



**Espoon mielenterveysyhdistys EMY ry**

Esbo mentalhälsoförening EMF rf

Pappilantie 7

02770 Espoo

p. 050 310 7985

espoonmielenterveys@emy.fi

www.emy.fi

@emyespoo

## TOIMINTAKERTOMUS EMYN VUODESTA 2025

1985-2025

40-vuotta mielen­terveyttä tukevaa  
toimintaa

Ethän jää yksin?

Tule mukaan!



# Sisällysluettelo

Sisällysluettelo .....	1
1 VUODEN 2025 KOKONAISKUVA JA OLENNAISET TAPAHTUMAT .....	2
2 YHDISTYS .....	3
3 KOHTAAMISPAIKKOJEN TOIMINTA .....	3
3.1 Kohtaamispaikat ja talkootoiminta .....	3
3.2 Ryhmätoiminta .....	5
3.3 Retket, tapahtumat ja leiritoiminta .....	6
3.4 Tuu messiin! -nuorten aikuisten (18-32-v.) toiminta .....	6
3.5 Kutsu-toiminta ja yksinäisten tavoittaminen .....	7
3.6 Mielen hyvinvointia vahvistava koulutus- ja luentotoiminta .....	8
3.7 Arjen osallisuutta ja osallistumista tukeva toiminta .....	9
4 TOIMINNAN TULOKSELLISUUS JA VAIKUTTAVUUS .....	10
4.1 Tuloksellisuuden arviointi .....	11
4.2 Yksinäisyyden väheneminen .....	11
4.3 Positiivinen mielenterveys ja voimavarojen vahvistuminen .....	11
4.4 Osallisuuden, vaikutusmahdollisuuksien ja toimijuuden vahvistuminen .....	12
4.5 Mitä osallistujat ovat saaneet Emyn toiminnasta .....	13
4.6 Yksinäisten tavoittaminen ja toimintaan kiinnittyminen .....	13
4.7 Mielenterveysosaamisen vahvistuminen ja stigmaa vähentävä toiminta .....	14
4.8 Yhteistyöverkoston näkemykset toiminnan vaikuttavuudesta .....	15
5 VAPAAEHTOISTOIMINTA .....	15
6 HANKKEET .....	16
6.1 Länsituuli-hanke .....	16
7 TIEDOTTAMINEN JA VIESTINTÄ .....	18
7.1 Painetut esitteet ja lehdet .....	18
7.2 Digitaalinen viestintä .....	19
7.3 Emy esittäytyy ja on näkyvillä .....	19
8 VERKOSTOTYÖ JA SOSIAALINEN KUNTOUTUS TYÖNRAJALLA .....	19
8.1 Verkostotyö ja alueellinen yhteistyö .....	20
8.2 Kahviotoiminta .....	20
8.3 Puutarhapalsta .....	20
9 YHDISTYKSEN HALLINNASSA JA KÄYTÖSSÄ OLLEET TILAT .....	21
10 TIEDOT OLENNAISISTA TAPAHTUMISTA TILIKAUDEN PÄÄTTYMISEN JÄLKEEN .....	21
11 TOIMINTAYMPÄRISTÖ JA TULEVAISUUDEN NÄKYMÄT .....	22
11.1 Toimintaympäristö ja ilmiöt .....	22
11.2 Tulevaisuuden näkymät ja kehittäminen .....	23
13 VAKUUDEKSI .....	24
LIITTEET	

## Yhdistyksen tarkoitus

Espeen mielenterveysyhdistys EMY ry, ruotsiksi Esbo mentalhälsoförening EMF rf on yhdistys, jonka tarkoituksena on yhdistää ja aktivoida yhdistyksen kotipaikan ja sen lähikuntien alueella asuvia psyykkisistä ongelmista kärsiviä henkilöitä ja herättää ymmärrystä näistä ongelmista kärsiviä kohtaan sekä tehdä ennalta ehkäisevää työtä mielenterveyden alueella. Tarkoituksensa toteuttamiseksi yhdistys järjestää kokous- ja kuntoutustoimintaa, aikaansaa psykiatristen potilaiden elämäntilannetta koskevia selvityksiä, informoi viranomaisia jäsenten tarpeista, harjoittaa julkaisu- ja valistustoimintaa sekä järjestää keskustelu- ja valistustilaisuuksia, kerho- ja opintotoimintaa sekä retkiä ja matkoja osallistujilleen.

## Emyn arvot

yhteisöllisyys, yhdenvertaisuus, ystävällisyys, osallistujalähtöisyys ja toiminnallisuus

## 1 VUODEN 2025 KOKONAISKUVA JA OLENNAISET TAPAHTUMAT

Vuosi 2025 oli Emylle merkittävä kehittämisen, kasvun ja muutosten vuosi. Yhdistys juhli 40-vuotista toimintaansa aikana, jolloin yhteisöllisen mielenterveystyön tarve näkyi alueella vahvana. Toiminnan ytimessä säilyi matalan kynnyksen kohtaamispaikka-, ryhmä- ja vapaaehtoistoiminta, jonka tavoitteena oli vahvistaa osallisuutta, yhteisöllisyyttä ja arjen mielekkyyttä erilaisissa elämäntilanteissa oleville ihmisille.

Vuoden aikana Emyn toimintaan osallistui yhteensä 2 609 kohderyhmään kuuluvaa henkilöä sekä lisäksi noin 200 muuta osallistujaa. Toiminta tavoitti ihmisiä erityisesti tilanteissa, joissa yksinäisyys, psyykkinen kuormittuneisuus, sosiaalinen eristäytyminen tai elämänhallinnan haasteet olivat heikentäneet osallistumisen mahdollisuuksia. Samanaikaisesti vapaaehtoistoiminta vahvistui edelleen, ja yhteisöön kiinnittyneiden vapaaehtoisten merkitys toiminnan toteutumisessa kasvoi.

Kohtaamispaikkatoiminta säilyi vuoden aikana laajana ja aktiivisena. Lilla Karyllin, Meriemyn ja Valoemyn kohtaamispaikat sekä nuorille aikuisille suunnattu Olotila-toiminta muodostivat turvallisia yhteisöllisiä ympäristöjä, joissa ihmisillä oli mahdollisuus kohdata toisiaan, osallistua toimintaan ja saada tukea arkeensa ilman lähetettä tai diagnoosia. Myös verkossa toteutettava yhteisöllinen toiminta jatkui aktiivisena Discord-alustoilla.

Vuoden aikana tapahtui myös merkittäviä toiminnallisia muutoksia. Valoemyn aiempien tilojen vuokrasopimuksen päättymisen teki muutosta välttämättömän. Uudet tilat remontoitiin toimintaan soveltuviksi ja Valoemy avattiin maaliskuussa 2025 uusissa tiloissa. Muutto ja uusien tilojen käyttöönotto vaativat paljon suunnittelua, koordinoitua ja käytännön järjestelyjä, mutta samalla ne mahdollistivat toiminnan kehittämisen aiempaa tarkoituksenmukaisemmissa tiloissa.

Länsituuli-hanke vahvisti vuoden aikana Emyn alueellista roolia ja toi yhdistyksen toimintaa uusiin kuntiin Länsi-Uudellamaalla. Hankkeessa rakennettiin uudenlaista toimintamallia, jossa matalan kynnyksen ryhmä- ja kohtaamispaikkatoimintaa kehitettiin paikallisiin tarpeisiin yhteistyössä kuntien, hyvinvointialueen, järjestöjen, seurakuntien ja muiden alueellisten toimijoiden kanssa. Samalla Emy vahvisti asemaansa alueellisena verkostotoimijana ja yhteistyön kokoajana.

Emy koordinoi vuoden aikana useita alueellisia verkostoja ja järjesti yhteensä 26 verkostotapaamista. Tapauksissa käsiteltiin alueella näkyviä ilmiöitä, kuten yksinäisyyden lisääntymistä, nuorten aikuisten psyykkistä kuormittuneisuutta sekä palveluiden saavutettavuutta. Verkostotyö tuki tiedonkulkua, yhteisten toimintamallien kehittämistä ja joustavampien polkujen rakentamista palveluiden ja yhteisöllisen toiminnan välillä.

Alueellinen verkostorooli vahvistui myös rakenteellisella tasolla. Länsi-Uudenmaan järjestöneuvottelukunta aloitti toimintansa toukokuussa 2025, ja Emy ry valittiin jäseneksi edustamaan päihde- ja mielenterveysteemaverkostoa yhdessä FinFami Uusimaa ry:n kanssa toimintakaudelle 5/2025-12/2026. Emyä edusti järjestöneuvottelukunnassa toiminnanohjaaja Hanna Parikka. Edustus toi näkyväksi järjestölähtöisen mielenterveystyön merkityksen osana alueellista hyvinvoinnin ja osallisuuden edistämistä.

Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus STEA ja Länsi-Uudenmaan hyvinvointialue jatkoivat yhdistyksen päärahoittajina. Helmikuussa 2025 STEA:n avustuspäätös Emylle mielenterveystyön toteuttajien kohtaamispaikkatoimintaan ja koordinoituihin oli 377 528 euroa. STEA myönsi kolmivuotisen rahoituksen Länsituuli-hankkeelle vuosille 2024-2026 yhteensä 324 000 euroa, josta vuoden 2025 osuus oli 107 747 euroa.

STEA myönsi myös kolmivuotisen rahoituksen Paikka auki -hankkeelle 2024-2026, jossa työntekijä opiskelee oppisopimuksella ammatillisen tutkinnon. Hankkeelle myönnettiin yhteensä 92 000 euroa, josta vuoden 2025 osuus oli 31 586 euroa.

Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueen kanssa jatkettiin yhteistyötä muun muassa Kaukalahden puutarhatoiminnassa, Terassikahvion työtoiminnassa sekä Samaan suuntaan -hankkeessa käynnistyneen verkostotyön jatkamisessa. Hyvinvointialueelta saatiin kohdeavustusta 145 000 euroa, johon sisältyivät myös Pappilantie 7:n ja Pappilantie 5:n tilat. Lisäksi Viola Raninin säätiö myönsi toimintaan 20 000 euroa, Espoon seurakuntayhtymä diakonista avustusta 15 000 euroa ja Espoon kaupunki yhteensä 18 400 euroa.

Toimintavuotta leimasivat samanaikaisesti sekä toiminnan kasvu että toimintaympäristön epävarmuus. Julkisen talouden säästötoimet, hyvinvointialueiden muutokset ja järjestörahoituksen kiristyminen näkyivät koko järjestökentässä. Samalla tarve yhteisölliselle, helposti saavutettavalle ja ennaltaehkäisevälle mielenterveysystölle voimistui entisestään.

Vuoden aikana korostui Emyn kyky ylläpitää ja kehittää laajaa toimintakokonaisuutta niukoista resursseista huolimatta. Toiminta vastasi kasvavaan tarpeeseen tarjoamalla konkreettisia mahdollisuuksia yhteisöllisyyteen, osallisuuteen ja yhteisöön kuulumiseen.

Emyn vuoden 2025 yhteistyökumppanit on esitelty liitteessä 2. Yhteistyömuotoja oli useimpien kumppanien kanssa useita, ja vuoden aikana yhteistyötä tehtiin myös uusien toimijoiden kanssa.

## 2 YHDISTYS

Yhdistyksen sääntömääräinen kevätkokous pidettiin 15.5.2025 Valoemyssä. Kokoukseen osallistui yhdeksän yhdistyksen jäsentä. Hallitus kokoontui vuoden aikana seitsemän kertaa. Kokoukset toteutettiin hybridimallilla siten, että osallistuminen oli mahdollista sekä paikan päällä että etäyhteydellä.

Syyskokouksessa 2024 valittu hallitus toimi vuonna 2025 seuraavassa kokoonpanossa puheenjohtajana Johanna Virtanen, varapuheenjohtajana Kyösti Mälkki ja jäseninä Riikka Ilander, Mika Ikkala, Jyrki Myllärniemi, Ebba Sirppi, Suvi Simola, Timo Siivonen ja Raija Pahlman. Syyskokouksessa 2025 valittu hallitus: puheenjohtaja Johanna Virtanen, varapuheenjohtaja Jyrki Myllärniemi ja jäsenet Ebba Sirppi, Suvi Simola, Timo Siivonen, Mikael Lindell, Ossi Salin, Laura Miettinen ja Juho Oksa.

Elokuussa 2025 hallitus ja työntekijät järjestivät yhteisen kehittämispäivän Backbyssä teemalla ”Yksi yhtenäinen Emy”. Kehittämispäivässä käsiteltiin erityisesti nuorten aikuisten osallisuuden vahvistamista, yhteisöllisen toimintamallin kehittämistä sekä eri toimintojen välisen yhteistyön tiivistämistä.

Yhdistyksessä oli vuoden 2025 lopussa yhteensä 129 jäsentä, mukaan lukien varsinaiset jäsenet, kannatusjäsenet ja ainaisjäsenet. Jäsenmaksu oli 15 euroa ja kannatusjäsenmaksu 200 euroa. Lisäksi 45 euron jäsenmaksuun sisältyi paperinen Emy-tiedote, joka ilmestyi 11 kertaa vuodessa.

Yhdistyksen tilintarkastajana toimi Harri Saarinen HT ja varatilintarkastajana Seppo Rautula HT. Syyskokouksessa 2025 tilintarkastajiksi valittiin Harri Saarinen HT ja Seppo Rautula HT, molemmat MGI Tilintarkastus Oy:stä.

Yhdistyksen työntekijöinä toimivat toiminnanjohtaja Kaj Järvisalo ja toiminnanohjaajat Tiina Pajula, Johanna Käsälä, Arttu Pöyhtäri, Virpi Guttorm, Saara Arkimo ja Hanna Parikka, sekä ohjaajat Eeva Leinonen, Tiia Hachad, Ulla Sundström ja Sandra Saim. Järjestötyöntekijöinä Jouni Laakkonen, Raitin Pysäkillä Laura Turtiainen ja Kristina Boström sekä Kirkkonummen Seudun Mielenterveysyhdistys Kisu ry:ssä Alpo Kerner kesäkuun loppuun.

## 3 KOHTAAMISPAIKKOJEN TOIMINTA

### 3.1 Kohtaamispaikat ja talkootoiminta

Emy ylläpiti vuonna 2025 kolmea matalan kynnyksen kohtaamispaikkaa Espoossa: Espoon keskuksessa toimivaa Lilla Karyllia, Kivenlahdessa sijaitsevaa Meriemyä sekä Olarissa toimivaa Valoemyä. Kohtaamispaikat muodostavat yhdistyksen toiminnan ytimen. Ne tarjoavat avoimen, päihteettömän ja turvallisen ympäristön, jossa osallistujat voivat kohdata toisiaan, osallistua toimintaan tai viettää aikaa omista lähtökohdistaan käsin.

Monelle kohtaamispaikka muodostaa turvallisen paikan, jossa ulkopuolisuuden kokemus voi vähitellen muuttua osallisuudeksi ja pelkkä läsnäolo kokemukseksi kuulumisesta. Toimintaan voi osallistua aktiivisesti tai olla rauhallisesti muiden ihmisten lähellä myös silloin, kun oma jaksaminen, toimintakyky tai sosiaalinen rohkeus vaihtelee.

Lilla Karyll oli avoinna arkipäivisin maanantaista perjantaihin klo 9-16.30. Lisäksi vapaaehtoiset mahdollistivat sunnuntai- ja tiistai-iltojen klo 12-16. Meriemy oli avoinna arkisin klo 9-15 ja vapaaehtoisvoimin myös lauantaisin klo 12-16. Valoemyn aiemman tilan vuokrasopimuksen päättymisen seurauksena toiminta siirtyi uusiin tiloihin Olariin osoitteeseen Kuunkehrä 2. Tilat otettiin käyttöön maaliskuussa 2025 remontin valmistuttua. Uudet tilat mahdollistivat toiminnan jatkumisen ja loivat aiempaa toimivammat puitteet erityisesti nuorten aikuisten toiminnalle, ryhmätoiminnalle ja yhteistyölle.

Valoemyssä avointa kohtaamispaikkatoimintaa järjestettiin maanantaisin klo 10-14 sekä keskiviikosta perjantaihin klo 10-15. Lisäksi nuorille aikuisille suunnattu Olotila-toiminta toteutui keskiviikosta perjantaihin klo 16-20. Muina aikoina tilat olivat aktiivisesti ryhmätoiminnan, kokousten ja yhteistyökumppaneiden käytössä. Tämä lisäsi tilojen käyttöastetta ja mahdollisti toiminnan laajenemisen eri käyttäjäryhmille.

Kohtaamispaikkojen käyttö oli vuoden aikana vilkasta. Lilla Karyll oli avoinna 300 päivänä, ja siellä kirjattiin 5 532 käyntikertaa, mikä oli lähes 1 200 enemmän kuin edellisvuonna. Meriemy oli avoinna 295 päivänä, ja käyntikertoja kertyi 2 387. Valoemy oli avoinna 162 päivänä, ja käyntikertoja kertyi 1 381. Kävijätiedot perustuvat vieraskirjamerkintöihin. Sama henkilö kirjataan korkeintaan kerran päivässä, eikä kaikki kävijät aina merkitse käyntiään vieraskirjaan. Tämän vuoksi luvut kuvaavat toteutunutta osallistumista vain osittain. Vuoden aikana Emyn toimintaan osallistui yhteensä 2 609 kohderyhmään kuuluvaa henkilöä, minkä lisäksi arviolta noin 200 muuta henkilöä osallistui toimintaan.

Kohtaamispaikkatoimintaa täydensi keskeisesti talkootoiminta, joka on Emyn järjestämää kynnyksetöntä ryhmätoimintaa. Talkoot tarjoavat osallistujille mahdollisuuden osallistua arjen konkreettiseen tekemiseen omien voimavarojensa mukaisesti. Yhteisistä tiloista huolehtiminen vahvisti kokemusta siitä, että oma panos on merkityksellinen osa yhteistä arkea.

Talkoot toteutuivat Lilla Karyllissa arkipäivisin aamupäivävuorona klo 9.30-13 sekä iltapäivävuorona klo 12-15.30. Meriemyssä talkoita järjestettiin maanantaisin, keskiviikkoisin ja perjantaisin klo 10-13 sekä Valoemyssä keskiviikkoisin klo 10-13. Osallistujamäärät pidettiin rajattuina toiminnan sujuvuuden varmistamiseksi, ja talkoisiin ilmoitauduttiin ennakkoon Vello-järjestelmän kautta tai puhelimitse.

Talkoopäivä rakentui yhteisestä työnjaosta ja käytännön tehtävistä, kuten ruoanlaitosta, siivouksesta sekä piha- ja kausitöistä. Päivän aikana suunniteltiin ja valmistettiin yhdessä lounas, joka nautittiin yhteisen pöydän ääressä. Yhteinen ruokailu loi luontevia tilanteita kohtaamisille, keskustelulle ja yhdessä olemiselle. Samalla osallistujat harjoittelivat ruoanlaittoa ja muita arjen taitoja omien voimavarojensa mukaisesti. Ravitseva lämmin ateria tuki arjessa jaksamista tilanteissa, joissa säännöllinen ruokailu tai yhteinen ruokapöytä eivät muuten välttämättä toteudu.

Vuonna 2025 Lilla Karyllissa järjestettiin talkoita 244 päivänä, ja niihin osallistuttiin 1 964 kertaa. Meriemyssä talkoita järjestettiin 145 kertaa, ja osallistumiskertoja kertyi 599. Valoemyssä talkoita toteutui 37 kertaa, ja osallistumiskertoja kertyi 147.

Kohtaamispaikkoihin hakeutui vuoden aikana jatkuvasti uusia osallistujia itsenäisesti, läheisten tukemana tai ammattilaisten ohjaamina. Uudet osallistujat kohdattiin yksilöllisesti, ja heidän kiinnittymistään toimintaan tuettiin aktiivisesti. Tässä hyödynnettiin edelleen Kutsu-toimintamallia, jossa osallistujia tuetaan yksilötapaamisin, yhteydenpidolla ja ryhmiin saattamisella.

Fyysisiä kohtaamispaikkoja täydensi digitaalinen toiminta, joka mahdollisti osallistumisen myös niille, jotka eivät osallistuneet paikan päällä. Virtuaaliemyssä Discord-alustalla oli vuoden lopussa 241 jäsentä, ja viestejä kertyi vuoden aikana 115 048. Nuorten aikuisten Messissä!-Discordissa jäseniä oli 245 ja viestejä 2 583. Digitaalinen toiminta tarjosi ympärivuorokautisen mahdollisuuden vuorovaikutukseen ja yhteisöön kuulumisen kokemukseen.

Kokonaisuutena kohtaamispaikat ja talkootoiminta muodostivat rakenteen, jossa osallistuminen voi alkaa pienestä ja vahvistua vähitellen osallistumiseksi, tekemiseksi ja mukana olemiseksi.

## 3.2 Ryhmätoiminta

Ryhmätoiminta muodostaa Emyn toiminnan keskeisen ytimen. Toiminta rakentuu osallistujien tarpeista, toiveista ja elämäntilanteista sekä tarjoaa mahdollisuuksia yhdessä tekemiseen, osallisuuteen ja arjen rytmin vahvistamiseen.

Vuonna 2025 ryhmätoiminta toteutui laajana ja monimuotoisena kokonaisuutena. Toiminnassa järjestettiin yhteensä 76 eri ryhmää, ja kuukausittain mukana oli yli 60 säännöllisesti kokoontuvaa ryhmää. Ryhmät koontuivat viikoittain, joka toinen viikko tai kerran kuukaudessa. Toiminnasta viestittiin kuukausittain julkaistavalla ryhmäkalerilla, joka oli saatavilla Emyn verkkosivuilla ja kohtaamispaikoissa.

Ryhmiä toteutettiin eri puolilla Espoota muun muassa Lilla Karyllissa, Meriemyssä, Valoemysssä, Villa Apteekissa, Entressen kirjastossa, seurakuntien tiloissa sekä Espoon kaupungin liikuntatiloissa. Toimintaa vietiin aktiivisesti myös kohtaamispaikkojen ulkopuolelle, mikä toi sen lähemmäs osallistujien arkea.

Ryhmätoimintaa suunniteltiin ja kehitettiin tiiviissä yhteistyössä osallistujien kanssa. Uusia ryhmiä syntyi aloitteista, toiveista ja havainnoista, joita nousi esiin kuukausikokouksissa ja arjen kohtaamisissa. Toimintaa kehitettiin jatkuvasti myös yhteistyössä eri kumppaneiden kanssa. Vuoden aikana toteutettiin esimerkiksi Hyvän mielen ryhmä osana Diakoniatalo-kokeilua yhdessä Hyvä arki ry:n, diakonien ja Emyn vapaaehtoisten kanssa. Lisäksi yhteistyössä Hyvä Koti ry:n ja kirjaston kanssa toteutettiin Mielen hyvinvoinnin luova ryhmä, joka toi toimintaa uusiin ympäristöihin ja lähemmäs osallistujien arkea.

Ryhmätoiminta toteutui työntekijöiden, vapaaehtoisten, opiskelijoiden ja yhteistyökumppaneiden yhteisenä kokonaisuutena. Vapaaehtoisten rooli oli keskeinen, ja suuri osa ryhmistä toteutui heidän ohjaamana. Ryhmien ohjaaminen mahdollisti osallistujille aktiivisen roolin toiminnassa ja yhteisössä.

Keskustelu- ja vertaistukiryhmät tarjosivat turvallisen tilan kokemusten jakamiseen ja kuulluksi tulemiseen. Ryhmiä oli suunnattu muun muassa masennusta kokeville, ahdistuksesta toipuville, kaksisuuntaista mielialahäiriötä sairastaville, persoonallisuushäiriöitä kokeville sekä sateenkaari-ihmisille. Vuonna 2025 keskustelu- ja vertaistukiryhmiä toteutui 334 kertaa, ja niihin osallistuttiin 1 902 kertaa keskimäärin 5,7 osallistujan voimin. Säännöllinen kokoontuminen toi arkeen rytmiä ja mahdollisuuden jakaa kokemuksia muiden kanssa.

Liikuntaryhmät tarjosivat mahdollisuuden liikkua ilman suorituspaineita ja osallistua omien voimavarojen mukaisesti. Vuonna 2025 liikuntaryhmiä toteutui 426 kertaa, ja osallistumiskertoja kertyi 2 549 keskimäärin 6,0 osallistujan voimin. Ryhmävalikoima sisälsi muun muassa futsalia, jalkapalloa, salibandya, sulkapalloa, kuntosalia, vesiliikuntaa, joogaa, kävelyryhmiä, keilausta ja biljardia. Tuttu ympäristö, yhteisö ja ohjaajien tuki helpottivat osallistumista myös tilanteissa, joissa yksin liikkumaan lähteminen olisi ollut vaikeaa. Yhteinen liikkuminen loi yhteyttä myös tilanteissa, joissa puhuminen tuntui vaikealta.

Toiminnalliset ja luovat ryhmät tarjosivat mahdollisuuksia tekemiseen, kokeilemiseen ja luovaan ilmaisuun. Ryhmissä toteutettiin muun muassa keramiikkaa, mosaiikkityöskentelyä, kuvataidetta, musiikkia ja erilaisia kädentaitoja. Vuonna 2025 toiminta- ja harrasteryhmiä toteutui 425 kertaa, ja niihin osallistuttiin 2 451 kertaa keskimäärin 5,8 osallistujan voimin. Toiminta tarjosi mahdollisuuden kokeilla uusia asioita maksutta ja omassa tahdissa. Ryhmät mahdollistivat mielekkään tekemisen ilman suorituspaineita tai vahvaa sitoutumisen vaatimusta.

Etä- ja hybridiryhmät täydensivät ryhmätoiminnan kokonaisuutta ja laajensivat osallistumisen mahdollisuuksia erilaisissa elämäntilanteissa. Vuonna 2025 etäryhmiä toteutui 47 kertaa, ja niihin osallistuttiin 344 kertaa keskimäärin 7,3 osallistujan voimin. Hybridimuoto mahdollisti osallistumisen myös tilanteissa, joissa paikan päälle tuleminen ei ollut mahdollista.

Ryhmätoimintaan osallistuneet tilastoitiin ryhmien ohjaajien kirjausten perusteella, ja osallistajat olivat vakuutettu vapaaehtoisella ryhmä- ja tapaturmavakuutuksella. Tilastot kuvaavat toiminnan laajuutta, mutta toiminnan merkitys rakentui ennen kaikkea arjen kohtaamisissa, tekemisessä ja yhteyksissä toisiin ihmisiin.

Kokonaisuutena ryhmätoiminta tarjosi mahdollisuuksia mielekkääseen tekemiseen, uusiin ihmissuhteisiin ja mukana olemiseen.

### 3.3 Retket, tapahtumat ja leiritoiminta

Retket, tapahtumat ja leiritoiminta täydensivät Emyn ryhmätoimintaa tarjoamalla mahdollisuuksia yhteisiin kokemuksiin, ympäristön vaihtumiseen ja irrottautumiseen arjesta. Toiminta oli avointa kaikille kiinnostuneille, ja osallistujat olivat vakuutettu vapaaehtoisella ryhmä- ja tapaturmavakuutuksella.

Vuonna 2025 retkiä järjestettiin yhteensä 55 kertaa, ja niihin osallistuttiin 418 kertaa keskimäärin 7,6 osallistujan voimin. Retkitoiminta suuntautui monipuolisesti kulttuuri-, luonto- ja vapaa-ajan kohteisiin, kuten museoihin, konserttiharjoituksiin, liikuntatapahtumiin sekä lähiluontoon ja saaristoon.

Retket tarjosivat mahdollisuuden irrottautua arjesta ja osallistua yhteisiin kokemuksiin ympäristöissä, joissa vuorovaikutus syntyi luontevasti ilman vaatimusta aktiiviseen osallistumiseen. Retkitoiminta toteutui pääosin vapaaehtoisten suunnittelemana ja ohjaamana, mikä vahvisti osallistujien roolia toiminnan toteuttajina.

Emy järjesti vuoden aikana 14 omaa tapahtumaa, joihin osallistuttiin yhteensä 538 kertaa keskimäärin 38,4 osallistujan voimin. Tapahtumat sisälsivät vuodenkiertoon liittyviä juhlia, yhteisöllisiä tilaisuuksia sekä yhdistyksen 40-vuotisjuhlavuoden tapahtumia. Monelle ne tarjosivat tärkeän mahdollisuuden viettää juhlapäiviä yhdessä muiden kanssa tilanteissa, joissa omaa perhettä tai läheisverkostoa ei ollut ympärillä. Tilaisuudet vahvistivat kokemusta siitä, että kuuluu muiden joukkoon.

Yhteistyössä eri toimijoiden kanssa toteutettiin lisäksi yhdeksän tapahtumaa, joihin osallistuttiin yhteensä 563 kertaa keskimäärin 62,6 osallistujan voimin. Tapahtumat lisäsivät toiminnan näkyvyyttä, tavoittivat uusia osallistujia ja vahvistivat yhteistyötä alueen eri toimijoiden välillä. Samalla ne vahvistivat Emyn roolia osana alueellista yhteisöllistä mielenterveystyötä.

Leiritoiminta tarjosi mahdollisuuden pidempikestoiseen osallistumiseen ja irrottautumiseen arjen kuormituksesta. Vuonna 2025 järjestettiin viisi yön yli -leiriä, joiden yhteenlaskettu kesto oli 20 päivää ja joihin osallistui yhteensä 96 henkilöä. Leirit toteutuivat eri vuodenaikoina ja eri kohderyhmille, mukaan lukien nuorille aikuisille suunnattu leiri. Ohjelma sisälsi mielenterveystyötä ja hyvinvointia tukevaa toimintaa, kuten ulkoilua, luovaa tekemistä, yhdessäoloa ja kevyttä ohjattua toimintaa.

Pitkäkestoinen yhdessäolo mahdollisti rauhoittumisen, syvemmän vuorovaikutuksen ja kokemuksen kannattavasta yhteisöstä. Monelle osallistujalle leirit tarjosivat harvinaisen mahdollisuuden viettää aikaa ympäristössä, jossa ei tarvinnut suorittaa, pärjätä yksin tai jäädä ulkopuolelle.

Monelle osallistujalle retket, tapahtumat ja leirit olivat ainoita mahdollisuuksia osallistua vastaavaan toimintaan tilanteissa, joissa taloudelliset, sosiaaliset tai toimintakykyyn liittyvät haasteet olisivat muuten estäneet osallistumisen. Kokemukset jäivät usein tukemaan arkea myös toiminnan ulkopuolella.

Retkien, tapahtumien ja leirien tarkempi erittely on esitetty liitteessä 1.

### 3.4 Tuu messiin! -nuorten aikuisten (18-32-v.) toiminta

Nuorten aikuisten Tuu messiin! -toiminta jatkoi 18-32-vuotiaiden toiminnan kehittämistä ja nuorten aikuisten osallistamista osana perustoimintaa. Erityisesti toimitaan heidän kanssaan, joilla on kokemusta mielenterveys- ja/tai päihdeongelmista tai jotka ovat sosiaalisesti eristäytyneitä. Toiminnassa jatkettiin hankkeessa jo hyväksi havaittua tapaa osallistaa nuoria aikuisia toimintaan ja sen järjestämiseen. Vuonna 2025 toimintaa oli tarjolla sekä lähi- että etämuodossa.

Olotilat jatkuivat tutuilla paikoillaan: maanantaina pidettiin Ohjaamotalon Olotila ja keskiviikon, torstain ja perjantain Olotilat olivat Valoemyssä, Olarissa. Olotiloissa osallistujien on mahdollista viettää aikaa uusien tai jo tuttujen ihmisten kanssa, luoda uusia sosiaalisia kontakteja turvallisessa ympäristössä, pelailla lautapelejä tai toteuttaa itseään erilaisissa teemapäivissä, joita vapaaehtoiset ja toiminnanohjaaja järjestävät. Olotiloissa oli vuoden 2025 aikana teemakertojen lisäksi tarjolla myös monenlaisia roolipelejä. Keskiviikkona pelattiin Dungeons & Dragons -peliä, ja torstaisin vuoroviikoin Call of Cthulhua ja Cyberpunk 2020 -pelejä. Roolipelien suosio on kasvanut edellisvuodesta. Roolipelejä ohjasivat vapaaehtoiset.

Vuonna 2025 toiminnanohjaaja ja vapaaehtoiset kehittivät yhdessä Olotilan teemakerroista hieman erilaisia. Toiminnanohjaaja piti yhden teemakerran kuussa ja vapaaehtoiset pitivät 2-3. Vakiopaikoillaan olleista teemakerroista luovuttiin ja tilalle otettiin dynaamisia uusia teemoja, kuten esimerkiksi Power-Point-teemailta, karaokea, leivontaa tai ruoanlaittoa. Teemakertojen tarkoitus on tarjota mahdollisuus toteuttaa itseään tai tuoda omia mielenkiinnon kohteita osaksi vapaaehtoistyötä, sekä tarjota osallistujille

mahdollisuus erilaisiin ohjatumpiin toimintoihin. Ohjaamon ja Valoemyn Olotiloihin osallistuttiin vuoden 2025 aikana 2 424 kertaa.

Ryhmätoiminta jatkui enimmäkseen muuttumattomana edellisvuodesta. Uutena lähiryhmänä aloitti syksyllä Läksykerho, joka oli jo pidemmän aikaa kokoontunut epävirallisesti neuvotteluhuoneeseen. Muutoin lähtötoiminta pysyi ryhmien osalta samana: taideryhmä pidettiin joka toinen viikko tiistaina Yhteisöotalolla ja nuorten aikuisten kuntosalivuoro joka tiistai Leppävaaran urheiluhallilla. Etätoiminta pysyi myös samana, eli maanantain Roperyhmä jatkoi Vampire: the Masqueraden pelamista tutulla paikallaan maanantaina illassa, samoin keskiviikon Keskusteluryhmä. Keskusteluryhmässä nousi vuoden 2025 aikana paljon enemmän esille yhteiskunnallisia teemoja, osallistujien oma jaksaminen ja yhteiskunnan muutos. Nuorten aikuisten ryhmätoimintaan osallistuttiin yhteensä 602 kertaa viime vuonna.

Kohtaamispaikkatoiminnan ja ryhmien lisäksi Tuu messiin! -toiminnassa järjestettiin myös yön yli kestävä Yötila, jossa osallistujat saivat halutessaan yöpyä kohtaamispaikka Valoemysssä. Yötilan konsepti on hieman samanlainen kuin Yökoulussa, eli mahdollisuus tarjota osallistujille hieman pidempää vuorovaikutusta keskenään. Kesällä järjestettiin myös tuttu kesäleiri Stora Blindsundin saarella. Leirillä saunottiin, tehtiin ruokaa, uitiin, askarreltiin, pelattiin lautapelejä ja vietettiin aikaa yhdessä. Yötilaan osallistui 18 nuorta ja kesäleirille 14.

Vuoden 2025 aikana nuorten aikuisten eri toimintoihin osallistuttiin yhteensä 3 040 kertaa. Yksittäisiä uniikkeja osallistujia oli lähtötoiminnassa 222 ja etätoiminnassa 245. Uusia osallistujia oli 161.

### 3.5 Kutsu-toiminta ja yksinäisten tavoittaminen

Kutsu-toiminta on Emyn toimintamalli, jonka tavoitteena on tavoittaa yksinäisyyttä, sosiaalista eristäytymistä sekä mielenterveys- ja päihdehaasteita kokevia henkilöitä ja tukea yhteyden löytymistä toisiin ihmisiin ja yhteisöihin omalla tavalla ja omassa tahdissa. Toiminta perustuu ymmärrykseen siitä, että kaikkein yksinäisimmät tai pitkään eristäytyneet ihmiset eivät usein löydä yhteisöihin tai palveluihin ilman henkilökohtaista kohtaamista, rinnalla kulkemista ja turvallista kutsua mukaan.

Kutsu-toiminta rakentui tiiviissä yhteistyössä eri verkostotoimijoiden kanssa. Yhteistyötä tehtiin muun muassa hyvinvointialueen palveluiden, psykiatrian, sosiaalipalveluiden, Ohjaamon, seurakuntien sekä muiden järjestötoimijoiden kanssa. Psykiatrian työntekijät, sosiaaliohjaajat ja muut verkostojen ammattilaiset ohjasivat osallistujia Emyn toimintaan sekä osallistuivat tarvittaessa ensimmäisiin tapaamisiin yhdessä osallistujan ja Emyn työntekijän kanssa. Yhteistyö mahdollisti turvallisen siirtymän palveluista yhteisölliseen toimintaan ja vahvasti kokemusta siitä, että uuden yhteisön äärelle voi tulla rauhassa toisen ihmisen tukemana.

Ensimmäinen kohtaaminen toteutui tilanteesta riippuen Emyssä, yhteistyökumppanin tiloissa tai kolmikantatapaamisena, jossa mukana olivat osallistuja, verkoston työntekijä sekä Emyn työntekijä. Toimintamalli mahdollisti joustavan yhteistyön palvelujärjestelmän ja yhteisöllisen toiminnan välillä sekä tuki ihmisten kiinnittymistä yhteisöön omaan tilanteeseensa sopivalla tavalla.

Vuonna 2025 Kutsu-toiminnan tavoitteena oli tavoittaa 100 uutta 29-65-vuotiasta yksinäisyyttä kokevaa mielenterveys- ja/tai päihdehaasteita kohdannutta espoolaista. Tavoite saavutettiin, ja mukaan toimintaan löydettiin yhteensä 100 henkilöä. Jokainen heistä tavattiin henkilökohtaisesti vähintään kerran. Yksilötapaamisia toteutui vuoden aikana yhteensä 126, joista 31 toteutui kolmikantatapaamisina yhdessä yhteistyöverkoston työntekijän ja osallistujan kanssa.

Kutsutapaamisten keskiössä oli osallistujan vahvuuksien, voimavarojen ja kiinnostuksenkohteiden tunnistaminen sekä turvallisen mukana olemisen rakentaminen juuri kyseisen henkilön tilanteeseen sopivalla tavalla. Toiminnassa pyrittiin löytämään mielekkäitä ja omia kiinnostuksenkohteita vastaavia väyliä tulla mukaan Emyn toimintaan, kuten ryhmiin, kohtaamispaikkatoimintaan, retkille, tapahtumiin tai vapaaehtoistoimintaan.

Mukana oleminen rakentui jokaisen omassa tahdissa ja omien tavoitteiden pohjalta. Joillekin ensimmäinen askel oli rauhallinen tutustuminen kohtaamispaikkaan, toisille yhteinen osallistuminen ryhmään tai tapahtumaan työntekijän tai vapaaehtoisen tukemana. Monelle ensimmäinen käynti tarkoitti aluksi vain lyhyttä piipahtamista ovella, kupillista kahvia muiden lähellä tai hetkeä, jossa sai tulla paikalle ilman odotuksia ja suorituspaineita.

Kutsu-toiminnassa ihmisiä ei nähdä pelkästään tuen tarvisijoina, vaan ihmisinä, joilla on omia vahvuuksia, osaamista, kokemusta ja mahdollisuuksia löytää aktiivinen rooli yhteisössä. Mikäli osallistujalla heräsi kiin-

nostus vapaaehtoistoimintaan tai uuden toiminnan kehittämiseen, pyrittiin yhdessä löytämään siihen sopivia mahdollisuuksia. Toiminnassa voitiin myös luoda uusia osallistumisen tapoja osallistujien omien kiinnostuksenkohteiden pohjalta.

Viime vuosina osallistujien elämäntilanteet ja kuormittuneisuus ovat monin tavoin vaikeutuneet. Monelle jo kotoa lähteminen, uusiin ihmisiin tutustuminen tai ryhmätilanteisiin osallistuminen voi tuntua erittäin kuormittavalta myös tuettuna. Tämän vuoksi mukaan lähteminen voi vaatia aikaa, useampia kohtaamisia ja kokemuksen siitä, että mukaan saa tulla omassa tahdissa ilman painetta valmiista sosiaalisista taidoista tai aktiivisesta mukana olemisesta.

Ensikohtaaminen voi silti muodostua merkitykselliseksi ja pitkälle eteenpäin kantavaksi kokemukseksi. Osa osallistujista on ottanut uudelleen yhteyttä vasta vuoden tai kahden kuluttua tilanteessa, jossa oma vointi ja voimavarat ovat vahvistuneet riittävästi toimintaan osallistumisen mahdollistamiseksi. Mukaan myöhemmin kiinnittyneet osallistujat ovat kuvanneet jälkeenpäin, että toiminta on vastannut juuri siihen tarpeeseen, joka heidän elämässään olisi ollut olemassa jo aiemmin.

Yhteys toisiin ihmisiin voi alkaa vahvistua jo ennen varsinaista mukana olemista.

Monelle pitkään yksin olleelle jo ensimmäinen saapuminen uuteen paikkaan voi vaatia huomattavaa rohkeutta. Tämän vuoksi toiminnassa korostuvat kiireettömyys, hyväksyvä kohtaaminen ja mahdollisuus tulla mukaan ilman suorituspainetta tai vaatimusta valmiista sosiaalisista taidoista. Ajan myötä satunnaisista käynneistä voi muodostua säännöllistä mukana olemista, uusia ihmissuhteita ja kokemus siitä, että omalle paikalle yhteisössä on tilaa.

Kutsu-toimintaa täydensivät ystäväryhmät, joiden tavoitteena oli vahvistaa osallistujien keskinäisiä yhteyksiä ja madaltaa kynnystä sosiaaliseen vuorovaikutukseen. Vuonna 2025 ystäväryhmiä toteutui kolme, ja niissä oli mukana yhteensä 46 henkilöä. Ryhmät kokoontuivat vuoden aikana 108 kertaa, ja kohtaamiskertoja kertyi yhteensä 608 keskimäärin 5,6 osallistujan voimin. Ryhmät tarjosivat turvallisen ympäristön tutustua muihin samankaltaisessa elämäntilanteessa oleviin ihmisiin ja löytää yhteyttä rauhassa omien voimavarojen mukaisesti. Toiminnan pitkäjänteisyys mahdollisti myös ystävyysuhteiden, yhteisen tekemisen ja yhteydenpidon syntymisen Emyn toiminnan ulkopuolella.

Kutsu-toiminnan merkitys näkyy erityisesti siinä, että yhteisöön mukaan tuleminen mahdollistuu myös ihmisille, joiden elämässä sosiaaliset suhteet ovat vähentyneet tai katkenneet kokonaan. Monelle osallistujalle Emy muodostaa ensimmäisen tai ainoan yhteisön, jossa voi tulla kohdatuksi omana itsenään ilman leimautumisen kokemusta. Yhteisöön kiinnittyminen voi näkyä arjen rytmin vahvistumisena, lisääntyneenä uskalluksena osallistua toimintaan, uusina ihmissuhteina sekä kokemuksena siitä, että oma läsnäolo ja oma panos ovat merkityksellisiä.

Yksinäisyys ja sosiaalinen eristäytyminen ovat viime vuosina lisääntyneet yhteiskunnallisina ilmiöinä, ja niiden vaikutukset näkyvät sekä mielenterveydessä että arjen toimintakyvyssä. Kutsu-toiminta vastaa tähän tarpeeseen tarjoamalla matalan kynnyksen väylän yhteisöön tilanteissa, joissa yksin liikkeelle lähteminen olisi monelle liian vaikeaa. Vähitellen yksittäisistä kohtaamisista voi syntyä arjen rytmiä, uusia ihmissuhteita ja kokemus siitä, että kuuluu yhteisöön ja on osa jotakin itselle merkityksellistä.

### 3.6 Mielen hyvinvointia vahvistava koulutus- ja luentotoiminta

Emyn koulutus- ja luentotoiminnan tavoitteena on vahvistaa osallistujien mielenterveysosaamista, osallisuutta ja arjen voimavaroja tarjoamalla ymmärrettävää, saavutettavaa ja käytännönläheistä tietoa mielenterveyteen, hyvinvointiin ja elämänhallintaan liittyvistä teemoista. Toiminta perustuu ajatukseen siitä, että oman voinnin ymmärtäminen, uuden oppiminen ja yhteinen keskustelu voivat vahvistaa toivoa sekä auttaa löytämään omaa arkea tukevia voimavaroja, näkökulmia ja tapoja selviytyä kuormittavista elämäntilanteista. Emyn toiminnan lähtökohdana on ajatus siitä, että mielen hyvinvointi kuuluu kaikille ja että sitä voidaan vahvistaa yhdessä toisten ihmisten kanssa osana tavallista arkea ja yhteisöä.

Koulutus- ja luentotoiminta toteutui osana Emyn matalan kynnyksen toimintaa, ja osallistuminen oli avointa kaikille kiinnostuneille. Vuonna 2025 Emy järjesti yhteensä 19 koulutusta, kurssia ja työpajaa, joissa toteutui 110 kohtaamiskertaa. Toimintaan osallistui yhteensä 83 henkilöä. Saadun palautteen perusteella mielenterveyttä, jaksamista ja arjen voimavaroja käsittelevälle tiedolle on suuri tarve. Mielen hyvinvoinnin teemaluennot, työpajat ja ruokakurssit toteutuivat pitkälti osallistujien omista toiveista ja ideoista käsin. Toimintaa kehitettiin yhdessä kävijöiden kanssa heidän kiinnostuksen kohteidensa, tarpeidensa ja arjessa esiin nousseiden teemojen pohjalta. Myös vapaaehtoiset osallistuivat aktiivisesti toimintojen suunnitteluun ja toteuttamiseen. Moni osallistuja kuvasi, ettei vastaavanlaista helposti ymmärrettävää ja

käytännönläheistä tietoa ole ollut aiemmin helposti saavutettavissa. Osa kertoi myös, ettei olisi hakeutunut koulutuksiin ilman Emyn tarjoamaa turvallista ja helposti lähestyttävää ympäristöä.

Vuoden 2025 aikana järjestettiin nuorille aikuisille kaksipäiväinen Mielen terveyden ensiapu® 2 -koulutus (2 x 7 h), johon osallistui kahdeksan henkilöä. Koulutuksessa käsiteltiin mielen terveyden haasteita, kuormittavia elämäntilanteita, selviytymiskeinoja ja mielen hyvinvointia tukevia toimintatapoja. Erityisen merkittäviksi muodostuivat yhteiset keskustelut ja kokemusten jakaminen, joiden kautta osallistujille vahvistui ymmärrys siitä, että hyväksyvä inhimillinen läsnäolo, kuunteleminen ja rinnalla oleminen ovat jo itsessään merkittävää mielen terveyden tukea. Monelle osallistujalle oli tärkeä oivallus, ettei vaikeiden kokemusten kanssa tarvitse jäädä yksin ja ettei toisen ihmisen tukeminen aina edellytä mielen terveysalan ammattilaisuutta.

Yhteistyössä Uudenmaan Marttojen kanssa toteutettiin kuusi ruokakurssia, joihin osallistui yhteensä 27 henkilöä. Kurssit yhdistivät ruoanlaiton, yhdessä tekemisen ja uuden oppimisen luontevaksi kokonaisuudeksi. Ruokakurssit toteutuivat osallistujien toiveista syntyneinä makumatkoina eri maiden ruokakulttuurireihin, ja niiden kautta osallistujat pääsivät tutustumaan uusiin makuihin, ruokiin ja kulttuureihin matalalla kynnyksellä yhdessä muiden kanssa. Yhdessä valmistettu ruoka, yhteinen tekeminen ja jaetut kokemukset loivat lämpimän ympäristön, jossa vuorovaikutus syntyi luontevasti arjen tekemisen kautta. Samalla osallistujat pääsivät harjoittelemaan ruoanlaittoa ja muita arjen taitoja sekä saivat kokemuksia yhdessä onnistumisesta ja omasta pystyvyydestä. Monelle yhteinen ruokapöytä tarjosi tärkeän kokemuksen yhteydestä, osallisuudesta ja siitä, ettei arkea tarvitse rakentaa yksin.

Vuoden aikana järjestettiin lisäksi seksuaaliterveysluento, mediatyöpaja sekä luontokävelyoppaan kehittämistyöpaja. Toiminnan tavoitteena oli tarjota osallistujille mahdollisuuksia oppia uutta, käsitellä omaan elämään liittyviä teemoja turvallisesti sekä löytää uusia kiinnostuksen kohteita ja tapoja tulla mukaan yhteiseen toimintaan. Työpajat ja luennot mahdollistivat mukana olemisen myös henkilöille, joille perinteinen ryhmämuotoinen toiminta tai suoraan keskusteluun perustuva osallistuminen voi tuntua haastavalta.

Mielen hyvinvointia tukevia teemoja käsiteltiin myös osana muuta ryhmätoimintaa. Kirjastossa toteutetussa Mielen hyvinvoinnin luovassa ryhmässä sekä Diakoniatalolla järjestetyssä Hyvän mielen ryhmässä yhdistyivät keskustelu, luova toiminta ja hyvinvointia vahvistavien teemojen käsittely. Ryhmissä käsiteltiin esimerkiksi arjen jaksamista, tunteita, vuorovaikutusta, omia voimavaroja ja palautumista. Luova ja osallistava työskentelytapa mahdollisti asioiden käsittelyn myös silloin, kun omien kokemusten sanoittaminen tuntuu vaikealta.

Erityisen merkittäväksi muodostui aivojen plastisuutta käsittelevä Toivon näkökulmia -lääkäriluento, joka kokosi yhteen 25 osallistujaa ja herätti paljon kiinnostusta ja keskustelua. Luento toi esiin näkökulmaa siitä, että ihmisen mieli, hermosto ja toimintakyky voivat muuttua ja vahvistua läpi elämän. Monelle osallistujalle tieto aivojen muovautuvuudesta ja toipumisen mahdollisuuksista vahvisti toivoa tilanteissa, joissa oma vointi tai elämäntilanne oli voinut pitkään tuntua pysähtyneeltä tai muuttumattomalta.

Emyn koulutus- ja luentotoiminnan erityispiirteinä on asiantuntijatiedon, vertaistiedon ja yhteisöllisen oppimisen yhdistyminen. Toiminta ei rakentunut yksisuuntaiselle tiedon välittämiselle, vaan yhteiselle keskustelulle, kokemusten jakamiselle ja mahdollisuudelle pohtia kuulemaansa suhteessa omaan elämään turvallisessa ympäristössä. Samalla vahvistui ymmärrys siitä, että mielen terveyden haasteista voidaan puhua avoimesti, turvallisesti ja ilman leimautumisen kokemusta.

Koulutus- ja luentotoiminta vahvisti mielen hyvinvointia tarjoamalla tietoa, toivoa, konkreettisia arjen välineitä ja mahdollisuuksia yhteiseen oppimiseen. Monelle toiminta avasi uusia näkökulmia omaan elämäntilanteeseen sekä vahvisti kokemusta siitä, ettei vaikeiden kokemusten kanssa tarvitse jäädä yksin.

### 3.7 Arjen osallisuutta ja osallistumista tukeva toiminta

Emyn kohtaamispaikoissa tarjottiin matalan kynnyksen mahdollisuuksia osallistumiseen, yhteisöllisyyteen ja arjessa selviytymisen tukemiseen. Toiminnan tavoitteena oli vahvistaa osallisuutta, yhteyttä muihin ihmisiin sekä kokemusta siitä, että yhteisöön voi tulla omana itsenään ilman suorituspainetta. Kohtaamispaikoissa oli tarjolla hyvin edullista kahvia, teetä, kaakaota ja pullaa sekä maksutta kaikkien luettavissa päivän Helsingin Sanomat ja muita lehtiä. Monelle jo mahdollisuus viettää aikaa turvallisessa ympäristössä, juoda kahvia yhdessä muiden kanssa ja olla osa tavallista arkea muodosti tärkeän osan hyvinvointia tukevaa yhteisöllisyyttä.

Osallistujien käytössä olivat tietokoneet, langaton internetyhteys, kopiokoneet ja tulostimet. Tarvittaessa osallistujat saivat tukea asioiden hoitamiseen, digiasointiin ja tietokoneen käyttöön. Kannettavan tietokoneen tai tabletin sai myös lainaksi. Kohtaamispaikoissa oli lisäksi mahdollisuus lainata verenpainemittaria ja saada ohjausta sen käyttöön. Pieniltä tuntuvat arjen asiat muodostuivat monelle merkittäväksi tueksi tilanteissa, joissa omat voimavarat, taloudellinen tilanne tai yksinäisyys vaikeuttivat arjessa selviytymistä.

Lilla Karyllissa oli lisäksi hyvin varustettu musiikkihuone, jossa eri kokoonpanot harjoittelivat vuoden aikana aktiivisesti. Musiikkihuone mahdollisti yhdessä soittamisen, harjoittelun ja luovan tekemisen sekä tarjosi tilan, jossa omia kiinnostuksenkohteita pystyi toteuttamaan osana yhteisöä. Monelle musiikki tarjosi luontevan tavan kohdata muita ihmisiä, ilmaista itseään ja rakentaa yhteyttä yhteisen tekemisen kautta.

Emy oli mukana Espoon Kaikukortti-verkostossa, jonka kautta taloudellisesti tiukassa tilanteessa olevat osallistujat voivat saada Kaikukortin kulttuuriin osallistumisen tueksi. Kaikukortilla voi hankkia maksuttomia pääsylippuja ja kurssipaikkoja verkoston kulttuurikohteisiin. Vuonna 2025 Emy myönsi tai uusi Kaikukortin 175 henkilölle.

Emy kokosi kuukausittain yli 30-sivuisen Kaikukortti-listauksen alueen maksuttomista kulttuuritapahtumista ja jakoi sen koko Länsi-Uudenmaan Kaikukortti-yhteistyöverkoston käyttöön. Listaus julkaistiin myös Emy verkkosivuilla. Listauksesta muodostui merkittävä käytännön työkalu Kaikukortin hyödyntämiseen tilanteessa, jossa verkoston kulttuuritarjonta rakentuu useiden yksittäisten kulttuuritoimijoiden tapahtumista eikä vastaavaa koottua tapahtumakalenteria ollut muiden toimijoiden kautta saatavilla. Emy aloitti listauksen kokoamisen alun perin Kaikukorttiryhmän tarpeisiin, koska moni osallistuja koki tapahtumien etsimisen, vaihtoehtojen hahmottamisen tai yksin liikkeelle lähtemisen vaikeaksi.

Kaikukorttiryhmä kokoontui kerran kuukaudessa. Ryhmässä käytiin yhdessä läpi tulevia tapahtumia, tutustuttiin kulttuuritarjontaan ja mahdollistettiin kulttuurikaverin löytäminen tilanteissa, joissa yksin lähteminen voi tuntua vaikealta. Kaikukorttiryhmä kokoontui vuoden aikana 11 kertaa, ja kohtaamiskertoja kertyi 106, keskimäärin 9,6 osallistujaa per kerta. Vapaaehtoisen kulttuurikaverin kanssa oli mahdollista sopia myös yksilö- ja ryhmäkäyntejä kulttuuritapahtumiin.

Työntekijät tarjosivat päivittäin matalan kynnyksen psykososiaalista tukea puheluiden, viestien sekä arjen kohtaamisten kautta kohtaamispaikoissa ja ryhmissä. Näitä arjen tukikohtaamisia ei käytännön syistä tilastoitu. Varsinaisia pidempiä tukikeskusteluja työntekijöiden kanssa toteutui vuoden aikana 236 kertaa (2024: 188). Keskustelut liittyivät esimerkiksi arjen kuormitukseen, yksinäisyyteen, elämäntilanteisiin sekä osallistumisen ja palveluihin kiinnittymisen tukemiseen.

Lisäksi terapeuttiharjoittelijat tarjosivat osallistujille maksutonta keskustelutukea yhteensä 516 kertaa (2024: 352). Terapeuttiharjoittelijoiden tarjoama tuki mahdollisti osallistujille pidempikestoisemman keskusteluavun matalalla kynnyksellä tilanteissa, joissa oma elämäntilanne, psyykinen kuormittuneisuus tai yksinäisyys lisäsivät tuen tarvetta. Keskustelutuki täydensi Emy yhteisöllistä toimintaa ja mahdollisti yksilöllisemmän tuen tarjoamisen ilman raskaita palveluprosesseja tai pitkiä odotusaikoja.

Osallistujia ohjattiin tarvittaessa myös muiden maksuttomien tai edullisten kuntoutumista, hyvinvointia ja arjessa selviytymistä tukevien palveluiden ja toimintojen pariin.

Kokonaisuutena toiminta rakensi matalan kynnyksen ympäristöä, jossa osallistuminen mahdollistui myös tilanteissa, joissa taloudellinen tilanne, yksinäisyys, psyykinen kuormittuneisuus tai arjen haasteet vaikeuttavat yhteiskuntaan, palveluihin tai yhteisöihin kiinnittymistä. Monelle kohtaamispaikka muodosti paikan, jossa sai tulla kohdatuksi, viettää aikaa muiden kanssa, saada tukea ja rakentaa vähitellen kokemusta siitä, että kuuluu osaksi yhteisöä.

## 4 TOIMINNAN TULOKSELLISUUS JA VAIKUTTAVUUS

Emyn toiminnan tuloksellisuutta ja vaikuttavuutta arvioitiin vuonna 2025 määrällisten ja laadullisten aineistojen avulla. Tuloksia tarkasteltiin erityisesti yksinäisyyden vähenemisen, osallisuuden vahvistumisen, psyykkisen hyvinvoinnin, yhteisöön kiinnittymisen sekä arjen mielekkyyden näkökulmista.

## 4.1 Tuloksellisuuden arviointi

Emyn toiminnan tuloksellisuutta arvioitiin suhteessa yhdistyksen tavoitteisiin, joissa keskeisiä näkökulmia olivat yksinäisyyden vähentäminen, osallisuuden vahvistaminen, psyykkisen hyvinvoinnin tukeminen, yhteisöön kiinnittyminen, toimijuuden ja vapaaehtoisuuden vahvistuminen sekä yhteistyörakenteiden ja mielenterveysosaamisen kehittäminen.

Arvioinnissa hyödynnettiin vuoden aikana kerättyjä kävijä-, ryhmä-, vapaaehtois- ja yhteistyökumppanikyseilyjä, toimintatilastointia sekä validoituja mittareita, kuten yksinäisyysmittaria, positiivisen mielenterveyden mittaria (SWEMWBS) ja THL:n osallisuusindikaattoria. Lisäksi arvioinnissa hyödynnettiin avoimien vastausten aineistolähtöistä sisällönanalyysia.

Tuloksia tarkasteltiin yksilö-, yhteisö- ja rakennetasoilla.

## 4.2 Yksinäisyyden väheneminen

Emyn toiminnan keskeinen tavoite on vähentää yksinäisyyttä ja vahvistaa yhteyttä toisiin ihmisiin. Vuoden 2025 yksinäisyysmittarin mukaan melko usein tai jatkuvasti itsensä yksinäiseksi koki 34,5 % vastaajista (n=374), kun vuonna 2024 vastaava osuus oli 29,5 % (n=386). Tulos osoittaa, että toiminta tavoittaa ihmisiä, joiden elämäntilanteisiin liittyy pitkäkestoista yksinäisyyttä ja sosiaalista eristäytymistä.

Samalla Emyn toiminnan yksinäisyyttä vähentävä vaikutus näkyi vahvasti osallistujien kokemuksissa. Vastaajista 83,2 % (n=369) koki Emyn vähentäneen heidän yksinäisyyttään (2024: 84,2 %, n=336). Lisäksi 77,7 % vastaajista (n=130) kertoi tutustuneensa uusiin ihmisiin toiminnan kautta, mikä kuvaa yhteisöllisen toiminnan merkitystä uusien sosiaalisten suhteiden rakentumisessa.

Nuorten aikuisten (18-32-vuotiaat) toiminnassa melko usein tai jatkuvasti itsensä yksinäiseksi koki 29,0 % vastaajista (n=58), kun vuonna 2024 vastaava osuus oli 37,7 % (n=97). Heistä 80,4 % (n=56) koki Emyn toiminnan vähentäneen heidän yksinäisyyttään.

Myös yhteistyökumppaneiden arvioissa toiminnan vaikutus näkyi vahvasti. Väittämään ”Emy on onnistunut vähentämään kohderyhmän yksinäisyyttä” 94,1 % yhteistyökumppaneista (n=34) arvioi onnistumisen olevan melko hyvin tai hyvin (ka. 4,6/5 asteikolla 1-5, jossa melko hyvin ja hyvin olivat asteikon korkeimmat vaihtoehdot).

Tulokset osoittavat, että Emy tavoittaa ihmisiä, joiden elämäntilanteisiin liittyy pitkäkestoista yksinäisyyttä ja sosiaalista eristäytymistä. Samalla toiminta vahvistaa yhteyttä toisiin ihmisiin ja tukee kokemusta siitä, ettei yksin tarvitse jäädä.

## 4.3 Positiivinen mielenterveys ja voimavarojen vahvistuminen

Positiivista mielenterveyttä mitattiin SWEMWBS-mittarilla (Short Warwick-Edinburgh Mental Wellbeing Scale), joka kuvaa koettua psyykkistä hyvinvointia.

Vuoden 2025 mittauksessa Emyn toimintaan osallistuneiden SWEMWBS-keskiarvo oli 22,35 (n=274), mikä säilyi samalla tasolla kuin vuonna 2024. Tulos osoittaa, että toiminta tavoittaa ihmisiä, joiden elämäntilanteisiin liittyy merkittävää psyykkistä kuormitusta.

FinSote 2019 -aineistossa aikuisväestön keskiarvo oli 24,2. Heikoimmaksi hyvinvoinnin kokivat työkyvyttömät (21,5) ja työttömät (22,1), joita myös suuri osa Emyn kohderyhmästä edustaa. Emyn toimintaan osallistuvien hyvinvoinnin taso oli hieman korkeampi kuin vastaavissa elämäntilanteissa olevilla ryhmillä keskimäärin. Tulokset osoittavat, että hyvinvointia voidaan vahvistaa myös tilanteissa, joissa elämäntilanne kuormittaa pitkäkestoisesti.

Nuorten aikuisten (18-32-vuotiaat) toiminnassa SWEMWBS-keskiarvo oli vuonna 2025 yhteensä 22,35 (n=57), kun vuonna 2024 vastaava tulos oli 21,13 (n=97). Nuorten aikuisten kokemus hyvinvoinnista vahvistui edellisvuoteen verrattuna.

Toiminnan mielen hyvinvointia ja arjessa jaksamista vahvistava vaikutus näkyi myös osallistujien kokemuksissa. Vastaajista 87,7 % (n=130) koki toimintaan osallistumisen lisänneen heidän voimavarojaan (ka.

4,3/5), ja 62,8 % (n=189) kertoi saaneensa toiminnasta jaksamista ja voimavaroja arkeen. Lisäksi 53,5 % vastaajista (n=161) koki saaneensa keinoja oman hyvinvointinsa vahvistamiseen.

Lisäksi 94,0 % vastaajista (n=134) koki tunteneensa itsensä tervetulleeksi toiminnassa (ka. 4,7/5), mikä kuvaa turvallisen ja hyväksyvän yhteisöilmapiirin merkitystä mielen hyvinvoinnin vahvistumisessa.

Osallistujapalautteissa toiminnan koettiin vahvistavan arjessa jaksamista, mielekästä tekemistä ja voimavaroja sekä lisäävän kokemusta rytmistä, merkityksellisyydestä ja yhteydestä toisiin ihmisiin.

Kokonaisuutena tulokset osoittavat, että Emyn toiminta vahvistaa hyvinvointia tarjoamalla yhteisön, mielekästä tekemistä ja kokemuksen siitä, että arki voi vähitellen rakentua vakaammalle pohjalle.

#### 4.4 Osallisuuden, vaikutusmahdollisuuksien ja toimijuuden vahvistuminen

Emyn toiminnan keskeisiin tavoitteisiin kuuluu osallisuuden, vaikutusmahdollisuuksien ja yhteisöllisen toimijuuden vahvistaminen. Osallisuutta arvioitiin osallisuusindikaattorilla, joka kuvaa kokemusta kuulumisesta, vaikutusmahdollisuuksista ja merkityksellisyydestä.

FinSote 2019 -aineistossa aikuisväestön osallisuusindikaattorin keskiarvo oli 75,2. Heikoimmaksi osallisuuden kokivat työttömät (61,3) ja työkyvyttömät (64,6), joita myös suuri osa Emyn kohderyhmästä edustaa. Emyn toimintaan osallistuneiden osallisuusindikaattorin keskiarvo oli vuonna 2025 yhteensä 70,35 (n=336), mikä säilyi samalla tasolla kuin edellisvuonna. Kohderyhmän elämäntilanteet huomioiden tulos on vahva ja osoittaa, että osallistujien kokemus osallisuudesta on korkeampi kuin vastaavissa elämäntilanteissa olevilla ryhmillä keskimäärin.

Kokemus osallisuuden vahvistumisesta näkyi myös osallistujien arvioissa toiminnan vaikutuksista. Väittämään ”Toimintaan osallistuminen lisäsi osallisuuden kokemustani” 94,2 % vastaajista (n=139) vastasi olevansa jokseenkin tai täysin samaa mieltä (ka. 4,5/5). Tulokset osoittavat, että mukana oleminen vahvistaa kokemusta kuulumisesta, vaikutusmahdollisuuksista ja siitä, että omalla läsnäololla ja toiminnalla on merkitystä.

Nuorten aikuisten (18-32-vuotiaat) toiminnassa osallisuusindikaattorin keskiarvo oli vuonna 2025 yhteensä 74,95 (n=57), kun vuonna 2024 vastaava tulos oli 71,46 (n=97). Nuorten aikuisten kokemus osallisuudesta vahvistui selvästi edellisvuodesta.

Osallisuus näkyi myös konkreettisina vaikutusmahdollisuuksina ja aktiivisena toimijuutena yhteisössä. Vuoden aikana toteutui 11 kuukausikokousta, joissa käsiteltiin yhteensä 131 aloitetta, joista 77 eteni toteutukseen vapaaehtoisten tai työntekijöiden tuella. Toimintaa kehitettiin jatkuvasti osallistujien, vapaaehtoisten ja yhteisön tarpeista nousevien ideoiden pohjalta.

Vuonna 2025 Emyssä toimi 155 vapaaehtoista, ja vapaaehtoistyötunteja kertyi yhteensä 10 400. Ryhmä-, retki- ja koulutuskokonaisuuksista 104/135 (77 %) toteutui vapaaehtoisten ohjaamana. Toiminta mahdollisti osallistujille aktiivisen roolin yhteisön rakentajina, vertaistoimijoina ja toiminnan kehittäjinä. Toimintavuoden aikana mukaan tuli myös 71 uutta vapaaehtoista, mikä kuvaa yhteisön vetovoimaa ja mahdollisuutta kasvaa osallistujasta aktiiviseksi toimijaksi.

Myös vapaaehtoistoimintaan osallistuneet kuvasivat toiminnan vahvistaneen osallisuutta ja merkityksellisyden kokemusta. Vapaaehtoiskyselyssä 88,2 % vastaajista koki vapaaehtoistoiminnan lisänneen heidän osallisuuttaan ja 82,4 % mielekästä tekemistä.

Yhteistyökumppaneiden arvioissa toiminnan osallisuutta vahvistava vaikutus näkyi erittäin vahvana. Väittämään ”Emy on onnistunut edistämään kohderyhmän osallisuutta” 97,1 % yhteistyökumppaneista (n=34) arvioi onnistumisen olevan melko hyvin tai hyvin (ka. 4,7/5 asteikolla 1-5, jossa melko hyvin ja hyvin olivat asteikon korkeimmat vaihtoehdot). Lisäksi 76,5 % yhteistyökumppaneista arvioi Emyn lisänneen kohderyhmän vaikutusmahdollisuuksia (ka. 4,1/5).

Osallistujat osallistuivat ryhmien suunnitteluun, toteuttivat omia ideoitaan, toimivat vapaaehtoisina ja rakensivat yhteisöä yhdessä muiden kanssa. Monelle tämä merkitsi kokemusta siitä, että omilla ajatuksilla, osaamisella ja toiminnalla voi olla merkitystä myös muille ihmisille.

Kokonaisuutena tulokset osoittavat, että Emyn toiminta vahvistaa osallisuutta, yhteisöllistä toimijuutta ja mahdollisuuksia vaikuttaa omaan elämään. Samalla toiminta tarjoaa mahdollisuuden siirtyä osallistujasta aktiiviseksi toimijaksi, yhteisön rakentajaksi ja vapaaehtoiseksi.

## 4.5 Mitä osallistujat ovat saaneet Emyn toiminnasta

Osallistujilta kysyttiin vuoden 2025 kävijäkyselyssä, mitä he ovat saaneet Emyn toiminnasta. Vastaukset kuvaavat konkreettisesti sitä, miten toiminnan vaikutukset näkyvät arjessa, hyvinvoinnissa, ihmissuhteissa ja kokemuksessa omasta merkityksellisyydestä. Kokonaisuudessaan vastaukset osoittavat, että Emyn toiminta vastaa erityisesti yksinäisyyteen, arjen mielekkyyden tarpeeseen, yhteisöön kuulumiseen sekä psyykkiseen kuormittuneisuuteen.

Monivalintakyselyyn vastanneista 82,7 % (n=249) kertoi saaneensa mielekästä tekemistä arkeen, 77,7 % (n=234) uusia sosiaalisia kontakteja ja 76,7 % (n=231) vaihtoehdon kotiin jäämiselle. Tulokset kuvaavat toiminnan merkitystä erityisesti tilanteissa, joissa yksinäisyys, arjen tyhjiys tai sosiaalisten kontaktien puute kaventavat elämämpiiriä. Mahdollisuus lähteä mukaan toimintaan, kohdata muita ihmisiä ja osallistua yhteiseen tekemiseen muodostaa monelle tärkeän syyn lähteä kodin ulkopuolelle sekä rakentaa arkeen mielekästä sisältöä, jatkuvuutta ja yhteyttä toisiin ihmisiin.

Jaksamista ja voimavaroja arkeen koki saaneensa 62,8 % vastaajista (n=189), vertaistukea 61,1 % (n=184) ja keinoja oman hyvinvointinsa vahvistamiseen 53,5 % (n=161). Lisäksi 44,9 % vastaajista (n=135) koki saaneensa psykososiaalista tukea ja 44,9 % sosiaalisia taitoja. Vastaukset osoittavat, että toiminta tukee hyvinvointia monin tavoin ja vahvistaa kokemusta siitä, että omassa elämäntilanteessa on mahdollista löytää voimavaroja, toivoa ja uusia näkökulmia.

Mahdollisuuden osallistua vapaaehtoistoimintaan koki saaneensa 31,9 % vastaajista (n=96) ja mahdollisuuden osallistua toiminnan kehittämiseen 22,3 % (n=67). Lisäksi 30,6 % vastaajista (n=92) koki saaneensa apua arjen haasteisiin ja 21,6 % arjen taitoja. Vastaukset kuvaavat sitä, että toiminta tarjoaa monille myös mahdollisuuden olla aktiivinen osa yhteisöä, käyttää omia vahvuuksiaan ja rakentaa kokemusta omasta merkityksellisyydestään.

Väyliä työelämään koki saaneensa 6,6 % vastaajista (n=20), polkuja opiskelemaan 4,7 % (n=14) ja apua asunnon saamiseen 3,0 % (n=9). Vaikka osuudet ovat pienempiä, ne osoittavat, että toiminnalla voi olla osallistujille myös pidempiaikaisia elämäntilanteita, opiskelua, työelämävalmiuksia ja arjessa selviytymistä tukevia vaikutuksia.

Nuorten aikuisten (18-32-vuotiaat) toiminnassa 88,3 % vastaajista (n=60) kertoi saaneensa mielekästä tekemistä arkeen ja vaihtoehdon kotiin jäämiselle. Lisäksi 78,3 % koki saaneensa uusia sosiaalisia kontakteja, 60,0 % psykososiaalista tukea, 58,3 % jaksamista ja 56,7 % sosiaalisia taitoja.

Avoimien vastausten aineistolähtöisessä sisällönanalyysissä keskeisiksi teemoiksi nousivat yhteisöllisyys, vertaistuki, arjen virkistyminen, mielekäs tekeminen ja sosiaaliset kontaktit. Nuorten aikuisten vastauksissa korostuivat lisäksi turvallinen ympäristö, yhteisöön kuuluminen, arjen rakenne, luovuus sekä mahdollisuus osallistua omana itsenään.

Kokonaisuutena vastaukset kuvaavat toiminnan vaikutuksia ennen kaikkea arjen tasolla: yhteytenä toisiin ihmisiin, mielekkäänä tekemisenä, vahvistavana hyvinvointina ja kokemuksena siitä, että kuuluu yhteisöön. Monelle osallistujalle toiminta muodostaa tärkeän osan arkea, sosiaalisia suhteita ja kokemusta siitä, että omalla läsnäololla, osallistumisella ja olemassaololla on merkitystä myös muille ihmisille.

## 4.6 Yksinäisten tavoittaminen ja toimintaan kiinnittyminen

Emyn toiminnan keskeisenä tavoitteena on tavoittaa erityisesti yksinäisyyttä, sosiaalista eristäytymistä ja osattomuutta kokevia ihmisiä sekä tukea heidän kiinnittymistään yhteisölliseen toimintaan. Vuonna 2025 uusia yksinäisiä henkilöitä tavoitettiin yhteensä 100, mikä vastasi toiminnalle asetettua tavoitetta.

Tavoitetuista henkilöistä 92 tavoitettiin Emyn Kutsu-toiminnan kautta ja lisäksi psykiatrian poliklinikan Kotoa liikkeelle -ryhmän tutustumiskäyntien kautta tavoitettiin 8 sosiaalisesti eristäytyneitä henkilöä. Tulokset osoittavat, että yhteistyö palvelujärjestelmän kanssa mahdollistaa myös niiden henkilöiden tavoittamisen, joille itsenäinen osallistuminen yhteisölliseen toimintaan voi olla vaikeaa. Otantaviikon kävijäkyselyssä 68 % vastaajista (n=88) kertoi ohjautuneensa toimintaan julkisen palvelujärjestelmän kautta, mikä kuvaa toiminnan vahvaa kiinnittymistä alueelliseen palveluverkostoon.

Nuorten aikuisten (18-32-vuotiaat) toiminnassa tavoitettiin vuoden aikana yhteensä 467 uniikkia osallistujaa, joista 222 osallistui lähitoimintaan ja 245 etätoimintaan Discord-yhteisössä. Lähitoiminnalle asetettu

tavoite (220) ylittyi. Uusia osallistujia nuorten toiminnassa oli yhteensä 161. Nuorten toimintaan osallistuneista osa siirtyi säännölliseen ryhmätoimintaan, vapaaehtoistoimintaan ja yhteisön aktiivisiksi jäseniksi.

Toimintaan kiinnittymistä tuettiin myös yksilöllisesti yhteistyössä verkostojen kanssa. Vuoden aikana toteutui 31 kolmikantaista tapaamista yhdessä osallistujan, yhteistyöverkoston työntekijän ja Emyn työntekijän kanssa. Toimintamalli tuki turvallista siirtymää palveluista yhteisölliseen toimintaan ja vahvasti osallistujien mahdollisuuksia löytää itselleen sopiva paikka yhteisössä.

Yksinäisten kiinnittymistä yhteisölliseen toimintaan vahvistettiin myös ystäväryhmä- ja kaveriporukkatoinnin avulla. Vuoden aikana toteutui kolme yksinäisille suunnattua ystäväryhmää, joissa oli mukana yhteensä 46 eri henkilöä. Ryhmäkertoja toteutui 108 ja kohtaamiskertoja 608. Lisäksi toiminnassa toteutui kaksi kaveriporukkaa.

Toimintaan osallistuminen muodostui monille pitkäkestoiseksi ja säännölliseksi osaksi arkea. Viikon otanta-kyselyssä 71,6 % vastaajista (n=88) osallistui toimintaan vähintään viikoittain ja 26,1 % (n=88) osallistui 3-4 kertaa viikossa. Keskimääräinen osallistumistiheys oli noin kaksi kertaa viikossa henkilöä kohden. Lisäksi 72 % vastaajista (n=87) oli osallistunut toimintaan yli kaksi vuotta ja 82 % (n=87) vähintään vuoden. Tulokset osoittavat, että toiminta tukee pitkäjänteistä yhteisöön kiinnittymistä ja vakiintuu monelle merkitykselliseksi osaksi arkea.

Otantaviikon kyselyn perusteella suuri osa toimintaan osallistuvista oli työelämän ulkopuolella. Vastaajista 72 % (n=86) oli työelämän ulkopuolella, joista 62 % pysyvästi eläkkeellä ja 10 % kuntoutustuella. Ikäkauma osoitti toiminnan kohdentuvan pääosin työikäisiin aikuisiin: 90 % vastaajista oli 18-65-vuotiaita (n=407). Ikäjakaumassa 18-24-vuotiaita vastaajista oli 2 %, 25-35-vuotiaita 14 %, 36-45-vuotiaita 17 %, 46-55-vuotiaita 29 % ja 56-65-vuotiaita 28 %.

Kokonaisuutena tulokset osoittavat, että Emyn toiminta tavoittaa yksinäisyyttä ja osattomuutta kokevia ihmisiä sekä tukee heidän mahdollisuuksiaan rakentaa pysyviä sosiaalisia suhteita, löytää mielekästä tekemistä ja kiinnittyä yhteisöön omana itsenään.

#### 4.7 Mielenterveysosaamisen vahvistuminen ja stigmaa vähentävä toiminta

Emyn toiminnan tavoitteena on vahvistaa mielenterveysosaamista, lisätä ymmärrystä mielenterveyden haasteista sekä vähentää mielenterveysongelmiin liittyvää stigmaa. Toimintavuonna stigmaa liudennettiin koulutuksen, avoimen keskustelun, kokemusperustaisen toiminnan ja yhteisöllisten kohtaamisten kautta.

Väittämään ”Emyn toiminta on vähentänyt mielenterveysongelmiin ja -kuntoutujiin liittyvää stigmaa” 75,6 % vastaajista (n=271) vastasi olevansa jokseenkin tai täysin samaa mieltä (ka. 4,0/5). Tulokset osoittavat, että toiminta vahvistaa ymmärrystä mielenterveyden haasteista ja lisää hyväksyvää suhtautumista mielenterveysongelmia kohdanneita kohtaan.

Yhteistyökumppaneiden arvioissa toiminnan stigmaa vähentävä vaikutus näkyi vahvasti. Väittämään ”Emy on onnistunut herättämään ymmärrystä mielenterveysongelmia kohdanneita kohtaan” 91,2 % yhteistyökumppaneista (n=34) arvioi onnistumisen olevan melko hyvin tai hyvin (ka. 4,5/5 asteikolla 1-5, jossa melko hyvin ja hyvin olivat asteikon korkeimmat vaihtoehdot).

Vuoden aikana toteutettiin Mielenterveyden ensiapu 2 (MTEA2) -koulutus nuorille aikuisille. Lisäksi mielenterveysosaamista vahvistettiin luentojen, Hyvän mielen -ryhmien, keskustelujen ja kokemusperustaisen vaikuttamistoiminnan kautta. Diakoniatalolla ja kirjastoympäristöissä toteutetut ryhmät ja kohtaamiset toivat mielenterveyden ja mielen hyvinvoinnin osaksi tavallista arkea sekä vahvistivat mielenterveydestä käytävää avointa keskustelua.

Psykiatrisissa yksiköissä toteutettiin vuoden aikana 38 Emyn esittelyä ja 16 pop up -tilaisuutta, joissa taivotettiin yhteensä 555 henkilöä. Toiminnassa oli mukana myös mielenterveyskokemukseen perustuvia vapaaehtoisia, joiden kokemustieto teki näkyväksi toipumisen mahdollisuuksia ja vahvasti ymmärrystä siitä, että mielenterveyden haasteiden kanssa on mahdollista elää merkityksellistä elämää ja osallistua yhteisöön omana itsenään.

Avoimissa palautteissa korostuivat turvallinen ilmapiiri, hyväksytyksi tulemisen kokemus sekä mahdollisuus osallistua yhteisöön ilman leimautumisen pelkoa. Toiminta teki mielenterveydestä ja hyvinvoinnista avoimemman ja helpommin lähestyttävän keskustelun aiheen.

Kokonaisuutena tulokset osoittavat, että Emyn toiminta vahvistaa mielenterveysosaamista, lisää ymmärrystä mielenterveyden haasteista ja rakentaa yhteisöllistä kulttuuria, jossa ihmisellä on mahdollisuus tulla kohdatuksi arvokkaana omana itsenään.

#### 4.8 Yhteistyöverkoston näkemykset toiminnan vaikuttavuudesta

Emyn toiminta rakentuu tiiviissä yhteistyössä hyvinvointialueen, psykiatrian, sosiaalipalveluiden, kuntien, järjestöjen, seurakuntien ja muiden alueen toimijoiden kanssa. Yhteistyö mahdollistaa myös niiden ihmisten tavoittamisen, joille hakeutuminen yhteisölliseen toimintaan olisi muuten vaikeaa. Vuonna 2025 yhteistyökumppaneilta kerättiin palautetta Emyn toiminnan vaikuttavuudesta ja yhteistyön toimivuudesta. Yhteistyökumppanikyselyyn vastasi 34 yhteistyökumppania. Palautteiden perusteella Emyn toiminta muodostaa tärkeän osan alueellista matalan kynnyksen mielenterveyttä ja osallisuutta vahvistavaa palvelu- ja yhteisöverkostoa.

Väittämään ”Emy on onnistunut vähentämään kohderyhmän yksinäisyyttä” 94,1 % yhteistyökumppaneista arvioi onnistumisen olevan melko hyvin tai hyvin asteikolla 1-5 (heikosti-hyvin) (ka. 4,6/5). Väittämään ”Emy on onnistunut edistämään kohderyhmän osallisuutta” 97,1 % yhteistyökumppaneista arvioi onnistumisen olevan melko hyvin tai hyvin (ka. 4,7/5).

Myönteiset arviot näkyivät myös kohderyhmän toimintamahdollisuuksien ja voimavarojen vahvistumisessa. Yhteistyökumppaneista 94,1 % arvioi Emyn onnistuneen parantamaan kohderyhmän toimintamahdollisuuksia (ka. 4,5/5) ja 88,2 % toiminnan vahvistaneen kohderyhmän voimavaroja (ka. 4,4/5). Lisäksi 94,1 % arvioi Emyn onnistuneen tukemaan heikoimmassa asemassa olevia (ka. 4,7/5).

Yhteistyökumppaneiden palautteissa korostuivat erityisesti Emyn matalan kynnyksen toimintamalli sekä tapa kohdata ihmiset yksilöllisesti ja kiireettömästi. Psykiatrian ja sosiaalipalveluiden työntekijät ohjasivat osallistujia aktiivisesti Emyn toimintaan ja osallistuivat tarvittaessa ensimmäisiin tapaamisiin yhdessä osallistujan ja Emyn työntekijän kanssa. Tämä tuki turvallista siirtymää palveluista yhteisölliseen toimintaan ja vahvisti osallistujien kiinnittymistä yhteisöön.

Yhteistyökumppanit arvioivat myös yhteistyön laadun erittäin vahvaksi. Kumppanikyselyn suosittelemalukkuutta kuvaava NPS-luku oli 88 ja yhteistyön keskiarvo 9,5/10. Lisäksi 94,1 % yhteistyökumppaneista arvioi Emyn onnistuneen kehittämään, juurruttamaan ja vahvistamaan hyviä käytäntöjä ajan hermolla (ka. 4,5/5).

Kokonaisuutena yhteistyökumppaneiden palautteet vahvistavat kuvaa siitä, että Emyn toiminta täydentää alueellista palvelujärjestelmää tarjoamalla yhteisöllistä ja pitkäjänteistä matalan kynnyksen tukea ihmisille, joiden elämäntilanteisiin liittyy yksinäisyyttä, psyykkistä kuormittuneisuutta tai osattomuuden kokemuksia. Samalla toiminta vahvistaa palveluverkoston mahdollisuuksia ohjata ihmisiä yhteisöllisen tuen ja osallisuuden piiriin sekä toimii alueella ihmisiä, palveluja ja yhteisöjä yhdistävänä toimijana.

### 5 VAPAAEHTOISTOIMINTA

Emyn vapaaehtoistoiminta muodostaa keskeisen osan yhdistyksen yhteisöllistä toimintamallia. Vapaaehtoiset eivät ole toiminnassa ainoastaan auttajia tai avustajia, vaan aktiivisia yhteisön rakentajia, toimijoita ja mahdollistajia. Emyn toimintamallissa osallistuminen voi vähitellen rakentua toimintaan mukaan tulemisesta aktiiviseksi yhteisön jäsenyydeksi ja vapaaehtoisena toimimiseksi.

Vuonna 2025 Emyssä toimi 155 aktiivista vapaaehtoista, joista 71 oli uusia vapaaehtoisia. Vapaaehtoistyötä tehtiin vuoden aikana yhteensä noin 10 400 tuntia. Ryhmä-, retki- ja koulutuskokonaisuuksista 77,0 % (104/135) toteutui vapaaehtoisten ohjaamana. Vapaaehtoisten työpanos mahdollisti kohtaamispaikkojen, ryhmien, retkien, tapahtumien, leirien ja digitaalisen toiminnan laajan toteutumisen tilanteessa, jossa järjestötoiminnan resurssit ovat valtakunnallisesti niukentuneet. Vuoden aikana vapaaehtoiset mahdollistivat merkittävällä työpanoksellaan myös Valoemyn uusien tilojen remontoinnin ja muuton.

Vapaaehtoiset toimivat monipuolisissa tehtävissä osana Emyn arkea ja toimintaa. He ohjasivat vertaistuki, harraste- ja liikuntaryhmiä sekä toimivat tukihenkilöinä, kulttuurikavereina ja vertaisohjaajina. Lisäksi vapaaehtoiset osallistuivat retkien, tapahtumien ja leirien suunnitteluun ja toteuttamiseen yhdessä työntekijöiden kanssa sekä mahdollistivat kohtaamispaikkojen viikonloppuaukiot.

Kohtaamispaikkojen arjessa vapaaehtoiset huolehtivat muun muassa kahvituksesta, tukkuajoista, kuljetusavusta, tilojen viihtyisyydestä ja yhteisistä käytännöistä. Vapaaehtoiset osallistuivat myös digitaalisten yhteisöjen ylläpitämiseen toimimalla Discord-yhteisöjen päivystäjinä, tuottamalla sisältöjä sosiaaliseen mediaan sekä tukemalla osallistujia digitaalitoihin liittyvissä kysymyksissä.

Lisäksi vapaaehtoisina toimivat terapeuttiharjoittelijat tarjosivat maksutonta keskustelutukea ja terapiavastaanottoja osana Emyn matalan kynnyksen tukea. Vuoden aikana toteutui yhteensä 516 vastaanotto-käyntiä, joissa oli mukana 60 uniikkia asiakasta.

Vapaaehtoistoiminta rakentui matalan kynnyksen osallistumisen periaatteelle. Toimintaan oli mahdollista tulla mukaan ilman aiempaa kokemusta, ja tehtäviä muokattiin yksilöllisesti osaamisen, kiinnostuksen ja elämäntilanteen mukaan. Uusia vapaaehtoisia perehdytettiin Startti Emyn vapaaehtoiseksi -minikoulutusten sekä käytännön ohjauksen kautta. Vapaaehtoiset saivat tukea työntekijöiltä ja mahdollisuuden osallistua työnohjaukseen.

Vapaaehtoisiskyselyssä 88,2 % vastaajista koki vapaaehtoistoiminnan lisänsen osallisuuttaan ja 82,4 % mielekäästä tekemistä arkeen. Vapaaehtoisille järjestettiin vuoden aikana yhteensä 10 virkistys-, vertais- ja työnohjaustilaisuutta, jotka tukivat jaksamista, yhteisöllisyyttä ja vapaaehtoisten keskinäistä vertaistukea. Vuoden aikana toteutui muun muassa virkistysretki Luontokeskus Haltiaan, vertaisilta Lilla Karyllissa sekä pikkujoulut Valoemysssä. Nuorten aikuisten toiminnan vapaaehtoisille järjestettiin lisäksi omat pikkujoulut. Yhteiset tilaisuudet vahvistivat yhteisöllisyyttä, jaksamista ja kokemusta siitä, että vapaaehtoiset ovat tärkeä osa yhteisöä.

Vapaaehtoistoiminta vahvistaa Emyn yhteisöllistä toimintamallia, jossa ihmisillä on mahdollisuus toimia sekä tuen saajina että sen mahdollistajina. Samalla vapaaehtoiset rakentavat yhteisöä, jossa osallistuminen, vertaistuki ja merkityksellinen yhdessä tekeminen voivat muodostua luontevaksi osaksi arkea

## 6 HANKKEET

### 6.1 Länsituuli-hanke

#### Hankkeen tausta ja tavoitteet

Länsituuli-hanke on Emyn toteuttama, STEA:n rahoittama hanke vuosille 2024-2026. Hankkeen keskeisenä tavoitteena on mielenterveyttä tukevan, kansalaisjärjestömuotoisen toiminnan käynnistäminen ja juurruttaminen Länsi-Uudenmaan alueella. Toimintaa on kehitetty ja toteutettu Kirkkonummella, Vihdissä, Lohjalla, Siuntiossa ja Inkoossa, ja syksyllä 2025 myönnetyn lisärahoituksen myötä toiminta laajenee myös vuonna 2026 Karkkilaan.

Hankkeen tavoitteena on käynnistää ja juurruttaa kansalaisjärjestömuotoista toimintaa hankkeen kohdekunnissa. Keskeisenä pyrkimyksenä on vahvistaa mielen hyvinvointia, osallisuutta ja yhteisöllisyyttä. Lisäksi hankkeessa tuetaan Kirkkonummen Seudun Mielenterveysyhdistys Kisu ry:n kohtaamispaikka KIMI:n toimintaa Kirkkonummella.

Toiminta on suunnattu täysi-ikäisille henkilöille, jotka kokevat mielenterveyden haasteita, yksinäisyyttä, syrjäytymisriskiä tai ovat työelämän ulkopuolella. Osallistuminen ei edellytä lähetettä tai diagnoosia, ja vapaaehtoisuus on toiminnan keskeinen periaate. Lisäksi hankkeessa pyritään tavoittamaan vapaaehtoisuutensa kiinnostuneita henkilöitä.

#### Toteutunut toiminta vuonna 2025

Vuosi 2025 oli hankkeen kannalta toiminnallisesti merkittävä. Vuoden 2024 aikana tehdyn taustatyön pohjalta ryhmätoiminnat käynnistyivät useilla paikkakunnilla. Alkuvuodesta järjestettiin aamukahvitilaisuuksia, joiden avulla tavoitettiin kohderyhmää ja kerättiin osallistujalähtöisiä toiveita toiminnan kehittämiseksi. Samalla jatkettiin aktiivista verkostotyötä, paikallisten tarpeiden kartoitusta sekä viestintäkanavien kehittämistä.

Kevätkaudella toiminta alkoi Vihdin Nummelassa, Lohjalla (keskustassa kahdessa ryhmässä sekä Virkkalassa), Siuntiossa ja Kirkkonummella sekä Kisu ry:n kohtaamispaikka KIMI:ssä että Masalassa. Inkoossa järjestettiin keväällä kaksi keskustelutilaisuutta. Kaikki ryhmät käynnistyivät yhteistyössä alueellisten toimijoiden kanssa. Länsituuli-hanke oli mukana myös Kevät Fest -tapahtumassa Nummelassa.

Syksyllä 2025 toiminta jatkui kaikilla keväällä aloitetuilla paikkakunnilla. Lisäksi Kirkkonummella käynnistyi säännöllinen nuorten aikuisten toiminta, ja Nummelassa aloitettiin uusi Luova ryhmä, joka osallistujien

toiveesta jatkui suunniteltua pidempään. Ryhmä järjesti oman näyttelyn Mielenterveysviikolla. Lohjalla K30-ryhmä toteutti taidenäyttelyn Emyn Terrassikahviolla loppuvuodesta. Inkoossa järjestettiin kaksi tilaisuutta myös syyskaudella.

Kasvaneen kysynnän vuoksi päätettiin hakea lisärahoitusta Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueelta toiminnan laajentamiseksi ja toisen työntekijän palkkaamiseksi. Rahoitus myönnettiin ja tammikuussa 2026 tehtävään aloitti Suvi Hotari. Samalla saatiin rahoitus toiminnan käynnistämiseksi Karkkilassa.

### Toiminnan sisältö ja laajuus

Vuoden 2025 aikana Länsituuli-hankkeessa kehittyi tarvelähtöinen toimintamalli, jonka avulla uutta ryhmä- ja kohtaamispaikkatoimintaa voidaan käynnistää uusilla alueilla tuloksellisesti. Mallissa kartoitetaan alueellinen tarve, rakennetaan yhteistyösuhteet paikallisiin toimijoihin, tunnistetaan toimijoiden väliset yhtymäpinnat, selvitetään paikalliset viestintäkanavat ja aloitetaan toiminta osallistujien sekä yhteistyökumppaneiden näkemyksiä hyödyntäen. Malli perustuu jatkuvaan kehittämiseen, jossa toimintaa suunnataan ajankohtaisen tarpeen, osallistujapalautteen ja paikallisten olosuhteiden perusteella.

Toimintamallin onnistumisen keskeinen edellytys oli hankkeessa tehty sektorirajat ylittävä yhteistyö. Yhteistyötä rakennettiin toiminnan kaikissa vaiheissa tarpeiden kartoittamisesta viestintään, toiminnan käynnistämiseen, sisältöjen kehittämiseen ja toiminnan juurruttamiseen. Tämä mahdollisti sen, että toiminta ei rakentunut ulkopuolelta tuotuna mallina, vaan paikalliseen tarpeeseen kiinnittyvänä, osallistujien ja yhteistyökumppaneiden kanssa yhdessä kehittyvänä toimintana.

Vuoden aikana toiminta käynnistyi ja vakiintui neljässä kunnassa. Kehittämistyössä hyödynnettiin Emyn aiemmissa hankkeissa kehitettyjä toimintamalleja sekä luotiin uusi toimintamalli toiminnan tarvelähtöiseen käynnistämiseen uusilla alueilla. Ryhmissä oli monipuolista sisältöä, kuten luovaa toimintaa (maalaukset, piirtäminen, musiikki, yhteisötaide), keskusteluja, lautapelejä sekä liikuntaa. Ryhmien sisällöt perustuivat osallistujien toiveisiin.

Vuonna 2025 Länsituuli-hankkeen ryhmätoiminta kokoontui yhteensä 249 kertaa, ja kohtaamisia kirjattiin 1 216. Ryhmät tavoittivat laajasti kohderyhmään kuuluvia henkilöitä eri kunnissa.

### Länsituuli-hankkeen ryhmätoiminta vuonna 2025

Kunta	Ryhmä	Kokoontumiskerrat	Kohtaamiset
Vihti	Nuorten aikuisten kohtaamispaikka	38	215
Vihti	Luova ryhmä	12	122
Inkoo	Keskustelutilaisuudet/tapahtumat	4	32
Siuntio	Hyvän mielen ryhmä	31	190
Kirkkonummi	Nuorten aikuisten Olotila	8	36
Kirkkonummi	Takaisin töihin? - keskusteluryhmä	6	14
Kirkkonummi	Toimintaryhmät Kisu	64	99
Lohja	Matalan kynnyksen liikunta	31	133
Lohja	K-30 toiminta	40	322
Lohja	Virkkala, toimintaryhmä	15	53
YHTEENSÄ		249	1216

### Tuloksellisuus ja vaikuttavuus

Hankkeen vaikuttavuutta ja tuloksellisuutta arvioitiin jatkuvasti kyselyiden, tapaamismuistioiden, yhteistyöpalaverien ja arjen havainnoinnin avulla. Vuoden aikana toteutettiin 12 kyselyä, joista yksi oli suunnattu yhteistyökumppaneille. Lisäksi syksyllä 2025 toiminnan vaikuttavuutta tarkasteltiin opinnäytetyössä teemahaastattelujen pohjalta.

Toiminta tavoitti hankkeen kohderyhmän ja vastasi alueelliseen tarpeeseen.

- Osallisuuden kokemus (KA 75,97) oli korkeampi kuin vastaavilla verrokkiryhmillä
- 85 % osallistujista koki toiminnan vähentäneen yksinäisyyttä
- Positiivisen mielenterveyden taso vastasi väestön keskiarvoa

### Yhteistyökumppaneista

- 93,75 % arvioi toiminnan tukeneen kohderyhmää hyvin tai melko hyvin
- 93,75 % arvioi toiminnan vahvistaneen alueellisia toimintamalleja tai melko hyvin

Tulokset osoittavat, että toiminta vahvistaa osallisuutta, lisää sosiaalisia kontakteja sekä tukee arjenhallintaa ja mielen hyvinvointia.

### Viestintä ja yhteistyö

Hankkeesta viestittiin aktiivisesti sosiaalisessa mediassa, Emy:n verkkosivuilla, Emy-tiedotteessa, Lähellä.fi-alustalla sekä kuntien harrastuskalentereissa. Yhteistyöverkostot olivat laajat ja monialaiset kattaen kuntia, seurakuntia, hyvinvointialueen toimijoita sekä useita järjestöjä. Yhteistyö mahdollisti tilojen, materiaalien ja ohjausvastuun jakamista sekä yhteisiä tapahtumia. Viestintä arvioitiin erinomaiseksi sekä kumppaneille että kohderyhmälle.

Kohtaamispaikka KIMI:n kanssa tehtiin tiivistä yhteiskehittämistä, mutta toiminnan kehittämistä haastoivat yhdistysten erilaiset toimintakulttuurit. Vuoden merkittävin tulos oli Kisu ry:n päätös lopettaa toimintansa vuoden 2027 alussa. Tämä mahdollistaa Emylle suunnitelmallisen valmistautumisen toiminnan jatkamiseen Kirkkonummella tulevina vuosina. Länsituuli-hankkeen yhteistyökumppanit löytyvät liitteestä 2.

### Yhteenveto

Länsituuli-hanke on saavuttanut sille asetetut keskeiset tavoitteet hyvin. Matalan kynnyksen toiminta on ollut osallistujalähtöistä ja paikallisiin tarpeisiin vastaavaa. Toiminta on vahvistanut osallisuutta, yhteisöllisyyttä ja arjen rytmiä sekä lisännyt sosiaalisia suhteita osallistujien elämässä.

Vuoden 2025 aikana hankkeessa rakentui uudenlainen toimintamalli, jonka avulla yhteisöllistä mielenterveyttä tukevaa toimintaa voidaan käynnistää ja juurruttaa uusille alueille yhteistyössä paikallisten toimijoiden kanssa. Toimintamalli vahvistaa hankkeen pitkäjänteistä alueellista vaikuttavuutta myös tulevina vuosina.

Vuonna 2026 toiminta perustuu vuoden 2025 todennettuihin tuloksiin, palautteeseen ja yhteistyöverkostoissa tunnistettuihin tarpeisiin. Hyvinvointialueen myöntämän lisärahoituksen ansiosta toiminta laajenee Karkkilaan ja ryhmien määrää lisätään myös muissa kunnissa. Tämä vahvistaa entisestään hankkeen alueellista vaikuttavuutta ja mahdollisuuksia tavoittaa uusia osallistujia Länsi-Uudenmaan alueella.

## 7 TIEDOTTAMINEN JA VIESTINTÄ

Emyn viestinnän tavoitteena vuonna 2025 oli tehdä toiminta helposti löydettäväksi, saavutettavaksi ja ajantasaiseksi osallistujille, yhteistyökumppaneille ja alueen asukkaille. Viestintää toteutettiin monikanavaisesti digitaalisissa ympäristöissä sekä fyysisissä kohtaamispaikoissa, ja näkyvyyttä vahvistettiin myös verkostojen ja tapahtumien kautta.

Keskeisiä viestintäkanavia olivat verkkosivut, kuukausittainen Emy-tiedote, sähköiset uutiskirjeet, sosiaalinen media, Discord-yhteisöt, Tukinet sekä Lähellä.fi-palvelu ja kohtaamispaikkojen ilmoitus- ja valotaulut. Kanavakokonaisuus varmisti, että tieto löytyi sekä itsenäisesti verkosta että kohderyhmää tavoittavien jakelukanavien kautta. Samalla yhteys yhteisöön säilyi myös tilanteissa, joissa osallistuminen ei ollut mahdollista paikan päällä.

### 7.1 Painetut esitteet ja lehdet

EMY-tiedote ilmestyi vuonna 2025 kerran kuukaudessa, ja heinä-elokuun tiedote julkaistiin yhdistettynä numerona. Tiedote postitettiin jäsenille ja yhteistyökumppaneille sekä jaettiin kohtaamispaikoissa, tapahtumissa ja muissa tilaisuuksissa. Vuoden aikana tiedotetta painettiin yhteensä 6 600 kappaletta, ja kuukausittainen levikki oli 550-650 vihkoa. Tiedote oli saatavilla myös verkkosivuilla.

Tiedotteessa julkaistiin tietoa yhdistyksen ryhmistä, retkistä, tapahtumista, koulutuksista ja kohtaamispaikkatoiminnasta. Lisäksi osallistujilla oli mahdollisuus julkaista omia kirjoituksiaan ja kuviaan, mikä vahvisti osallisuutta ja toi osallistujien äänen näkyväksi osaksi yhdistyksen viestintää. Keskeisenä tiedotusmateriaalina toimi myös kuukausittain päivitettävä ryhmäkalenteri, joka julkaistiin verkkosivuilla ja tulostettiin kohtaamispaikkoihin.

Vuoteen 2024 verrattuna tiedotteen kokonaispainos kasvoi (2024: 5 830 kpl), mikä vahvisti erityisesti painetun viestinnän saavutettavuutta niille osallistujille, joille digitaaliset kanavat eivät ole ensisijaisia.

## 7.2 Digitaalinen viestintä

Sähköinen kumppanikirje tavoitti vuoden aikana yhteensä 4 836 vastaanottokertaa (2024: 4 404). Nuorille aikuisille suunnattu Tuu messiin!-uutiskirje tavoitti vuoden aikana 2 244 vastaanottokertaa (2024: 2 460).

WordPress-pohjaisia verkkosivuja päivitettiin aktiivisesti useita kertoja kuukaudessa. Sivut toimivat keskeisenä palvelupolkuna, jonka kautta osallistujat löysivät ajantasaisen tiedon toiminnasta ja mahdollisuuksista tulla mukaan. Vuoden 2025 aikana verkkosivuilla oli 85 409 käyntiä, 410 871 sivulatausta ja 50 151 uniikkia kävijää.

Vuoden 2025 lopussa Emyn Facebook-sivulla oli 705 seuraajaa (2024: 755) ja Tuu messiin! -Facebookissa 739 (2024: 639). Emyn Instagramissa seuraajia oli 835 (2024: 755) ja Tuu messiin! -Instagramissa 651 (2024: 639). Sosiaalinen media säilytti asemansa tärkeänä näkyvyyden ja tiedon jakamisen kanavana.

Digitaalinen yhteisöllinen vuorovaikutus painottui erityisesti Discord- ja Tukinet-yhteisöihin. Discord-yhteisössä oli vuoden lopussa yhteensä 486 jäsentä (Virtuaaliemy 241; Messissä! 245), ja viestejä vaihdettiin vuoden aikana yhteensä 117 631 (Virtuaaliemy 115 048; Messissä! 2 583). Lisäksi Emy-chat Tukinetissä tarjosi matalan kynnyksen vertaistuellisen keskustelu ympäristön verkossa.

Digitaaliset yhteisöt olivat monille osallistujille tärkeä tapa ylläpitää yhteyttä yhteisöön sekä osallistua toimintaan tilanteissa, joissa lähikohtaamisiin osallistuminen oli vaikeaa. Discord-yhteisöjen kautta tavoitettiin myös henkilöitä, jotka eivät osallistuneet Emyn lähitoimintaan lainkaan. Virtuaaliemy Discord-yhteisössä muodostui vuoden aikana aktiivinen vapaaehtoisuusyhteisö, joka kehitti yhteisöä omaehtoisesti ja lisäsi vuorovaikutusta merkittävästi.

Lisäksi sosiaalisen median julkaisut tavoittivat laajasti yleisöä. Esimerkiksi Emyn Facebook-sisällöt keräsivät vuoden aikana yli 60 000 näyttökertaa. Tämä kuvastaa digitaalisten kanavien merkitystä toiminnan näkyvyyden ja saavutettavuuden vahvistamisessa sekä tukee toimintaan hakeutumista.

## 7.3 Emy esittäytyy ja on näkyvillä

Emy teki toimintaansa tunnetuksi osallistumalla erilaisiin tapahtumiin, esittelyihin ja kohtaamisiin, joissa työntekijät ja kokemusasiantuntijat esittelivät yhdistyksen toimintaa, kohtaamispaikkoja ja osallistumismahdollisuuksia. Vuoden aikana toteutui 65 esittelyä, ja niihin osallistui 859 henkilöä.

Emy oli mukana myös Mielenterveystalo.fi-, Vertaistalo.fi- ja Lähellä.fi-verkkopalveluissa. Näkyvyytyön tavoitteena oli tavoittaa erityisesti ihmisiä, joille yhteisöön hakeutuminen tai toimintaan osallistuminen voi olla vaikeaa, ja tarjota selkeä sekä matalan kynnyksen reitti mukaan toimintaan.

Viestintä toimii Emyn vaikutusketjussa osallistumisen edellytyksenä: se tekee toiminnan näkyväksi ja saavutettavaksi sekä tukee toimintaan hakeutumista ja yhteydessä pysymistä.

Kokonaisuutena viestintä tuki toimintaan hakeutumista, vahvisti yhteyden säilymistä yhteisöön ja madalsi kynnystä osallistumiseen eri elämäntilanteissa. Näin viestintä vahvisti osallisuutta ja tuki yksinäisyyden vähentymistä.

## 8 VERKOSTOTYÖ JA SOSIAALINEN KUNTOUTUS TYÖNRAJALLA

Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueen myöntämällä kumppanuusrahalla Emy pitää Terassikahviota Jorvin psykiatrian yksikössä ja toukokuusta-syyskuun loppuun puutarhaa Kauklahdessa yhteistoiminnassa Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueen sosiaalisen kuntoutuksen kanssa sekä koordinoi monia yhteistyöverkostoja Länsi-Uudenmaan alueella. Avustukseen sisältyvät myös Espoon keskuksen Pappilantien tilat kohtaamispaikka Lilla Karyll, Pappilantie 7 ja Villa Apteekki yläkerta ja kellari.

Emy on yksi osuuskunta Avustamon omistajista 13 osuudella. Osuuskunnan tarkoituksena on tarjota työosuuskuntapalveluita eri ihmisille.

## 8.1 Verkostotyö ja alueellinen yhteistyö

Emy toimii aktiivisena alueellisena verkostotoimijana ja yhteistyön kokoajana Länsi-Uudenmaan alueella. Verkostotyön tavoitteena on vahvistaa mielen hyvinvointia edistävää yhteistyötä, lisätä tiedonkulkua sekä kehittää matalan kynnyksen yhteisöllisiä toimintamalleja eri toimijoiden kanssa. Samalla verkostot mahdollistavat ajankohtaisten ilmiöiden ja kohderyhmän tarpeiden yhteisen tarkastelun.

Toiminta kohdistuu erityisesti heikoimmassa asemassa olevien ihmisten osallisuuden vahvistamiseen sekä siihen, että yksinäisyyttä kokevat ja vaikeissa elämäntilanteissa elävät ihmiset tavoitetaan tuen ja toiminnan piiriin. Verkostokoordinaattorina toimi toiminnanohjaaja Tiina Pajula, jonka vanhempainvapaan sijaisena toimi Johanna Käsälä elokuun loppuun saakka.

Verkostotyötä tehtiin viidessä teemaverkostossa: Länsi-Uudenmaan päihde- ja mielenterveystoimijoiden verkostossa (Pämi), Länsi-Uudenmaan ja Espoon seudun kohtaamispaikkaverkostoissa, Avomielin-verkostossa sekä Monitoimiset Espoon kaupunginosaverkostossa. Yhteistyötä tehtiin lisäksi asumispalveluiden sekä HUS/HYKS Jorvin alueen psykiatrian kanssa.

Vuonna 2025 Emy järjesti yhteensä 26 verkostotapaamista, jotka kokosivat yhteen järjestöjä, hyvinvointialueen toimijoita, kuntia, seurakuntia ja muita yhteistyökumppaneita. Tapaamisissa käsiteltiin esimerkiksi yksinäisyyttä, nuorten aikuisten psyykkistä kuormittuneisuutta, palveluiden saavutettavuutta sekä yhteisöllisen toiminnan kehittämistä. Verkostojen kautta vahvistettiin yhteistä ymmärrystä ja kehitettiin uusia yhteistyömalleja. Koulutukset ja asiantuntijapuheenvuorot olivat osa tapaamisia.

Emy teki vuoden aikana tiivistä yhteistyötä hyvinvointialueen palveluiden, HUS/HYKS Jorvin psykiatrian, Ohjaamon, sosiaali- ja asumispalveluiden, seurakuntien, oppilaitosten sekä järjestötoimijoiden kanssa. Vuoden 2025 kävijäkyselyn mukaan 68 % osallistujista ohjautui toimintaan julkisen palvelujärjestelmän kautta, mikä korostaa verkostotyön merkitystä osana alueellista palvelukokonaisuutta.

Verkostotyö vahvisti Emy:n asemaa alueellisena mielenterveystyön toimijana ja toi kohderyhmän äänen osaksi alueellista kehittämistä. Yhteistyö tuki tiedonkulkua, ehkäisi päällekkäistä työtä ja rakensi osallistujille joustavampia polkuja toimintaan, yhteisöihin ja palveluihin.

Muuttuvassa toimintaympäristössä verkostotyö ja resurssien yhteiskäyttö ovat yhä keskeisempiä yhteisöllisen mielenterveystyön toteuttamisessa. Emy osallistui myös alueelliseen järjestöneuvottelukuntatyöhön ja toi yhteisöllisen mielenterveystyön näkökulmia osaksi kehittämistä.

## 8.2 Kahviotoiminta

Yhdistyksen osallistujat, jotka halusivat kokeilla kykyjään työssä tai kaipasivat mielekästä tekemistä, pääsivät toimimaan Emy:n kahviossa. Yhdistys ylläpiti Terassikahviota Jorvin sairaalan psykiatrisessa yksikössä. Terassikahvio oli avoinna arkisin klo 9.30-14.30. Kahvioissa oli työvuorossa aina kaksi myyjää kerrallaan. Yhteensä myyjä oli vuoden aikana kymmenen eri henkilöä. Myyjät kokoontuivat kerran viidessä viikossa keskustelemaan ja päättämään kahvioon liittyvistä asioista myyjäkokouksessa. Työtoimintarahaa maksettiin 4 €/h. Työtoimintarahaa on luonteeltaan avustus ja sitä maksettiin sosiaalihuoltolain mukaisille kohderyhmille, ei työttömille työnhakijoille. Työtoimintaan osallistuvat jäsenet olivat vakuutettu vapaaehtoisella ryhmä- ja tapaturmavakuutuksella.

## 8.3 Puutarhapalsta

Emyllä on yhteistyössä Länsi-Uudenmaan sosiaalisen kuntoutuksen kanssa yhteinen puutarha ”Kipinäpuutarha” Kauklahdessa. Noin puolen hehtaarin kokoisella palstalla viljeltiin monenlaisia hyötykasveja ja kukkia koko kesäkauden ajan 102 päivää Green Care ja perma-kulttuurin periaatteiden mukaisesti. Puutarhalla oli viljelytilan lisäksi taukotila ja työkaluvaja. Palstan päivittäisistä töistä vastasivat Emy:n kaksi kasvimaahjaajaa yhden sosiaalisen kuntoutuksen ryhmäohjaajan kanssa yhteistyössä Espoon aikuissosiaalityön Kipinä-toiminnassa mukana olevien sekä Emy:n vapaaehtoisten kanssa. Puutarhatyöhön osallistuneita oli kasvimaahjaajien lisäksi 30 eri henkilöä. Tyypillisesti palstalla oli 7,7 osallistujaa päivää kohden. Puutarhatyöhön oman työpanoksensa antaneille tarjottiin Manna-apu ry:n toimittama lounas. Toimintaan osallistuneiden antamien palautteiden mukaan toiminta tuki sekä osallistujien vuorokausirytmien ylläpitoa että heidän fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista hyvinvointiaan.

## 9 YHDISTYKSEN HALLINNASSA JA KÄYTÖSSÄ OLLEET TILAT

Emyn tilaverkosto mahdollisti vuonna 2025 toiminnan laajan saavutettavuuden eri puolilla Espoota sekä monipuolisten toimintamuotojen toteuttamisen yhteistyössä eri toimijoiden kanssa. Toiminta rakentui yhdistyksen omien tilojen sekä laajan yhteistyöverkoston tarjoamien tilojen varaan.

### Yhdistyksen omat tilat

- Kohtaamispaikat: Lilla Karyll (Espoon keskus), Meriemy (Kivenlahti) ja Valoemy (Olari)
- Toimisto- ja kokoontumistilat: järjestöalo Villa Apteekki (Espoon keskus)

### Yhteistyökumppaneiden kautta käytössä olleet kokoontumistilat

- HyTe ry:n tilat (Tapiola)
- Raitin Pysäkki (Leppävaara)
- Yhteisöalo (Espoon keskus)
- Olarin seurakunnan Chapple (kauppakeskus Iso-Omena Matinkylä)
- Tuomiokirkkoseurakunnan Unelman kammari (Espoon keskus)
- Diakoniatalo Olarin seurakunnan kerhotilat (Niittykumpu)
- Entressen kirjasto (Espoon keskus)

### Liikunta- ja harrastustilat

- Espoon kaupungin liikuntapalveluiden kautta käytössä olleet koulujen liikuntasalit ja muut liikuntatilat
- Espoon esittävän taiteen koulu ESKO (vuokratilat)

### Leiri- ja kehittämistoiminnan tilat

- Velskolan ja Nedergårdin leirikeskukset
- Stora Blindsund Nuottaniemen edustalla (SeKaVan Tuki ry:n kautta; Emy yhteisöjäsenenä)
- Backbyn kartano (hallituksen ja henkilökunnan kehittämispäivä)

### Muut tilat

Yksittäisiä tapahtumia ja tilaisuuksia varten tiloja vuokrattiin tai saatiin käyttöön maksutta yhteistyöverkoston kautta, kuten Emyn 40-vuotisjuhlat VPK-talolla.

Tilaverkosto mahdollisti toiminnan joustavan toteuttamisen eri kohderyhmien tarpeisiin sekä vahvasti toiminnan alueellista saavutettavuutta. Tilat mahdollistivat turvalliset kohtaamiset, vertaistuen, yhdessä tekemisen ja yhteisöön kuulumisen kokemukset.

Vuoden aikana tiloihin liittyi myös merkittäviä muutoksia ja tulevaisuuden suunnittelua. Länsi-Uudenmaan hyvinvointialue irtisanoi järjestöille vuokratut tilat Espoon kaupungilta vuoden 2025 loppuun, mikä käynnisti neuvottelut Lilla Karyllin ja Villa Apteekin vuokrasopimusten jatkumisesta vuodelle 2026. Vuoden aikana käynnistyi myös uusien tilaratkaisujen valmistelu, kun Espoon Tilapalvelukeskus tarjosi Emylle uusia toimitiloja Samarian C-talosta. Muuton valmistelu tammikuulle 2026 käynnistyi tilikauden lopulla.

Samanaikaisesti Olarin talvipuutarhan ja entisen nuorisotilan käyttöä valmisteltiin Espoon kaupungin tilapilottina, jonka tavoitteena oli avata peruskorjatut tilat järjestöjen ja asukkaiden yhteiskäyttöön. Emy osallistui pilotin valmisteluun yhteistyössä kaupungin ja muiden toimijoiden kanssa sekä käynnisti tilan ope-roinnin vuoden 2025 lopulla. Pilotin jatkosta ja lopullisesta toimintamallista ei ollut varmuutta tilikauden päättyessä.

## 10 TIEDOT OLENNAISISTA TAPAHTUMISTA TILIKAUDEN PÄÄTTYMISEN JÄLKEEN

Valtioneuvosto on vahvistanut STEA:n jakeohdotuksen. Emyllä on STEA-avustusta vuodelle 2026 käytettävissä kohtaamispaikkojen toimintaan ja koordinointiin vuonna 377 528 €:a ja aikaisempien vuosien käyttämätöntä avustusta 9 342 €.

STEA Länsituuli vuosille 2024-2026 avustusta on kohdennettu 109 044 €:a vuodelle 2026.

STEA Länsituuli-hankkeessa vuosille 2024-2026 vuodelle 2026 avustusta on kohdennettu 109 044 €. Hanke toteuttaa mielenterveyttä tukevaa ryhmätoimintaa Länsi-Uudenmaan aluekeskuksissa Nummelassa, Lohjan, Siuntion ja Inkoon keskuksissa yhteistyökumppanien kanssa sekä vuoden 2026 alusta Karkkilassa.

Hankkeessa kehitetään yhdessä Kirkkonummen Seudun mielenterveysyhdistyksen Kisun kohtaamispaikka Kimin toimintaa.

Länsi-Uudenmaan hyvinvointialue (LUVN) myönsi kumppanuusavustusta 150 000 €. Avustusta haettiin Terrassikahvion, Kaukalahden puutarhan toimintaan ja verkostotyöhön.

Emy muutti uuteen kohtaamispaikkaan Puuemyyn, Terveyskuja 2 C, yhteen Samarian punaiseen puutaloon Espoon keskuksessa Pappilantieltä tammikuussa 2026. Tilaa talossa on kolmessa kerrossa 354 m<sup>2</sup>. Tila on vuokrattu Espoon tilapalvelukeskukselta. Tilan vuokra on 63 900 €/vuosi.

Aikaisempina vuosina Espoon keskuksen kohtaamispaikan vuokran maksoi hyvinvointialue, nyt vuokran maksaa Emy. Hyvinvointialueen kumppanuusavustus ei kasvanut vuokran määrää vaan vuokra maksetaan avustuksesta, joka pysyi lähes samana.

Tämä vähentää toimintaan suunnattuja kuluja vuokran määrän verran ja asettaa valtavan haasteen toiminnan järjestämiselle ja taloudelle vuodelle 2026.

Kaukalahden puutarhan yhteistoiminnan jatkuu Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueen sosiaalisen kuntoutuksen kanssa.

Länsi-Uudenmaan hyvinvointialue (LUVN) myönsi uutena kumppanuusavustusta 70 000 € Länsituulen toiminnan vahvistamiseen, erityisesti toiminnan laajentamiseen Karkkilaan.

Emy ja Espoon kaupungin hyvinvoinnin, terveyden ja osallisuuden tiimi (Hyteo) ovat tehneet Olarin olohuoneen (Talvipuutarha ja entinen nuorisotila Läävä) operoinnista 50 000 €:n yhteistyösopimuksen vuodesta 2026.

Espoon kaupunki myönsi hyvinvoinnin ja terveyden avustusta Emylle 15.000 € vuodelle 2026.

Espoon seurakuntayhtymä myönsi avustusta Emylle 15.000 € vuodelle 2026.

Viola Raninin säätiö myönsi 20 000 € avustusta vuodelle 2026.

Emyssä on kuukausipalkkaisia työntekijöitä 14 henkilöä vuonna 2026.

Emy seuraa aktiivisesti toimintaympäristönsä muutoksia ja toimii monipuolisesti ja aktiivisesti tarkoituksensa toteuttamiseksi ja kirkastettujen tavoitteidensa saavuttamiseksi.

## 11 TOIMINTAYMPÄRISTÖ JA TULEVAISUUDEN NÄKYMÄT

### 11.1 Toimintaympäristö ja ilmiöt

Vuonna 2025 ja alkuvuonna 2026 toteutetut sosiaaliturva- ja palvelujärjestelmämuutokset näkyvät yhä vahvemmin Emyn kohderyhmän arjessa. Taloudellinen epävarmuus, työttömyys, yksinäisyys ja psyykinen kuormitus ovat lisääntyneet, mikä on kasvattanut matalan kynnyksen järjestölähtöisen toiminnan tarvetta.

Valtakunnallisten selvitysten mukaan toimeentulon vaikeudet, velkaantuminen, ruoka-avun tarve ja palveluihin hakeutumisen kynnykset ovat kasvaneet erityisesti pienituloisten, pitkäaikaistyöttömien, osatyökykyisten ja mielenterveyden haasteita kokevien keskuudessa. Samalla nuorten työttömyys nousi vuonna 2025 korkeimmalle tasolle viime vuosikymmenen aikana.

Myös Emyn toiminnassa osallistujien elämäntilanteet ovat aiempaa kuormittuneempia ja monimuotoisempia. Taloudelliset huolet, yksinäisyys ja epävarmuus tulevaisuudesta näkyvät kasvaneena tuen tarpeena. Monelle yhteisöllinen toiminta muodostaa tärkeän arjen rakenteen, ylläpitää sosiaalisia suhteita ja tarjoaa paikan, jossa voi tulla kohdatuksi omana itsenään.

Samanaikaisesti pitkäaikaisesti yksinäisten ja eristäytyneiden ihmisten tavoittaminen on vaikeutunut. Arkuus, epävarmuus ja kynnys lähteä kodin ulkopuolelle ovat kasvaneet, ja yhä useammin osallistuminen peruuntuu viime hetkellä. Tämä korostaa pitkäjänteisen rinnalla kulkemisen, turvallisten yhteisöjen ja matalan kynnyksen kohtaamisten merkitystä.

Sosiaalihuollon ja työ- ja toimintakykyä tukevien palveluiden uudistukset lisäävät ennaltaehkäisevän ja yhteisöllisen työn tarvetta. Järjestölähtöinen toiminta tavoittaa ihmisiä varhaisessa vaiheessa, tukee osallisuutta ja arjen toimintakykyä sekä täydentää palvelujärjestelmää ehkäisemällä raskaampien palveluiden tarvetta.

Samalla kohtaamiseen, turvallisten yhteisöjen rakentamiseen ja traumainformoituun työotteeseen liittyvä osaaminen korostuu. Monien osallistujien tilanteisiin liittyy pitkäaikaista kuormitusta, turvattomuutta ja yksinäisyyttä, mikä näkyy vuorovaikutuksessa ja osallistumisessa. Tämä edellyttää työntekijöiltä ja vapaaehtoisilta vahvaa vuorovaikutus-, tunnetyö- ja rajatyöskentelyn osaamista sekä kykyä ylläpitää turvallista, osallistavaa toimintakulttuuria.

Kasvava palvelu- ja tuentarve, toimintaympäristön muutokset sekä lisääntyvät hallinnolliset vaatimukset kasvattavat järjestötyön vaativuutta. Työssä yhdistyvät psyykinen kuormitus, aikapaineet sekä kasvavat laadun, vaikuttavuuden ja dokumentoinnin vaatimukset. Samalla toiminnan tulee säilyä osallistujalähtöisenä, turvallisena ja helposti saavutettavana. Myös työhyvinvoinnin tukemisen, myötätuntokuormituksen tunnistamisen ja osaamisen kehittämisen merkitys korostuu.

## 11.2 Tulevaisuuden näkymät ja kehittäminen

Emyn toiminnan painopiste säilyy matalan kynnyksen kohtaamispaikoissa, yhteisöllisessä ryhmätoiminnassa sekä osallistujalähtöisissä toimintamuodoissa. Toiminnan keskiössä ovat yhteisöllisyys, osallisuus, vertaistuki sekä hyvinvointia edistävät sisällöt, jotka kokoavat eri-ikäisiä ja erilaisissa elämäntilanteissa olevia ihmisiä.

Toimintaympäristön muutoksiin vastataan kehittämällä työn rakenteita, tiivistämällä yhteistyötä sekä hyödyntämällä uusia toimintatapoja ja teknologisia ratkaisuja. Samalla osaamisen kehittäminen ja toimintakulttuurin uudistaminen korostuvat nopeasti muuttuvassa toimintaympäristössä. Yhteisölliselle ja osallistujalähtöiselle toiminnalle nähdään selkeä ja kasvava tarve.

Digitaalinen toiminta ja yhteisölliset etäympäristöt säilyvät tärkeänä osana osallistumismahdollisuuksia. Virtuaaliemy toimii ympärivuorokautisena digitaalisena kohtaamispaikkana, ja etätoimintojen kehittämistä jatketaan. Nuorten aikuisten osallisuuden ja matalan kynnyksen toiminnan kehittäminen sekä yksinäisten ja eristäytyneiden ihmisten tavoittaminen pysyvät keskeisinä painopisteinä.

Länsituuli-hankkeessa kehitetty alueellinen yhteistyömalli muodostaa tärkeän pohjan toiminnan jatkokehittämiselle. Tavoitteena on lisätä osallisuutta, yhteisöllisyyttä ja mielen hyvinvointia yhteistyössä kuntien, hyvinvointialueen, järjestöjen ja muiden paikallisten toimijoiden kanssa Länsi-Uudellamaalla.

Yhteiskunnallisten hyvinvointihaasteiden kasvu ja järjestörahoituksen epävarmuus lisäävät yhteistyön, yhteisöllisten rakenteiden ja ennaltaehkäisevän työn merkitystä. Muuttuva toimintaympäristö edellyttää toimintamalleja, jotka mahdollistavat vaikuttavan ja saavutettavan toiminnan myös niukkenevien resurssien tilanteessa.

Emy pitää tärkeänä yhteistyön tiivistämistä yli kunta-, hyvinvointialue- ja sektorirajojen. Verkostomainen toiminta mahdollistaa osaamisen jakamisen, resurssien tehokkaamman käytön ja ihmisten tarpeisiin vastaamisen kokonaisvaltaisemmin. Myös yritys yhteistyössä nähdään mahdollisuuksia alueellisen hyvinvoinnin edistämiseen.

Vuonna 2025 käynnistyi valmistelu toiminnan jatkuvuuden turvaamiseksi Kirkkonummella Kirkkonummen Seudun Mielenterveysyhdistys Kisu ry:n toiminnan päättyessä vuoden 2026 lopussa. Tavoitteena on turvata matalan kynnyksen yhteisöllisen toiminnan jatkuminen alueella. Mikäli edellytykset täyttyvät, Emy valmistauduu jatkamaan ja kehittämään toimintaa yhteistyössä alueen toimijoiden kanssa.

Vuoden 2026 aikana valmistaudutaan myös toiminnanjohtajan vaihtumiseen. Nykyinen toiminnanjohtaja jää eläkkeelle huhtikuussa 2026, ja siirtyä toteutetaan suunnitelmallisesti yhteistyössä hallituksen, henkilöstön ja yhteistyöverkoston kanssa toiminnan jatkuvuuden turvaamiseksi.

Yhteisölliset kohtaamispaikat, vertaistuki, vapaaehtoistoiminta ja osallistava toiminta muodostavat jatkossa entistä tärkeämmän osan hyvinvoinnin ja osallisuuden tukemista. Emyn tavoitteena on kehittää toimintaansa osallistujalähtöisesti ja yhteistyössä sekä vastata alueellisiin tarpeisiin. Samalla toiminta lisää kokemusta siitä, ettei kenenkään tarvitse jäädä yksin.

## 13 VAKUUDEKSI

Espoossa 11. päivänä toukokuuta 2026

	
Johanna Virtanen, puheenjohtaja	Jyrki Myllärniemi, varapuheenjohtaja
	
Timo Siivonen, hallituksen jäsen	Ossi Salin, hallituksen jäsen
	
Laura Miettinen, hallituksen jäsen	Juho Oksa, hallituksen jäsen
	
Mikael Lindell, hallituksen jäsen	Ebba Sirppi, hallituksen jäsen
	
Suvi Simola, hallituksen jäsen	Kaj Järvisalo, toiminnanjohtaja

## LIITE 1

### Espoon mielenterveysyhdistys EMY ry:n toiminta numeroina vuonna 2025

(Ei sisällä Länsituuli-hanketta)

#### 1. Kohtaamispaikat ja virtuaalikohtaamispaikat

##### Emyn kohtaamispaikat 2025

Kohtaamispaikka	Aukiolopäivät	Kohtaamiskerrat	Osallistujia / kerta
Lilla Karyll ma-pe, su	300	5 532	18,4
Meriemy ma-pe, la	295	2 330	7,9
Valoemy ma, ke, to, pe	162	1 381	8,5
Valoemy Olotila ke, to, pe (18–32 v.)	135	1 850	13,7
Ohjaamotalo Olotila ma (18-32 v.)	43	574	13,3
<b>Kohtaamispaikat yht.</b>	<b>935</b>	<b>11 667</b>	<b>12,5</b>

##### Emyn virtuaalikohtaamispaikat 24/7

Virtuaalikohtaamispaikka	Aukiolopäivät	Jäseniä 31.12.2025
Avomielin-verkko Discord	365	241
Messissä! Discord	365	245

#### 2. Emyn ryhmätoiminta 2025

##### Talkoot 2025

Talkoot	Ryhmäkerrat	Kohtaamiskerrat	Osallistujia / kerta
Lilla Karyll	244	1 964	8,0
Meriemy	145	599	4,1
Valoemy	37	147	4,0
<b>Talkoot yht.</b>	<b>426</b>	<b>2 710</b>	<b>6,4</b>

##### Tuu messiin! -nuorten aikuisten (18–32 v.) ryhmät 2025

Ryhmä	Ryhmäkerrat	Kohtaamiskerrat	Osallistujia / kerta
Etä Roperyhmä Discord (18-32 v.)	41	99	2,4
Etä Peliryhmä Discord (18-32 v.)	42	217	5,2
Taideryhmä (18-32 v.)	16	60	3,8
Kuntosali (18-32 v.)	39	131	3,4
Liikuntaryhmä (18-32 v.)	5	12	2,4
Läksyryhmä (18-32 v.)	11	83	7,5
<b>Nuorten aikuisten ryhmät yht.</b>	<b>154</b>	<b>602</b>	<b>3,9</b>

##### Etäryhmät 2025

Ryhmä	Ryhmäkerrat	Kohtaamiskerrat	Osallistujia / kerta
Emy-Chat Tukinetissä	39	306	7,8
Mielenterveyttä yhdessä	8	38	4,8
Virtuaaliryhmä Discordissa			
Jooga Virtuaaliryhmä Discordissa	*)	*)	*)
*) luvut Liikuntaryhmissä			
<b>Etäryhmät yht.</b>	<b>47</b>	<b>344</b>	<b>7,3</b>

##### Keskustelu- ja vertaistukiryhmät 2025

Ryhmä	Ryhmäkerrat	Kohtaamiskerrat	Osallistujia / kerta
Englannin keskusteluterho	30	136	4,5
Kaikukorttiryhmä Meriemy	11	106	9,6
Keskusteleva teehetki	12	82	6,8
Keskustelua mielenterveyskuntoutujien toimijuudesta yhteiskunnassa	8	51	6,4
Meren ja taivaan välillä Meriemi	18	71	3,9
Mielen hyvinvointia darinkielisille naisille	19	161	8,5
Peili valkokankaalla	8	53	6,6
Sateenkaari-ihmisten ryhmä	8	32	4,0
Vertaistukiryhmä ADHD	8	39	4,9
Vertaistukiryhmä ahdistuksesta toipuville	18	117	6,5
Vertaistukiryhmä epävakaata persoonallisuushäiriötä sairastaville	2	5	2,5
Vertaistukiryhmä kaksisuuntaisille	19	95	5,0
Vertaistukiryhmä masentuneille	18	109	6,1
Vertaistukiryhmä persoonallisuushäiriötä sairastaville	9	68	7,6
Ystäväryhmä Espoon Yhteistalo	29	133	4,6
Ystäväryhmä Raitin Pysäkki	36	243	6,8
Ystäväryhmä Unelman kammas	43	232	5,4
Olohuone (30-45 v.)	38	169	4,4
<b>Keskusteluryhmät yhteensä</b>	<b>334</b>	<b>1 902</b>	<b>5,7</b>

## Liikuntaryhmät 2025

Ryhmä	Ryhmäkerrat	Kohtaamiskerrat	Osallistujia / kerta
Futsal ke Storängen	23	258	11,2
Biljardi	37	158	4,3
Jalkapallo pe Laaksolahden halli	15	189	12,6
Jalkapallo to Keski-Espoon tekonorumi	21	189	9,0
Jooga pe ESKO + Virtuaaliemy	25	136	5,4
Jooga to Lagstad	30	127	4,2
Keilaus	12	113	9,4
Kuntosali	33	191	5,8
Kävely pe Lilla Karyll	47	174	3,7
Salibandy to Kannusillanmäki	35	438	12,5
Salibandy ti Koulumestari	29	291	10,0
Sulkapallo	27	77	2,9
Vesiliikunta Keski-Espoo	15	46	3,1
Vesiliikunta Leppävaara	41	48	1,2
Vesiliikunta Matinkylä	36	114	3,2
<b>Liikuntaryhmät yhteensä</b>	<b>426</b>	<b>2 549</b>	<b>6,0</b>

## Toiminta- ja harrasteryhmät 2025

Ryhmä	Ryhmäkerrat	Kohtaamiskerrat	Osallistujia / kerta
Aamubingo Valoemy	7	24	3,4
Askartelupaja	7	14	2,0
Bileperjantai	7	187	26,7
Bänditaito	34	171	5,0
Elokuvailtapäivä	11	47	4,3
Hyvän mielen aamukahvit Valoemy	9	37	4,1
Hyvän mielen ryhmä Diakoniatalo	12	90	7,5
Ilon maalarit	20	95	4,8
Keramiikka	6	36	6,0
Kesätaideryhmä	8	63	7,9
Käsityöryhmä Valoemy	34	165	4,9
Lautapeli iltapäivä Valoemy	2	6	3,0
Raapekartonki-työpaja	1	5	5,0
Sello kirjasto blackout ja cut out poetry -työpaja	1	4	4,0
Kankaanpainantaa Entressen kirjastossa	1	5	5,0
Leivontaryhmä Valoemy	31	226	7,3
Lillan taiteilijat	7	50	7,1
Meren taiteilijat	8	29	3,6
Mielen hyvinvoinnin luova ryhmä Kirjasto	5	61	12,2
Mosaikki	5	30	6,0
Musankuunteluryhmä Valoemy	3	8	2,7
Peliryhmä Meriemy	20	72	3,6
Runoryhmä	30	106	3,5
Shakki	48	277	5,8
Sielunmaisemien maalarit	19	161	8,5
Toiminnallinen suomenkielen harjoitteluryhmä	26	156	6,0
Toimintaryhmä to Lilla Karyll	29	163	5,6
Ulkopeliryhmä to Lilla Karyll	12	97	8,1
Valoemyn musaryhmä	7	24	3,4
Valoisat taiteilijat Valoemyssä	8	25	3,1
Valon maalarit	7	17	2,4
<b>Toiminta- ja harrasteryhmät yht.</b>	<b>425</b>	<b>2 451</b>	<b>5,8</b>

## 3. Retket ja tapahtumat 2025

### Retket 2025

Retki	Retkikerrat	Kohtaamiskerrat	Osallistujia / kerta
Ateneum	1	1	1,0
Cow-baletin pääharjoitus	1	17	17,0
Edith Piaf -baletin pääharjoitus	1	20	20,0
Bileperjantai On the Road Hyvä Kodissa	1	10	10,0
Carting	1	10	10,0
Didrichsenin taidemuseo	1	15	15,0
Eläinten vallankumous -ooppera	1	18	18,0
Fazerila	1	12	12,0
HAM:iin Tove Jansson "Paratiisi"	1	0	0,0
Hevostalliretki	1	12	12,0
HJK ottelut	4	25	6,3
HKO harjoitus "Sibelius & Rihm"	1	16	16,0
HKO harjoitus "Sukupolvien silta"	1	19	19,0
HKO harjoitus "Talvinen taivas"	1	18	18,0
Hotelli- ja ravintolamuseo	1	10	10,0

Ilmailumuseo	1	4	4,0
IlonPilke-tapahtuma	1	6	6,0
Iso Vasikkasaari	1	14	14,0
Joulukonsertti Louhisali	1	12	12,0
Kaikukorttiryhmän retket	13	33	2,5
Kasvitieteellinen puutarha	1	2	2,0
Kiekko-Espoo ottelut	9	40	4,4
Korkeasaari	1	5	5,0
Nuukio	1	4	4,0
Pentala 17.7. ja 23.7.	2	5	5,0
Ratsumies-oopperan harjoitus	1	26	26,0
RSO kenraaliharjoitus	1	17	17,0
Skandaalikonseratin harjoitus	1	12	12,0
Suomenlinna	1	6	6,0
TAHTO-urheilumuseo	1	3	3,0
Tosca-oopperan harjoitus	1	20	20,0
Vallisaari Helsinki Biennaali	1	6	6,0
<b>Retket yhteensä</b>	<b>55</b>	<b>418</b>	<b>7,6</b>

### Emyn omat tapahtumat 2025

Tapahtuma	Tapahtumakerrat	Kohtaamiskerrat	Osallistujia / kerta
Ystävänpäivän kahvit Lilla Karyll	1	28	28,0
Pääsiäislounas Lilla Karyll	1	73	73,0
Vappubileet Lilla Karyll	1	37	37,0
Laskiaisrieha Lilla Karyll	1	27	27,0
Puutarhajuhla Lilla Karyll	1	47	47,0
Emy 40 v. kakkukahvit Meriemy	1	6	6,0
Emy 40 v. kakkukahvit Lilla Karyll	1	16	16,0
Emy 40 v. kakkukahvit Valoemy	1	13	13,0
Roskatalkoot	1	5	5,0
Emy 40 v. juhlat VPK-talo	1	90	90,0
Pikkujoulat Valoemy	1	60	60,0
Joululounas Lilla Karyll	1	89	89,0
Jouluatto Meriemy	1	15	15,0
Uudenvuoden bileet Lilla Karyll	1	32	32,0
<b>Tapahtumat yhteensä</b>	<b>14</b>	<b>538</b>	<b>38,4</b>

### Yhteistyötapahtumat 2025

Yhteistyötapahtuma	Tapahtumakerrat	Kohtaamiskerrat	Osallistujia / kerta
Asunnottomien yö Pappilänmäellä	1	131	131,0
Matinraitin kyläkarnevaalit	1	250	250,0
Selvästi kivaa	1	75	75,0
Avomieli bilisturnaus	1	4	4,0
Puutarhakahvittelut Lilla Karyll	1	11	11,0
Emy + Hyvä Koti	1	11	11,0
Espoo-päivän piknik	1	60	60,0
Avomieli minigolfturnaus	1	7	7,0
Avomieli keilaturnaus	1	5	5,0
Avomieli Marrasillamat	1	20	20,0
<b>Yhteistyötapahtumat yhteensä</b>	<b>9</b>	<b>563</b>	<b>62,6</b>

## 4. Vapaaehtoisten virkistys, puutarhatoiminta, koulutukset ja leirit

### Vapaaehtoisten virkistys 2025

Toiminta	Virkistyskerrat	Kohtaamiskerrat	Osallistujia / kerta
Retki Luontokeskus Haltiaan	1	18	18
Vertaisilta Lilla Karyll	1	14	14
Olutilan (18-32 v.) vapaaehtoisten pikkujoulat	1	12	12
Vapaaehtoisten pikkujoulat Valoemy	1	18	18
Peili valkokankaalla -juhlanäytös Kino Tapiola	1	19	19
Työnohjaus	5	17	3
<b>Vapaaehtoisten virkistys yht.</b>	<b>10</b>	<b>98</b>	<b>9,8</b>

### Kauklahden puutarhapalsta 2025

Toiminta	Ryhmäkerrat	Kohtaamiskerrat	Osallistujia / kerta
Auki 5.5.-26.9.2025	102	787	7,7

## Koulutukset ja kurssit 2025

Koulutus/kurssi	Koulutuskerat	Kohtaamiskerrat	Osallistujat	Osallistujia / kerta
Seksuaaliterveysluento	1	6	6	6,0
Martta-ruokakurssit x 6	6	45	27	7,5
Mielenterveyden ensiapu 2-koulutus (18–32 v.) (2 x 7 h)	1	16	8	16,0
Toivon näkökulmia -lääkäri- ja lääkäriluento	1	25	25	25,0
Luontokävelyoppaan kehittämistyöpaja	1	5	5	5,0
Startti Emy:n vapaaehtoiseksi	7	7	7	1,0
Mediatyöpaja	2	6	5	3,0
<b>Koulutukset ja kurssit yht.</b>	<b>19</b>	<b>110</b>	<b>83</b>	<b>5,8</b>

## Leirit 2025

Leiri	Päiviä	Kohtaamiskerrat	Osallistujat
Talvileiri Velskolassa 24.-28.2.	5	23	23
Kesäleiri Stora Blindsundissa 23.-27.6.	5	13	13
Kesäleiri Stora Blindsundissa (18-32 v.) 9.-12.7.	4	14	14
Avomieli-leiri Nedergårdissa 26.-28.5.	3	23	23
Syysleiri Velskolassa 27.-29.10.	3	23	23
<b>Leirit yhteensä</b>	<b>20</b>	<b>96</b>	<b>96</b>

## 5. Yksilöllinen tuki ja Kutsu-toiminta

### Yksilöllinen tuki 2025

Toiminta	Yksittäiset henkilöt	Kohtaamiskerrat
Tukikeskusteluja kävijöiden kanssa	81	236
Vapaaehtoisten terapeuttiharjoittelijoiden vastaanotot	60	516
Kaikukorttien jako ja uusinta	175	175
Digilaiteohjaus	5	11
<b>Yksilöllinen tuki yhteensä</b>	<b>321</b>	<b>938</b>

### Kutsu-toiminta 2025

Toiminta	Toimintojen lukumäärä	Kohtaamiskerrat	Yksittäiset henkilöt
Kutsu-tapaamiset (=henkilökohtaiset tapaamiset, 1-2 h, 1-5 krt)	126	126	100
Henkilökohtaisista Kutsu-tapaamisista kolmikantatapaamisia *)	31	31	31
Ystävryhmät (3 kpl) **)	108	608	46
<b>Kutsu-toiminta yhteensä</b>	<b>234</b>	<b>734</b>	<b>146</b>

\*) Yhteistyökumppani (esim. sosiaaliohjaaja, toimintaterapeutti) ja hänen asiakkaansa sekä Emy:n työntekijä tapaavat ensikäynnillä yhdessä.

\*\*\*) Ystävryhmätoiminnan luvut sisältävät keskusteluryhmien lukuihin.

## 6. Toiminnan kokonaismäärä

### Emyn toiminta 2025 yhteensä

Yhteenvedo	Ryhmä-/toimintokerrat	Kohtaamiskerrat
<b>Emyn toiminta 2025 yhteensä *)</b>	<b>3 531</b>	<b>26 507</b>

\*) Ei sisällä Discord-virtuaalikohtaamispaikkoja.

### Emyn verkkotilastot 2025

Kanava	Jäsenet	Seuraajat	Käynnit	Viestit	Sivulataukset	Unikit kävijät	Levikki / näyttökerrat
Discord Virtuaaliemy	241			115 048			
Discord Messissä!	245			2 583			
Instagram Emy		835					
Instagram Tuu messiin!		651					7 713
Facebook Emy		705					60 923
Facebook Tuu messiin!		739					7 713
Kotisivut			85409		410 871	50 151	
Emy s-posti uutiskirje							4 836
Tuu messiin! s-posti uutiskirje							2 244
Emy-tiedote (painettu)							6 600

## LIITE 2.

### Espeen mielenterveysyhdistys EMY ry:n yhteistyökumppanit vuonna 2026

(Sisältää myös Länsituuli-hankkeen yhteistyökumppanit)

Kategoria	Toimija	Yhteistyön kuvaus
Kaupunki/kunta	Espeen Hyvinvoinnin, terveyden ja osallisuuden (Hyteo)-tiimi	Tilat, avustus, verkosto- ja viestinnällinen yhteistyö
Kaupunki/kunta	Espeen Liikuntapalvelut	Viestinnällinen yhteistyö, Emy:n saama avustus, Emy saa tiloja käyttöönsä
Kaupunki/kunta	Espeen Nuorisopalvelut	Viestinnällinen yhteistyö, asiakasohjaus; kumppanuusrahaalla Starttipiste-yhteistyö ja Ohjaamotalon Olotila
Kaupunki/kunta	Espeen Kulttuurin tulosyksikkö/Kaikukortti	Viestinnällinen yhteistyö, ryhmät
Kaupunki/kunta	Espeen kirjastot	Viestinnällinen yhteistyö
Kaupunki/kunta	Siuntio	Tilat, viestinnällinen yhteistyö, Länsituuli-hanke
Kaupunki/kunta	Inkoo	<b>Länsituuli-hanke</b> , tilat, toiminta yhteistyössä, viestinnällinen yhteistyö
Kaupunki/kunta	Vihti	<b>Länsituuli-hanke</b> , tilat, toiminta yhteistyössä, Kaikukortti-, viestinnällinen yhteistyö
Kaupunki/kunta	Lohja	<b>Länsituuli-hanke</b> , tilat, Kaikukortti-, viestinnällinen yhteistyö
Kaupunki/kunta	Kirkkonummi	<b>Länsituuli-hanke</b> , viestinnällinen yhteistyö, asiakasohjaus
Sairaanhoidopiiri	HUS HYKS aikuispsykiatria (Jorvin alue)	Viestinnällinen yhteistyö, ryhmät, asiakasohjaus, kehittämistyö
Espeen Ohjaamotalon toimijat, useita	Espeen kaupunki, HDL/Vamos nuoret Espoo	Eryteisesti Tuu messiin! -toiminta: viestinnällinen yhteistyö, ryhmät, asiakasohjaus, asiantuntijayhteistyö
Länsi-Uudenmaan hyvinvointialue	Aikuissosiaalityö, Mielenterveys- ja päihdepalvelut, Yhdyspintatiimi, Ikäntyneiden palvelut, Perhekeskusten kohtaamispaikkatoiminta, Asukastila Kivenkolo	Kehittäminen, asiakasohjaus, puutarhatoiminta, Emy:n saama avustus, asiantuntijayhteistyö, ryhmät, tapahtumat, kehittämistyö, verkostoyhteistyö (Espeen seudun kohtaamispaikkaverkosto, Länsi-Uudenmaan päihde- ja mielenterveystoimijoiden verkosto)
Länsi-Uudenmaan hyvinvointialue	Tuettu asuminen Auroranportti, Kalliolahteentie	Asiakasohjaus, kehittämissyhteistyö (hankehautomo, yhteistyökokoukset)
Liitto	Elinkeinoelämän keskusliitto	Emy jäsenenä
Liitto	Mielenterveyden keskusliitto	Viestinnällinen yhteistyö, kehittämistyö, Emy jäsenenä, koulutukset
Mielenterveysyhdistys	Hyvä Koti ry	Ryhmät, Tilat, Monipuolinen Avomielin-yhteistyö, verkostoyhteistyö (Espeen seudun kohtaamispaikkaverkosto, Länsi-Uudenmaan päihde- ja mielenterveystoimijoiden verkosto)
Mielenterveysyhdistys	Kirkkonummen Seudun Mielenterveysyhdistys Kisu ry	Monipuolinen Avomielin-yhteistyö, työntekijän patkkaus yhdistykseen, Länsituuli-hanke
Mielenterveysyhdistys	Mielenterveysyhdistys Etappi ry	Monipuolinen Avomielin-yhteistyö
Mielenterveysyhdistys	Mielenterveysyhdistys Helmi ry	Monipuolinen Avomielin-yhteistyö
Mielenterveysyhdistys	Psykososiala föreningen Sympati r.f.	Monipuolinen Avomielin-yhteistyö
Mielenterveysyhdistys	Tukiyhdistys Karvinen ry	Monipuolinen Avomielin-yhteistyö
Mielenterveysyhdistys	Tukiyhdistys Majakka ry	Monipuolinen Avomielin-yhteistyö
Mielenterveysyhdistys	Vantaan mielenterveysyhdistys Hyvät Tuulet ry	Monipuolinen Avomielin-yhteistyö
Oppilaitos	Laurea-ammattikorkeakoulu	Opiskelijoiden harjoittelu, kehittämistyö
Oppilaitos	Lyhytterapiainstituutti	Opiskelijoiden harjoittelu
Oppilaitos	Omnia	Opiskelijoiden harjoittelu, yhteistyö nuorten työpajojen kanssa, asiakasohjaus
Säätiö	Viola Raninin Säätiö	Emy:n saama avustus
Seurakunta (ev. lut.)	Espeen seurakuntayhtymä	Kehittämistyö, Emy:n saama avustus, ryhmät, tilat
Seurakunta (ev. lut.)	Espeenlahti	Ryhmät, viestinnällinen yhteistyö
Seurakunta (ev. lut.)	Leppävaara	Viestinnällinen yhteistyö
Seurakunta (ev. lut.)	Otari	Viestinnällinen yhteistyö, ryhmät, Diakoniatalo
Seurakunta (ev. lut.)	Tuomiokirkkoseurakunta	Tapahtumat, viestinnällinen yhteistyö, retket, tilat

Seurakunta (ev. lut.)	Kirkkonummi	<b>Länsituuli-hanke</b> , Nuorten aikuisten toiminta, viestinnällinen yhteistyö
Seurakunta (ev. lut.)	Siuntio	<b>Länsituuli-hanke</b> , Kohtaamiskahvila, viestinnällinen yhteistyö
Seurakunta (ev. lut.)	Inkoo	<b>Länsituuli-hanke</b> , tilat, tapahtumat, viestinnällinen yhteistyö
Seurakunta (ev. lut.)	Lohja	<b>Länsituuli-hanke</b> , K30-ryhmätoiminta, tapahtumat, viestinnällinen yhteistyö
Seurakunta (ev. lut.)	Vihti	<b>Länsituuli-hanke</b> , Asiakasohjaus, viestinnällinen yhteistyö
STM	STEA	Emyn saama avustus, kehittämistyö
Verkostot	Päihde- ja mielenterveysteemaverkosto	Verkostossa Länsi-Uusimaalaisia päihde- ja mielenterveystoimijoita yhteisöä
Verkostot	Länsi-Uudenmaan kohtaamispaikkaverkosto	Verkostossa Länsi-Uusimaalaisia kohtaamispaikkatoimijoita yhteisöä
Verkostot	Espoon kohtaamispaikkaverkosto	Verkostossa espoolaisia kohtaamispaikkatoimijoita yhteisöä
Verkostot	Matinkylä-Olari monitoimiset	Verkostoyhteistyö, tapahtumat, ”Talvipuutarha”
Yhdistys/järjestö	Diaconia Vihti ry	<b>Länsituuli-hanke</b> , tilat, yhteistoiminta, viestinnällinen yhteistyö, asiakasohjaus
Yhdistys/järjestö	ESKO Espoon sirkus- ja teatterikoulu	Emy käyttää tiloja
Yhdistys/järjestö	Espoon ympäristöyhdistys ESPYY	Tapahtumat, järjestötila Villa Apteekki
Yhdistys/järjestö	Etelän-SYLI	Nuorten aikuisten toiminta ryhmä, verkostoyhteistyö
Yhdistys/järjestö	Finfami Uusimaa ry	Verkostotyö (Länsi-Uudenmaan päihde- ja mielenterveystoimijoiden verkosto), ryhmät
Yhdistys/järjestö	HyTe ry	Verkostoyhteys, Emy jäsenenä
Yhdistys/järjestö	Innostava-hanke	Länsituuli-hanke, ryhmä
Yhdistys/järjestö	Kalliolan settlementti	Tapahtumat, viestinnällinen yhteistyö, kehittämistyö
Yhdistys/järjestö	Kulttuuripaja Hiisi Sosped ry	<b>Länsituuli-hanke</b> , tilat, tapahtumat, retket, viestinnällinen yhteistyö, asiakasohjaus
Yhdistys/järjestö	Lohjan monitoimikeskus	<b>Länsituuli-hanke</b> , tilat, verkostoyhteistyö
Yhdistys/järjestö	Manna-Apu ry	Verkostoyhteistyö (Espoon seudun kohtaamispaikkaverkosto, Länsi-Uudenmaan päihde- ja mielenterveystoimijoiden verkosto), tapahtumat, Emy tukee
Yhdistys/järjestö	MIELI Lohjan mielenterveys ry	<b>Länsituuli-hanke</b> , ryhmät, verkostoyhteistyö
Yhdistys/järjestö	MIELI Suomen Mielenterveys ry	Tukinet-ryhmä, koulutukset
Yhdistys/järjestö	MIELI Vihdin kriisikeskus	<b>Länsituuli-hanke</b> , tapahtumat, verkostoyhteistyö
Yhdistys/järjestö	MLL Virkkala	<b>Länsituuli-hanke</b> , tilat
Yhdistys/järjestö	Nicehearts ry Yhteisötila Espoo	Emy lainaa tiloja, viestinnällinen yhteistyö, asiakasohjaus
Yhdistys/järjestö	Olarin Martat ry	Ryhmät, viestinnällinen yhteistyö, Emy tilojen käyttö
Yhdistys/järjestö	Olari-seura	Emyn tilojen käyttö, verkostoyhteistyö, tapahtumat
Yhdistys/järjestö	Opintokeskus Sivis	Koulutukset, Emy saama avustus
Yhdistys/järjestö	Psykososiala förbundet	Verkostoyhteistyö (Länsi-Uudenmaan päihde- ja mielenterveystoimijoiden verkosto)
Yhdistys/järjestö	SeKaVan Tuki ry	Emy jäsenenä, saaren käyttö
Yhdistys/järjestö	Siuntion Martat ry	<b>Länsituuli-hanke</b> , ryhmät
Yhdistys/järjestö	Skene ry	<b>Länsituuli-hanke</b> , koulutus
Yhdistys/järjestö	SPR Kirkkonummi-Siuntio	<b>Länsituuli-hanke</b> , kohtaamiskahvila
Yhdistys/järjestö	Suomen Punainen Risti, Espoon osastot	Raitin Pysäkki, tapahtumayhteistyö, asiakasohjaus
Yhdistys/järjestö	Uudenmaan Martat ry	Ryhmät, viestinnällinen yhteistyö
Yhdistys/järjestö	ViaDia Länsi-Uusimaa	<b>Länsituuli-hanke</b> , tilat, tapahtumat, ryhmät, verkostoyhteistyö
Yhdistys/järjestö	Virkkalan Martat ry	<b>Länsituuli-hanke</b> , ryhmät
Yritys	Winthrop Technologies	Emyn saama avustus
Yritys	Ykköskodit / Hoiva Mehiläinen	Asiakasohjaus, ryhmät, tapahtumat, kehittäminen

**SIGNATURES****ALLEKIRJOITUKSET****UNDERSKRIFTER****SIGNATURER****UNDERSKRIFTER**

This document contains 31 pages before this page

Dokumentet inneholder 31 sider før denne siden

Tämä asiakirja sisältää 31 sivua ennen tätä sivua

Dette dokument indeholder 31 sider før denne side

Detta dokument innehåller 31 sidor före denna sida

authority to sign

representative

custodial

asemavaltuus

nimenkirjoitusoikeus

huoltaja/edunvalvoja

ställningsfullmakt

firmateckningsrätt

förvaltare

autoritet til å signere

representant

foresatte/verge

myndighed til at underskrive

repræsentant

frihedsberøvende