

KOKEMUS VAIKUTTAA!

**Mielenterveysyhdistys Etapin
KUKKUU-HANKE JA KOALA-RYHMÄ**



TOIMINTA

KOALA-RYHMÄ

STEAn kohdennettu toimintarahoitus (AK)

Perustettu 2014

KOALA



KUKKUU-HANKE

STEAn 3v hankerahoitus 2022-2024



YHTEISTÄ

KOHDERYHMÄ JA TAVOITTEET

- Kohderyhmä 18-35-vuotiaat nuoret aikuiset, joita koskettavat mielenterveysteemat
- Toiminta on maksutonta, valtakunnallista ja avointa, eli jokainen voi liittyä mukaan
- Tavoitteena
 - poistaa mielenterveyden häiriöihin liittyvää stigmaa
 - mahdollistaa ja lisätä nuorten aikuisten mielenterveysteemaisen kokemusäänen näkymistä ja kuulumista yhteiskunnassa

YHTEISTÄ

OSALLISTUMINEN

- Jokainen voi osallistua oman mielenkiinnon ja jaksamisen mukaisesti
- Toiminta ei ole terapiaa tai kuntoutusta
- Jokainen osallistuja sitoutuu pitämään yllä turvallista ja tasavertaista ilmapiiriä, jossa jokaisella on tilaa olla oma itsensä
- Jokainen osallistuja allekirjoittaa muiden toimijoiden yksityisasiota koskevan vaitiololupauksen

YHTEISTÄ

TOIMIJUUS

- Käytämme toiminnoissamme termiä **toimija**, joka kuvaa sitä että toiminnoissa mukana olevat nuoret aikuiset osallistuvat kaikkeen tekemiseen **toimijalähtöisesti**
- Pyrimme siihen, että kaikki toiminta on toimijoiden ideoista lähtevää
- Toimijat ovat aktiivisia toimijoita ja työntekijät **fasilitoivat** toimintaa



KUKKUU-HANKE

- **Maksuttomien kokemusviestintäkoulutuksien tarjoaminen järjestöille ympäri Suomea, joissa koulutetaan toteuttamaan kokemuslähtöistä viestintää. Koulutusten suunnittelussa mukana hankkeen toimijat**
- **Erilaiset kokemusviestintään liittyvät toiminnot 18-35-vuotiaille nuorille aikuisille**
- **Toimijalähtöinen Kukkuu-kollektiivi**



KOULUTUKSET

- Koulutuksissa perehdytään siihen, miten järjestö voisi ottaa nuorten aikuisten mielenterveysteemaisen äänen enemmän esiin omassa viestinnässä
- Tarjoamme osallistavaa kouluttautumista, jossa järjestön tarpeet huomioiden kehitetään järjestöviestintää suunnitelmalliseksi, resurssit huomioiden
- Koulutuksia järjestetään valtakunnallisesti. Tulemme joko paikan päälle, etänä tai hybridinä

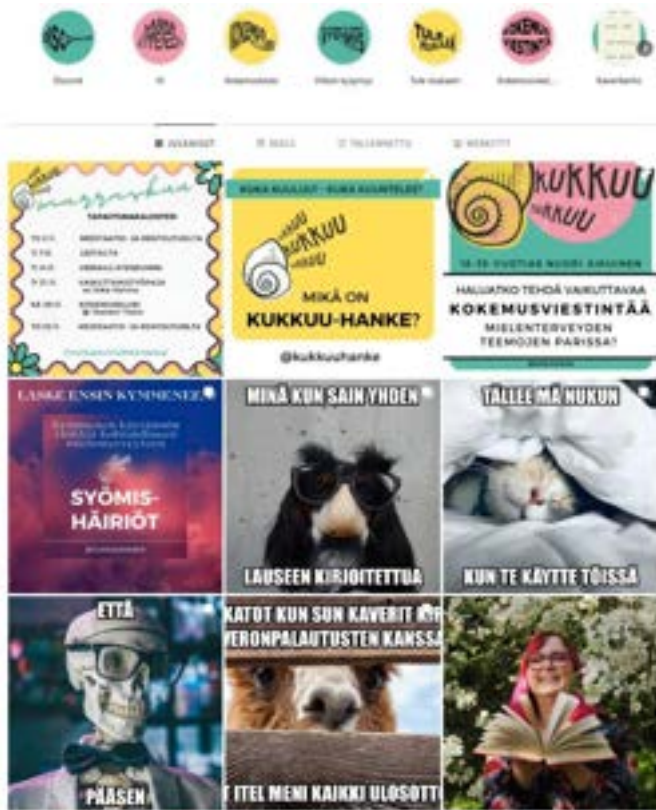


KOKEMUSVIESTINTÄ

- Kokemusviestintää on mahdollista tehdä monilla tavoilla
- Kokemusviestijä voi myös olla kokemusasiantuntija, mutta kokemusviestintä ei ole verrattavissa kokemusasiantuntijuuteen, johon käydään koulutus
- Kokemusviestintää voi toteuttaa esim. sosiaalisessa mediassa, ja erilaisten taiteellisten tuotosten muodossa – omilla kasvoillaan tai anonyymiyden suojista



KOLLEKTIIVI



Mitä?

- Toimijoiden postaukset
- Kukkuun oma toiminta
- Tiedon jakaminen
- Yhteistyöpostaukset

Missä?

- Instagram
- TikTok
- @kukkuuhanke



IDEOINTIA

- OUT OF THE BOX!

- Tehdään yhdessä! Jakaantukaa n. 2-4 hengen ryhmiin
- Missä muodossa ja millä alustoilla teidän organisaationne voisi tehdä kokemusviestintää?
- Ideointiaika n. 15 minuuttia
- Lyhyt esittely ideoista toisille



MIELENTERVEYSAKTIVISMIRYHMÄ

KOALA



KOKEMUS VAIKUTTAA.

Koala on 18-35v. nuorten aikuisten
mielenterveysaktivismiryhmä.

Teemme some-aktivismia, tapahtumia, peliaktivismia ja ryhmätoimintaa.
Tule mukaan Koala-ryhmään!



KENELLE?

18-35-v. nuorille aikuisille,
jotka ovat kiinnostuneita

**yhdessä toimimisesta
mielenterveysteemoista
aktivismista**



KOALA- TOIMINTA

Toimijalähtöistä - ideoidaan ja toteutetaan osallistujien näköistä aktivismia heille mielekkäillä keinoilla

Yhteisöllistä - avointa, yhdessä toimimista ja vertaistukea

Vaikuttavaa - mahdollisuuksia omien kokemusten näkyväksi tekemiselle ja vaikuttamistaitojen kehittämiseksi

KOALA-RYHMÄN AKTIVISMIN MUODOT

Jokainen Koala-ryhmäläinen voi osallistua toimintaan oman mielenkiinnon ja jaksamisen mukaan.

SOME-AKTIVISMI

Some-ryhmässä luot yhdessä ryhmän kanssa kantaaottavia, samaistuttavia, humoristisia ja vaikuttavia somesisältöjä mielenterveyden häiriöiden stigman purkamiseksi! Ammennamme some-sisältöä ajankohtaisista aiheista, ryhmäläisten omista kokemuksista ja kuukausittain järjestettävistä Keskustelukokouksista.

PELIAKTIVISMI

Kiinnostaako pelien kehittäminen tai pelinjohtajana toimiminen? Peliryhmässä pääset luomaan pelejä, jotka lisäävät pelaajien tietoisuutta ja ymmärrystä mielenterveydestä. Pelautamme kehitettyjä pelejä yhteisöissä ja tapahtumissa. Mielenterveysviidakossa-lautapelin pelinjohtajana pääset johdattamaan pelaajat mielenterveystoipujien arkeen ja kamppailuun byrokratian rattaissa.

TAPAHTUMATUOTANTO

Haluaisitko järjestää tapahtumia, klubeja, työpajoja tai retkiä? Silloin tapahtumatuotanto on juuri sinua varten! Ryhmässä pääset ideoimaan, suunnittelemaan ja toteuttamaan hauskoja ja vaikuttavia tapahtumia yhdessä muiden ryhmäläisten kanssa. Voit valita itseäsi kiinnostavan roolin suunnittelun tai käytännön toteutuksen puolelta.

RYHMÄTOIMINTA

Olisiko sinulla jokin idea, jota haluaisit lähteä porukalla kokeilemaan ja edistämään? Koalan ryhmätoiminnassa kehitämme aktivismitempauksia ja -projekteja ryhmäläisten mielenkiinnonkohteiden pohjalta! Ryhmätoiminnan ydin ovat joka toinen viikko järjestettävät Koalan ryhmätapaamiset.

KOKEMUSVAIKUTTAJAKOULUTUS

eli KoVa-koulutus

MIKÄ ON KOVA-KOULUTUS?

Koala järjestää ilmaista kokemusvaikuttaja-koulutusta eli KoVa-koulutusta 18-35-vuotiaille. Voit osallistua yhteen koulutusiltaan tai suorittaa kokemusvaikuttaja-koulutuskokonaisuuden. Koalan KoVa-koulutus on KoKoA-Kokemus-asiiantuntijat ry:n suosituksen mukainen (laajuus 50 lähiopetustuntia). Voit käydä koulutuksen itsellesi sopivassa tahdissa ja valiten sinulle kiinnostavimpia koulutusaiheita.

KOVA-KOULUTUKSEN AIHEALUEITA:

Oma kokemusasiiantuntijuus
Mielenterveys
Aktivismi
Viestintä ja media
Poliittinen vaikuttaminen
Yhdistystoiminta ja vaikuttaminen
Esiintymis- ja vuorovaikutustaidot
Kehittäminen ja palvelumuotoilu

PÄIHTEETÖN JA ILMAINEN

KOKEMUS- KLUBI

@ ORANSSI
Kaasutehtaankatu 1,
rakennus 11

25
LOKAKUU
18-22



KOKEMUSKLUBI

Kutsuvierasesiintyjä & poikkitaiteellinen aromiikki
to 8.12.2022 klo 18-22 @ Oranssin kahvio
Kaasutehtaankatu 1



Virtuaali
KOKEMUS-
KLUBI VOL.4

Nett. Kokemuskokoukset
yhteydessä maanantai-iltoihin

ZOOM
19.11.2020 | 18:00
www.koalaryhma.fi



TAPAUS 1 - tapahtumatuotanto

KOKEMUSKLUBI

Kokemusklubi on Koala-ryhmän kehittämä konsepti.

Klubin avaavat kutsuvierasesiintyjät.

Esiintyjien jälkeen lava on avoinna yleisölle ja kokemusten jakamiselle. Oman kokemuksen jakaminen voi olla esim. puheenvuoro, runo, kokemustarina, laulu, spoken wordia, dragia, komiikkaa tai improa.

Klubin yhteydessä järjestetään myös muuta toimintaa, esim. työpajoja.

**HUONEISTOSSA
MIELENTERVEYS-
KUNTOUTUJIA**



www.koalaryhma.fi

**SINUNKIN NAAPURISSASI ASUU
MIELENTERVEYSKUNTOUTUJIA.**



www.koalaryhma.fi

**TÄSSÄKIN RAPUSSA ASUU
MIELENTERVEYSKUNTOUTUJIA.**



www.koalaryhma.fi

TAPAUS 3 - ryhmätoiminta

SINUNKIN

NAAPURISI

Mitä enemmän ja avoimemmin mielenterveyden häiriöistä puhumme, sitä helpommin ymmärrämme, että ne ovat läsnä myös omassa arkisessa elinpiirissämme. Koalan suunnittelemat ovitarrat on tarkoitettu yksityiseen käyttöön ja tarra-aktivismiin sopiviin julkisiin tiloihin herättämään keskustelua.

teko 2020



Ville Merinen
psykoterapeutti



#koalazyyma

MIELETÖN TEKO 2022:
EROMA



TAPAUS 4 - someaktivismi

MIELETÖN TEKO

Koala jakaa joka vuosi Mieletön teko -kunniamaininnan taholle tai henkilölle, joka on kuluneen vuoden aikana saanut aikaan jotakin merkityksellistä mielenterveyden saralla joko yksilön tai rakenteiden tasolla. Koalan toimijat nostavat esille omia ehdokkaitaan, joiden joukosta äänestetään yksi tai useampi kunniamaininnan saajaksi.



MIELETÖN TEKO 2021

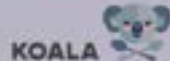


Sekasin-chatin some

Kohtaus ry KOHTAUS



Tinna Pehkonen





Uusia tuulia

GALLERIA

MIELENTILA

Galleria Mielentila on ilmainen galleriatila mielenterveyttä käsittelevälle taiteelle.

Galleria sijaitsee Mielenterveysyhdistys Etappi ry:n Tsänssi- ja Kukkuu-hankkeiden sekä Koala-toiminnan toimitiloissa Hämeentie 13A, Helsinki.

Gallerian näyttelyhaku järjestetään keväällä ja syksyllä. Näytteilleasettajille ei ole ikärajaa ja hänen ei tarvitse olla Etappi ry:n toimija tai jäsen.