



NUORTEN MIELENTERVEYS – LUOMME TOIVOA MAAILMAAN

(Gordon R. McNally RIPE -23-24)

**ROTARYPIIRIN 1420
YHTEINEN PALVELUHANKE
2023 - 2024**

Apulaiskuvernöörit

Eija Mattila

Teuvo Metsäpelto

Ritva Ohmeroluoma

*"Mitä hyvänsä tulevassa
hallitusohjelmassa lukeekaan, nuorten
nuorten hyvinvoinnilla pitäisi olla siinä
olla siinä ihan oma lukunsa."*

**Sari Aalto-Matturi, MIELI ry:n
toiminnanjohtaja**





Nuoren mieli

- Mielen terveyden häiriöt maksavat Suomelle vähintään 11 miljardia euroa joka vuosi, ja mielen terveyden haasteet ovat suurin työelämästä syrjäyttävä. Erityisesti on vahvistettava nuorten hyvinvointia ja sen edellytyksiä (Mieli ry).
- Joka minuutti **neljä** nuorta joutuu kouluväkivallan uhriksi (vuoden 2021 kouluterveyskysely)
- 13-vuotiaat tytöt pahoinpitelivät 49-vuotiaan myyjän (Iltalehti 7.3.2023)

Samalla viikolla kolme alle viisitoista vuotiaan puukotusta nuorten kesken. Tämä ei tarkoita, että nuorten väkivalta olisi lisääntynyt – päinvastoin vähentynyt.



Mieli ry:n ja Rotarypiiri 1420 Suomen hankkeessa koulutetaan vanhempia ymmärtämään ja toimimaan, kun nuoren mieli ei voi hyvin.

Esim. diabetesta sairastavan lapsen vanhemmille ja koko perheelle opetetaan sairauden toteamisen jälkeen mm. insuliinin anto ja ruokavalion merkitys. Tähän samaan ohjaukseen tulee pyrkiä myös, kun nuoren mieli järkkyy.

Mieli ry on kehittänyt Mielenterveyden ensiapu kansalaistaidoksi - koulutuksia, MTEA®, joista Nuoren mielen ensiapukoulutusta hyödynnetään tässä hankkeessa.



Koulutuksen käytyään vanhempi/rotary

- tunnistaa omassa perheessä sopivia keinoja ilmaista tunteita, välittämistä ja huolta
- arvioi oman vanhemmuuden vaikutusta nuoren mielenterveyteen
- vahvistaa nuoren mielenterveyttä
 - esim. antamalla aikaa, huomiota ja kunnioitusta
- kohtaa nuoren arvostavasti ylläpitäen toivoa
- löytää nuoren vahvuudet ja tukee tämän yksilöllistä kehittymistä
- toimii avun saamiseksi



NMEA -koulutuksen sisältö

- Mitä on mielenterveys?
- Mielenterveyden suoja- ja riskitekijät
- Lapsen/nuoren maailman ajankohtaiset ilmiöt
- Lapsen/nuoren arvostava, toivoa ylläpitävä kohtaaminen
- Omien voimavarojen vaikutus kohtaamiseen
- Tunteet kohtaamisessa
- Mistä ja milloin huolestua?
- Mielenterveyden ongelmien merkit
- Kriisit perheessä
- Kiusaaminen
- Masennus, ahdistuneisuus
- Itsetuhoisuus
- Tukiverkosto
- Mistä voi saada apua?



Koulutuksen rakenne

- 2 x ryhmätapaaminen ohjaajan kanssa (lähi/verkossa)
- 2 x itseopiskelu ja yhteistyö ohjaajan johdolla kurssilaisten kanssa Moodlessa
- Koulutuksen kokonaislaajuus on 14 tuntia
- Kirja tukemassa opiskelua (sisältyy kurssiin)
- Koulutuksesta saa todistuksen.



Hankeaika: 1.8.2023 - 31.7.2024

- Tikkurilan Rotaryklubi on lupautunut hankkeen isäntäklubiksi
 - Hallinnoi hankerahoituksen
 - Pilotoi ensimmäisen NMEA:n vantaalaisessa koulussa
 - Eija voi kouluttaa klubipresidenttejä jo tänä keväänä
- Hankkeen aikana järjestetään vanhemmille 20 - 25 NMEA -koulutusta piirimme alueella, osallistujia 300-375
- Mieli ry tavoittaa osallistujia erityisesti koulujen- ja oppilaitosten kautta.
- **Hankkeen yhtenä tavoitteena rotaritoiminnan näkyväksi tekeminen**



Resurssit:

- Rotaryklubien **tavoitteena oli kerätä 30 000 €** kouluttajan palkkakuluihin vuodeksi, 50%:n työpanoksella – **tähän muutos:**
 - Mieli ry:ltä on saatu sopimusluonnos, joka tarkistettavana AG Teuvo Metsäpellolla. Emme sitoudu keräämään 30 000, vaan se on tavoite. Koulutus etenee elokuulta eteenpäin siihen mennessä saatujen varojen kanssa. Toukokuun aikana Tikkurilan klubi ilmoittaa tilinumeron, jolle klubit voivat siirtää resurssiensa mukaisen hankesumman – siis tänä keväänä ennen kesälomille jäämistä lahjoittulla sumalla voidaan koulutus käynnistää ja syksyllä lahjoituksia voi tehdä öisää ja näin saadaan koulutusta jatkettua.
- koulutukset ovat osallistujille maksuttomia – jokainen rotary voi osallistua rotareiden omaan koulutukseen.



Perhe on vahva instituutio. Kouluttamalla yksi perheen jäsen, voidaan vaikuttaa koko perhesysteemiin ja sen dynamiikkaan.



Rotariutta vahvistavaa toimintaa

- Yhteistyökokemus alueen peruskoulun tai peruskoulujen kanssa (Rotaryklubien kotipaikkakunnalla)
- Toimintasuunnitelmaan **palvelutehtävä** kaudelle 2023 – 2024
- Paikallinen ja alueellinen näkyvyys (esiintyminen yhdessä Mieli ry:n kanssa)
- Rotarina mahdollisuus kouluttautua nuoren mielenterveyden tukihenkilöksi/nuoren mielenterveyden ensiapuohjaajaksi
- Rotariutta rakennetaan toimimalla



***Luomme yhdessä toivoa
maailmaan***