viitattu 19.09.2015.
http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/3089/Ahola_Tanja.pdf?sequence=1
- Asumista ja kuntoutusta. Mielenterveyskuntoutujien asumispalveluja koskeva kehittämissuositus. 2007. Helsinki. Sosiaali- ja terveysministeriö. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 13/2007. Viitattu 24.09.2015.
<http://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/111049/Jul200713.pdf?sequence=1>
- Hullu on hullu vaikka voissa paistais? Opas parempaan mielenterveyskieleen – työkalu toimittajille. Mielenterveyden keskusliitto ja AstraZeneca Oy. Viitattu 16.09.2015. <http://mtkl.fi/wp-content/uploads/2014/06/Opas-mtkieleen-ty%C3%B6kalu-toimittajille.pdf>
- Hyttinen, N. 2006. Arviointi avuksi projektityöhön. Helsinki. Trio-Offset Oy.
- Iloranta, E. 2013. Miten järjestän tapahtuman? Red Events Oy.
http://www.slideshare.net/Elinalloranta/miten-jrjestn-tapahtuman?from_search=2
- Jokela, T. & Vuorela, S. 2012. Toiminnalliset päivät mielenterveyskuntoutujille. Satakunnan ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö. Viitattu 08.09.2015.
https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/40707/Jokela_titta_Vuorela_satu.pdf?sequence=1
- Järvinen, S. & Vastamäki, R. 2011. Viriketoiminta hoitokodissa. Tampereen ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö. Viitattu 10.09.2015.
http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/41525/Jarvinen_Satu_Vastamaki_Ritva.pdf?sequence=2
- Jääskeläinen, R. 2013. Yhteisöllisyyttä tukeva virkistyspäivä Kuntoutumistalo Terassin asukkaille. Satakunnan ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö. Viitattu 06.05.2015.
<http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/69635/Opinnaytetyo.pdf?sequence=1>
- Kettunen, S. 2009. Onnistu projektissa. Helsinki. WSOYpro.
- Knuuti, J. 2014. Viriketoiminta Saga Kanalinrannan ryhmäkodissa. Satakunnan ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö. Viitattu 09.09.2015.
https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/83366/Knuuti_Julia.pdf?sequence=1
- Lehtinen, V. & Taipale, V. 2005. Mielenterveys ja psykiatrinen sairaanhoito. Suomalaisien terveys. Terveyskirjasto. Viitattu 16.09.2015.
http://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=suo00054

Lähdeoja, E. & Mäkitalo, L. 2013. Toimintapäivä Lappikodin asukkaille. Opinnäytetyö. Satakunnan ammattikorkeakoulu. Viitattu 09.09.2015. https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/61662/Lahdeoja_Eveliina_Makitalo_Linda.pdf?sequence=1

Lönnqvist, J., Heikkinen, M., Henriksson, M., Marttunen, M. & Partonen, T. 2007. Psykiatria. 5. uud.p. Jyväskylä. Gummerus.

Mielenterveyslaki 14.12.1990/1116, muutos 954/1992.

Ollikainen, H. 2011. Yhdistystoiminnan opas. Selkokieli-versio. Työministeriö. Viitattu 04.04.2015. <http://jyy.fi/wp-content/uploads/2011/07/Yhdistystoiminnan-opas-Selkokieli-versio.pdf>

Pelin, R. 2011. Projektihallinnan käsikirja. 7. uud. p. Keuruu. Otavan kirjapaino Oy.

Pihlaja, A. 2011. Ennaltaehkäisevä mielenterveystyö perusterveydenhuollossa psykiatrisen sairaanhoitajan kokemana. Oulun seudun ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö. Viitattu 03.04.2015. https://publications.theseus.fi/bitstream/handle/10024/36223/pihlaja_annariina.pdf.pdf?sequence=1

Rauman MTY Friski Tuult ry. Asiakasesite.

Rauman MTY Friski Tuult ry. Viitattu 01.04.2015. <http://www.friskituult.fi/>

Rissanen, T. 2002 Projektilla tulokseen – projektin suunnittelu, toteutus, motivointi ja seuranta. Jyväskylä. Gummerus kirjapaino Oy.

Ruuska, K. 2007. Pidä projekti hallinnassa – Suunnittelu, menetelmät, vuorovaikutus. Helsinki. Talentum.

Silta yhteisöklubi. Viitattu 04.04.2015. <http://www.yhteisoklubi.fi/yhdistystoiminta/yhdistystoiminnan-tietoa/mika-on-yhdistys/>

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Mielenterveys. Viitattu 03.04.2015. <https://www.thl.fi/fi/web/mielenterveys/mielenterveyden-edistaminen>

Terveiden ja hyvinvoinnin laitos Vammaispalvelujen käsikirja. Viitattu 03.04.2015 <https://www.thl.fi/fi/web/vammaispalvelujen-kasikirja/itsenaisen-elamantuki/vertaistuki>

Toimintaa Pohjois-Pohjanmaalla. Ihmiset. Viitattu 7.5.2015. <http://www.ihimiset.fi/fi/toimijat/yhdistykset/sairausyhdistykset/>

Vallo, H & Häyrynen, E. 2003. Tapahtuma on tilaisuus opas onnistuneen tapahtumanjärjestämiseen. Helsinki. Hakapaino.

Vallo, H. & Häyrynen, E. 2008. Tapahtuma on tilaisuus tapahtumamarkkinointi ja tapahtuman järjestäminen. Helsinki. Tietosanoma Oy.

Yli-Kovanen, J. 2011. Mielensterveyskuntoutujien virkistystuokiot, projektityö. Satakunnan Ammattikorkeakoulu. Opinnäytetyö. Viitattu 09.09.2015.
<https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/36091/Jukan.pdf?sequence=1>

KUTSU

Kesäinen kierrätyspäivä

9.7.2015 klo 14:00-17:00

Hyvän Mielen talon pihalla

Ohjelmassa leikkimielinen tikanheittokilpailu naisille ja miehille omat sarjat, sauna on lämpimänä ja grillataan yhdessä makkaraa.

Tarjolla on kierrätettäväksi yhdistyksen tavaroita, voit myös tuoda omia tavaroitasi kierrätettäväksi.

Ilmoittautuminen viimeistään 1.7.2015

Tervetuloa kaikki mukaan!



Päivän ohjelman järjestää sairaanhoitajaopiskelija Minna

Ympyröi mielestäsi sopiva vaihtoehto seuraavissa kysymyksissä.

1. Miten päivä vastasi odotuksiasi?

Hyvin 5 4 3 2 1 Ei lainkaan

2. Oliko tikkakilpailu ja saunominen järjestetty toimivasti?

Täysin 5 4 3 2 1 Ei lainkaan

3. Miten kierrätys oli mielestäsi järjestetty?

Hyvin 5 4 3 2 1 Huonosti

4. Miten grillaus oli järjestetty?

Hyvin 5 4 3 2 1 Huonosti

Muu palaute:

Kiitos vastauksestasi!

-----revi--tastä-----

Yllätysarvonta

Onnea arvontaan ☺

Nimi: _____

