URHO

UUSIA VÄYLIÄ MIEHILLE

MIESSAKIT RY - JÄSENTIEDOTE - JOULU 2017

MIESSAKIT RY

JÄSENTIEDOTE JOULU 2017

TÄSSÄ NUMEROSSA

Miessakit ry:n toiminta laajentumassa	3
Timo Laaninen Miessakit ry:n hallituksen puheenjohtajaksi	4
MASI - Apua isille masennusoireisiin tai niiden kohtaamiseen perheissä	5
Miksi miehet vaikenevat seksuaalisesta häirinnästä?	6
Miessakit ry:n toimintasuunnitelma 2018	8
Lapsenhuoltolain uudistaminen - Miessakit ry tukee oikeusministeriön työryhmän mietintöä	9
Itseymmärrys on tärkeää väkivaltaisen käyttäytymisen ehkäisemisessä	10
Haemme vertais– ja vapaaehtoistoiminnan hankekoordinaattoria ja –työntekijää	12
Miessakit on nyt virallisesti perheystävällinen työpaikka!	15

ILMESTYMISAIKATAULU

Kevät 2018
aineistopäivä 28.2.2018

Kesä 2018
aineistopäivä 31.5.2018

Syksy 2018
aineistopäivä 15.9.2018

Joulu 2018
aineistopäivä 30.11.2018

URHO - UUSIA VÄYLIÄ MIEHILLE

Päätoimittaja
Tomi Timperi

Taitto
Ismo Pitkänen

Toimituksen yhteystiedot
URHO / Miessakit ry
Annankatu 16 B 28, 00120 Helsinki
+358 9 6126 620
urho@miessakit.fi
www.miessakit.fi

TUETTU VEIKKAUKSEN TUOTOILLA

MIESSAKIT RY:N TOIMINTA LAAJENTUMASSA

Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus STEA julkisti joulukuun alussa vuotta 2018 koskevan avustusehdotuksensa. Miessakit ry:lle esitetään avustuksia yhteensä 1.205.500 €, mikä on historiamme korkein tulos. Avustusten toteutuminen edellyttää vielä STM:n vahvistusta tammikuussa.

Avustusehdotus tarkoittaa yleistasoltaan sitä, että Isyyden Tueksi -toimintamme on saamassa tarvitsemansa lisän toiminnan jatkuvuuden turvaamiseksi (määräaikainen kaksi vuotta, jonka jälkeen asia arvioidaan jälleen uudelleen), Lyömätön Linja -toimintamme on laajentumassa Kuopioon perustettavan uuden Miessakit ry:n toimipisteen ja verkkoauttamisen kehittämisen myötä (määräaikainen lisä kolme vuotta, jonka jälkeen asia arvioidaan uudelleen), ja sitkeästi useina vuosina hakemamme vertais- ja vapaaehtoistoiminnan kehittämishanke on vihdoin toteutumassa.

Samalla voidaan myös todeta, että pitkäaikaisille A-avusteisille toiminnoillemme olemme pääosin saamassa hakemamme tasokorotukset (Erosta Elossa -korotus ei vielä täysin riitä vastaamaan toiminnan tarpeeseen, mutta on tärkeä askel oikeaan suuntaan). Uusiksi työntekijöiksi palkataan kevään aikana neljä miestä ja kaiken kaikkiaan yhdistyksessä työskentelee vuonna 2018 (vapaaehtoisten yhdysmiesten, tukihenkilöiden ja ryhmänohjaajien lisäksi) 20 kokoaikaista työntekijää.

Näine hyvine voimme olla kollektiivisesti kerrassaan ylpeitä tästä yhteisestä saavutuksestamme! Tasapainoisesti toimiva järjestö on osiensa summa, jossa kaikilla on oman roolinsa mukainen ainutlaatuinen ja korvaamaton tehtävä. Meillä tähän kollektiiviin kuuluvat jäsenet ja muut toimintaan osallistuvat miehet, vapaaehtoistoimijat ja muut toimintojen ohjaajat, varsinainen henkilöstö, johto, hallitus ja valtuusto.

STEA:n meille esittämä merkittävä luottamus vahvistaa entisestään vastuutamme miesten hyvinvoinnin eteen tehtävästä yhteiskunnallisesta työstä – lämmin kiitos STEA:lle ja sen toimijoille!

Arvoisat miessakkilaiset, kaikkea hyvä jouluunne – ensi vuonna jatketaan!

Tomi Timperi
toiminnanjohtaja

STEA:n v. 2018 avustusehdotus Miessakit ry:lle:

- Yleisavustus 221.000 €
- Lyömätön Linja 285.000 €
- Erosta Elossa 157.000 €
- Isyyden Tueksi 57.000 €
- Vieraasta Veljeksi 73.000 €
- Väkivaltaa Kokeneet Miehet 113.000 €
- MASI-hanke 142.500 €
- Vertais- ja vapaaehtoistoiminnan kehittäminen 157.000 €

Avustuksia yhteensä 1.205.500 €.

TIMO LAANINEN MIESSAKIT RY:N HALLITUKSEN PUHEENJOHTAJAKSI

Miessakit ry:n valtuusto valitsi syyskokouksessaan 25.11.2017 yhdistyksen hallituksen uudeksi puheenjohtajaksi vuodelle 2018 Timo Laanisen.

Laaninen on toimittaja, hallintotieteiden maisteri ja teologian ylioppilas, ja hän on toiminut muun muassa seuraavissa vastuu/luottamustehtävissä: Suomen Keskustan puoluesihteeri vuosina 2010-2016, Helsingin kaupunginvaltuuston jäsen 2013 -2017, kolmen pääministerin ja kahden muun ministerin erityisavustaja ja sanomalehti Suomenmaan päätoimittaja 2008–2010.

Miessakit ry:n hallituksen jäseninä vuonna 2018 jatkavat Timo Kitunen (lastensuojelun sosiaalityöntekijä), Kari Kopra (päihdehuollon johtaja), Matti Rossi (oppimisjohtaja) ja Markku Vettenniemi (yrittäjä). Yhdistyksen valtuuston puheenjohtajana jatkaa Veli Särmäkari (sosiaalipäällikkö, eläkkeellä) ja toiminnanjohtajana Tomi Timperi.

KUTSU YHDISTYKSEN KOKOUKSEEN

1.2.2018 klo 17, Miessakit Helsinki

Miessakit ry:n Yhdistyksen kokous kutsutaan koolle Valtuuston valitsemiseksi kaudelle 2018-2019.

Kokouksessa äänivaltaisia ovat yhdistyksen jäsenet. Ehdokkaita voi esittää lähettämällä tämän tiedot 31.1.2018 mennessä osoitteeseen miessakit@miessakit.fi. Ehdokkaita voi esittää myös kokouksessa.

Ilmoittautuminen kokoukseen
31.1.2018 mennessä osoitteeseen miessakit@miessakit.fi

MASI - APUA ISILLE MASENNUSOIREISIIN TAI NIIDEN KOHTAAMISEEN PERHEISSÄ

Miessakit ry:ssä on käynnistynyt uusi MASI-hanke, jonka kohderyhmänä ovat työikäiset isät, joiden elämään masennusoireet kuuluvat joko oman tai perheenjäsenen kokemuksen kautta.

MASI koostuu isien auttamisesta ja masennukseen liittyvän tiedon jakamisesta puhelimitse, sähköpostitse sekä henkilökohtaisten tapaamisten avulla. MASIn työntekijät sijoittuvat Tampereelle ja Lahteen. Henkilökohtaisia tapaamisia toteutetaan myös Helsingissä. Hankkeen aikana kerätään kokemusperäistä tietoa masennusoireiden vaikutuksista isyyteen. Hankkeella on STEAn rahoitus vuoden 2020 loppuun.

Työikäisistä suomalaisista noin kuusi prosenttia kärsii masennustiloista vuosittain ja noin joka viides elämänsä aikana. Miehillä masennusta diagnosoidaan naisia vähemmän. Masennuksen keskeisiä oireita ovat surullinen, ärtyinen tai tyhjä mieliala sekä alentunut kyky tuntea mielenkiintoa tai mielihyvää. Edellisten lisäksi erityisesti miehillä esiintyviä masennuspiirteitä voivat olla eristäytyminen, vetäytyminen, lyhytpinnaisuus tai aggressiivisuus. Näitä piirteitä ei yleisesti liitetä masennuksen oireiksi ja siksi miesten kohdalla masennus voi jäädä tunnistamatta.

- Yksilöllinen toimintakyky voi säilyä pitkään hyvällä tasolla, vaikka ihmisen kokemus omasta hyvinvoinnista olisi ristiriidassa arjen vaatimusten kanssa. Ristiriidan pitkittyessä vaikutukset elämänlaatuun ja ihmissuhteisiin korostuvat. Isyyteen liitetyt erilaiset rooliodotukset sekä työn ja perheen yhteensovittaminen voivat aiheuttaa stressiä monelle, kertoo hankekoordinaattori Henri Hyttinen.

MASI on suunnattu niille isille, jotka kokevat toimintakykynsä ja jaksamisensa olevan kovilla. Työskentelyn tavoitteena on asiakkaana olevan isän hyvinvoinnin lisääntyminen, ja näin myös koko muun perheen hyvinvointiin vaikuttaminen. Palvelu on maksuton ja saatavilla suomeksi sekä englanniksi.

Miessakit ry on vuodesta 1995 pitänyt huolta miesten elämää tukevien yksilöllisten, yhteisöllisten ja yhteiskunnallisten rakenteiden vahvistamisesta parantaakseen miesten kokonaisvaltaista hyvinvointia.

Lisätietoja

Henri Hyttinen, Tampere
hankekoordinaattori
044 751 1349
henri-hyttinen@miessakit.fi

Ilmo Saneri, Lahti
hanketyöntekijä, työnohjaaja
050 511 3361
ilmo.saneri@miessakit.fi

MIKSI MIEHET VAIKENEVAT SEKSUAALISESTA HÄIRINNÄSTÄ?

Teksti Jussi Pekkola, hanketyöntekijä, Väkivaltaa Kokeneet Miehet

Seksuaalisen häirinnän julkisen keskustelun keskiöön nostanut Metoo-kampanja on yksi parhaista avauksista mitä maailmalla on viime vuosina tapahtunut. Tämä kampanja puhdistaa ilmaa, kasvattaa ihmisten hyvinvointia ja tasavertaisuutta. Se antaa mahdollisuuden, luvan ja tilaa puhua tästä hankalasta aiheesta, oli kyseessä häirintään syyllistynyt tai sitä kokenut.

Aiheen tabu luonne näkyy hyvin Miessakeissa tehtävän työn kautta. Vaikka kohtaamme vuosittain tuhansia miehiä ja käymme keskustelua erittäin ikävistä elämään liittyvistä tapahtumista, ei seksuaalinen häirintä tai väkivalta useinkaan nouse esiin. Syitä hiljaisuuteen on monia. Yksi niistä voi olla miesten pelko työntekijän reaktiosta, syyllistämisestä ja omasta leimautumisesta. Nämä taas ovat esteinä toimivalle yhteistyölle ja sen mahdollistamalle muutokselle. Pelko voi joissain tilanteissa olla aiheellinen. Puhuttaessa seksuaalisuudesta ja varsinkin siihen liittyvistä väärinkäytöksistä myös ammattilaiset voivat antaa tuomitsevan tunteen ohjata kohtaamista - oli asiakkaana sitten kokija tai tekijä.

Yleisesti tuomittua

Varsinkin miesten keskuudessa naisiin ja lapsiin kohdistuva seksuaalinen häirintä ja väkivalta ovat häpeällisimpiä ja tuomittavimpia rikoksia. Tämä näkyy esimerkiksi vankiloiden hierarkiassa. Ja siinä miten raiskaajista ja pedofiileistä yleisesti puhutaan. Näissä keskusteluissa saunan takana on aina tilaa.

Se, miksi miehet eivät yhteisessä rintamassa osoita samalla tavalla paheksuntaa seksuaalista häirintää kohtaan, johtunee osittain siitä, etteivät ihmiset aina ymmärrä tai huomaa sitä, milloin kyseessä on häirintä. Rajanveto flirtin, pikkutuhman huumorin ja kiinnostuneen katseen sekä rajoja rikkovan flirtin, törkyhuumorin ja painostavan katseen välillä voi usein olla vaikeaa. Eräs tuntemani Saunaklubia ja sekasaunoja vuosikymmeniä järjestänyt mies totesi katseesta taannoin mielestäni osuvasti: ”Tuijotus on ihoton kosketus.” Jo pelkkä katse voi olla kiinnostunut, kiihottunut, riisuva tai jopa penetroiva. Näitä eroja ihminen ei itse aina välttämättä ymmärrä. Joskus tarvitaan väliintulo, joku joka asiasta huomauttaa. Toki jokainen voi pysähtyä ja pohtia omaa toimintaansa ja mikäli huomaa toimivansa väärin joko itseään tai muita kohtaan, muuttaa tätä. Metoo-kampanja toimii tässä erinomaisena huomauttajana ja pysäyttäjänä.

Miehet asiakkaina

Itse kohtaan työssäni väkivaltaa kokeneita miehiä. Seksuaalisen häirinnän tai väkivallan kokeminen on miehille kaikkein hankalin keskusteltava asia. Se, että mies saa nyrkistä tai puukosta, voi olla perinteisen stereotyyppisen kiikarin läpi katsottuna ja seksuaaliseen kaltoinkohteluun verrattuna jopa miehekästä. Seksuaalisen häirinnän kohteeksi joutuminen taas näyttäytyy tästä näkökulmasta jopa ”akkamaisena”. Miehen

kuuluisi suojata itsensä, varsinkin seksuaalisuutensa alueella.

Koska aiheesta on jo muutoinkin vaikea puhua, tulisi meidän välttää kaikenlaista mitätöivää tai vähättelevää puhetta. Tällaisia tulkintoja ainakin itse tein, kun lastenpsykiatri A-studiossa 8.11 analysoi tämänvuotisen kouluterveyskyselyn tuloksia. Poikien kokeman seksuaalisen häirinnän lisääntyminen johtui hänen mukaansa mahdollisesta väärinymmärryksestä. Nämä ennenaikaiset ja varomattomat tulkinnat ovat loukkaavia niitä poikia kohtaan, jotka häirintää kokevat. Samoin tämänkaltaiset kommentit ovat haitallisia stereotyyppisen mieskuvan osalta. Ne sementoivat uudelleen pikkuhiljaa murtumaan lähtenyttä perinteistä mieskuvaa, jossa pojat ja miehet eivät ole uhreja.

Kuten tyttöjen myös poikien kokemaan häirintään tulisi suhtautua erityisellä vakavuudella. Se mitä pojat kertovat, pitää ottaa tosissaan. Heidän kertomaansa ei saa lähteä vähättelemään ja pohtimaan ääneen, olisiko kyseessä vain väärinymmärrys tai trollaaminen. Pojat ja miehet kun aina vetävät kaiken leikiksi. ■

Jussi oli mukana myös Ylen A-teeman seksuaalista häirintää käsittelevässä keskustelussa 16.11.

Jakso on katsottavissa Yle Areenassa: https://areena.yle.fi/1-3760144

#metoo

MIESSAKIT RY:N TOIMINTASUUNNITELMA 2018

Miessakit ry:n valtuusto vahvisti syyskokoukseen 25.11.2017 yhdistyksen toimintasuunnitelman ja talousarvion vuodelle 2018. Yhdistyksen toimintastrategian 2016 –2018 mukaiset tavoitteet ohjaavat yhdistyksen kokonaistoimintaa. Toimintavuonna laaditaan myös strategia seuraavalle kaudelle 2019-2021.

Toimintasuunnitelman mukaisesti yhdistyksen toiminta rakentuu varsinaiseen miehille itselleen suunnattuun toimintaan (Tuki- ja vertaistoiminta), miestyön sisällölliseen kehittämiseen ja kouluttajuuteen (Koulutus- ja kehittämistoiminta), sekä päättäjille, medialle ja kansalaisille suunnattuun miesnäkökulmaiseen yhteiskunnalliseen vaikuttamiseen (Vaikuttamistoiminta). Toimintaa tukevat yhdistyksen viestintä, yhteistyöverkostot, seuranta ja arviointi, sekä johto- ja hallintorakenteet.

Tuki– ja vertaistoiminta

Miehille suunnattu tuki- ja vertaistoiminta on hyvinvointia ylläpitävää, ongelmia ja niiden negatiivisia vaikutuksia ennaltaehkäisevää, sekä kriiseistä selviytymistä tukevaa ammatillista ja vapaaehtoispohjaista miestyötä.

Keskeisiä toimintamuotoja vuonna 2018 ovat Erosta Elossa, Isyyden Tueksi ja Lyömätön Linja -toiminnat, sekä Vieraasta Veljeksi, Väkivaltaa Kokeneet Miehet, Masennusoireisten Perheiden Isien Tuki (MASI) ja Vertaistoimintaa Miehille -hankkeet. Verkkoauttamisen vahvistaminen läpi toimintakentän kuuluu vuoden 2018 erityistavoitteisiin.

Koulutus- ja kehittämistoiminta

Koulutus- ja kehittämistoiminta perustuu mieserityisyyden ja miestyön tutkimukseen ja tästä saadun ymmärryksen välittämiseen järjestämällä koulutuksia, seminaareja ja luentoja.

Miestyön Osaamiskeskus on Miessakit ry:n koulutus- ja kehittämistoimintaan erikoistunut yksikkö, joka tutkii ja kehittää miesten kanssa tehtävää työtä, sekä vahvistaa järjestön sisäistä ja eri toimijoiden mieserityistä osaamista.

Mieserityisyyden ymmärtämistä, sekä miestyön kehittämistä ja toteuttamista tukevaa koulutustoimintaa vahvistetaan *Erityistason miesosaaja* -koulutusten uudelleen käynnistämisellä. Yhdistys on mukana toteuttamassa myös kolmea EU-rahoitteisessa hankkeessa; *Auta miestä mäessä*, *Isä hoitaa – perhevapaalta virtaa työntekoon* ja *Isän näköinen*.

Vaikuttamistoiminta

Miessakit ry:n vaikuttamistoiminnan tavoite on välittää yhdistyksen viestejä päättäjille, medialle ja kansalaisille.

Miesnäkökulmainen vaikuttamistoiminta lisää miesten tietoisuutta omasta mieheydestään ja kiinnostusta kasvuun itsensä ja ympäristönsä suhteen; toimii miesten tueksi erilaisissa sosiaalisissa, terveydellisissä ja yhteiskunnallisissa kysymyksissä; tuo esiin miesten keskuudesta kumpuavia yhteiskunnallisia näkemyksiä ja tarpeita; sekä tukee miesten ja naisten välisen kumppanuuskulttuurin rakentumista.

LAPSENHUOLTOLAIN UUDISTAMINEN—MIESSAKIT RY TUKEE OIKEUSMINISTERIÖN TYÖRYHMÄN MIETINTÖÄ

Oikeusministeriön asettama työryhmä julkaisi lapsenhuoltolain uudistamista koskevan mietintönsä syksyllä 2017. Lakiin esitetään uusia säännöksiä muun muassa huoltajien velvollisuudesta suojella lasta väkivallalta, vaalia lapselle läheisiä ihmissuhteita ja myötävaikuttaa tapaamisoikeuden toteutumiseen.

Lakiin ehdotetaan myös lisättäväksi säännökset vuoroasumisesta. Uutta olisi lisäksi se, että lapselle voitaisiin vahvistaa oikeus tavata hänelle erityisen läheistä henkilöä. Lapsen tapaamisoikeutta koskevaan tuomioistuimen päätökseen voitaisiin asettaa uhkasakko.

Miessakit ry antoi mietinnöstä lausunnon tänään. Yhdistyksen näkemyksen mukaan työryhmän mietinnössä on käsitelty riittävässä määrin kaikki olennaiset muutostarpeet voimassa olevaan lapsenhuoltolakiin nähden, ja mietinnön henki on hyvä. Työryhmän ehdotus lakiin tehtävistä muutoksista ja tarkennuksista vastaa keskeisiltä osin nyky-yhteiskunnan tarpeita, ja ne ovat asianmukaisesti perusteltuja. Olennaisin ansio mietintökokonaisuudessa on se, että kaikkien eron osallisten hyvinvointia halutaan vaalia, ja että lasten suhde vanhempiin ja muihin olennaisiin läheisiin halutaan turvata. Merkityksellistä on myös se, että vanhemmat voivat edelleen sopimalla päättää käytännössä kaikesta lapsen huoltoon ja tapaamisiin liittyvästä ilman erillisperusteluja valinnalleen.

Lue Miessakit ry:n lausunto osoitteessa: https://www.miessakit.fi/fi/miessakit_ry/yhteiskunnallinen_vaikuttaminen/lausunnot

Oikeusministeriön työryhmän mietintö on luettavissa osoitteessa: http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/80751/OMML_47_2017_Lapsenhuolto.pdf?sequence=1

ITSEYMMÄRRYS ON TÄRKEÄÄ VÄKIVALTAISEN KÄYTTÄYTYMISEN EHKÄISEMISESSÄ

Teksti Santeri Kallionpää, väkivaltatyöntekijä, Lyömätön Linja

Väkivallattomuus kuten rakastamisen taito opitaan vuorovaikutuksessa, ja väkivaltaista käytöstä esiintyy eniten kahden vuoden iässä. Lapsen primitiivinen raivo ilmaisee koettua kipua tai tyydyttämättömiä tarpeita, liittyen aluksi lähinnä kehollisiin tuntemuksiin ja iän myötä lisääntyvästi myös vuorovaikutukseen.

Kehityksen myötä aggression tyypillinen ilmentyminen muuttuu, jolloin esimerkiksi koettu läheisyyden puute tai vääryys voivat synnyttää kateutta, halua kostaa tai pyrkimyksiä kontrolloida rajoja asettavia aikuisia. Aggressio ei ole kuitenkaan pelkästään kielteinen asia. Rajoja ja rakkautta tarjoavan sosialisaatiokehityksen myötä ihminen oppii säätelemään aggressiotaan, jolloin se palvelee muun muassa terveiden rajojen asettamista, itsearvostuksen kehittymistä sekä lapsuudenperheestä itsenäistymistä.

Tyydyttävä läheisyys parisuhteessa vaatii omien herkimpienkin puolien paljastamista. Tällöin ihminen on myös haavoittuvimmillaan. Herkkiin minuuden puoliin osuvat todelliset tai kuvitellut loukkaukset saattavat synnyttää väkivaltaista käyttäytymistä. Usein lähisuhdeväkivaltaa käyttävät parisuhteen ristiriitojen kärjistyessä kummatkin osapuolet. Tilannekohtaiset tekijät määrittävät osin yksilön tunnesäätelyyn kohdistuvaa kuormitusta ja käytettävissä olevan resurssin. Epävakaassa kasvuympäristössä kasvaneen henkilön turvaton kokemusmaailma voi altistaa väkivallan käytölle yllättävissäkin tilanteissa. Väkivallan, laiminlyönnin ja vanhemmuuden puuttumisen ollessa äärimmäistä, voivat ihmissuhteet näyttäytyä lähinnä valtapelinä, jossa vaihtoehtoina ovat vain alistajan tai alistetun roolit.

Lapsuudenperheen ongelmat, kuten laiminlyönti, kiintymyssuhteen turvattomuus, riitaisuus, perheväkivalta sekä päihdeongelmat ja tietyt vakava-asteiset mielenterveyden häiriöt altistavat väkivallan käyttämiselle lähisuhteissa. Riskitekijöitä ovat myös käyttäytymis- ja sopeutumishäiriöt koulussa, väkivaltaiset vertaisryhmät, antisosiaaliset piirteet, stressi, erilaiset sairaudet sekä sosiaaliset ja taloudelliset ongelmat. Riskitekijät vaikuttavat pitkälti samoin sukupuolesta riippumatta. Onkin ilmeistä, että lähisuhdeväkivallan tekojen ehkäisyyn tai katkaisuun tähtäävässä työskentelyssä on huomioitava yksilöllisesti vaihtelevat tuen tarpeet ja ympäristölle kohdistuvat riskit.

Arviolta 80% väestöstä on käyttänyt henkistä väkivaltaa lähisuhteissaan ja fyysistä-

kin väkivaltaa 20-30%. Tästä aiheutuu inhimillisiä, sosiaalisia, terveydellisiä ja taloudellisia menetyksiä, jotka vaikuttavat sekä nykyisiin että monesti tuleviinkin kumppaneihin, lapsiin ja lähipiireihin. Lähisuhteissaan väkivaltaisesti käyttäytyneitä henkilöitä osataan onneksi auttaa tutkimustiedon lisääntymisen myötä entistä tehokkaammin. Moni tarvitseekin muutokseen yksilöllistä ammattilaisen apua. Lähisuhdeväkivallassa avun saatavuutta ja kynnystä avun hakemisen tuleekin pyrkiä edelleen madaltamaan ja huomioida kaikki asianosaiset tarpeenmukaisesti tulevien väkivallantekojen todennäköisyyden minimoimiseksi. ■

Teksti on julkaistu alun perin Helsingin Sanomien välissä jaettavassa Mediaplanetin Miehen terveys –liitteessä 16.12.2017.

Lyömätön LINJA

HAEMME VERTAIS- JA VAPAAEHTOISTOIMINNAN HANKEKOORDINAATTORIA JA -TYÖNTEKIJÄÄ

”Vertaistoimintaa Miehille” on vuosille 2018 –2020 ajoittuva Miessakit ry:n hanke, jonka tavoitteena on miesten hyvinvoinnin, toimintakyvyn ja osallisuuden lisääminen vapaaehtoisuuteen perustuvan vertaistoiminnan avulla. Hanketta tukee sosiaali- ja terveysministeriö Veikkauksen tuotoilla.

Haemme Helsingin ja Tampereen toimipisteisiimme määräaikaiseen työsuhteeseen hankekoordinaattoria ja hanketyöntekijää.

Hankekoordinaattorin tehtävänä on huolehtia hankesuunnitelman mukaisen toiminnan rakentumisesta ja toteutumisesta. Erityiskohdealueena hänellä on vapaaehtoisverkoston rakentaminen ja vapaaehtoisten koulutus yhdessä Miessakit ry:n kehittämis- ja koulutuspäällikön kanssa.

Hanketyöntekijän tehtävänä on tukea koordinaattoria kokonaistoiminnan rakentamisessa. Erityiskohdealueena hänellä on vertaistoimintojen suunnittelu ja niiden toteutumisesta huolehtiminen.

Lisäksi sekä koordinaattorin että työntekijän tehtäviin kuuluu raportointia, verkosto - ja vaikuttamistyötä eri sidosryhmissä, markkinointia ja viestintää sekä hankkeen hallinnointiin liittyviä tehtäviä.

Soveltuva korkeakoulu- tai opistotason tutkinto, aiempi kokemus hyvinvointi- ja mielenterveystyöstä, kouluttajakokemus sekä hyvä suullinen ja kirjallinen ilmaisutaito katsotaan eduksi.

Miessakit ry:n toimintaperiaatteiden mukaisesti kaikki toimihenkilömme ovat miehiä.

Vapaamuotoiset hakemukset ansioluetteloineen toimitetaan 17.1.2018 mennessä sähköpostitse osoitteeseen tomi.timperi@miessakit.fi. Viestin otsikkoon viitteeksi VERTAISHANKE2018. Mikäli haet molempia tehtäviä, kirjaa hakemukseen, kumpaa haet ensisijaisesti.

Lisätietoja tehtävästä

Työsuhteiden toivotaan alkavan 1.3.2018 ja ne kestävät vuoden 2020 loppuun. Hanke toimii pääasiassa pääkaupunkiseudulla, Pirkanmaalla, sekä myös Turun ja Oulun seuduilla.

Käytännön toiminta

Hanketoiminta perustuu kahteen keskeiseen osa-alueeseen; vertaistoimintaan (yksilötuki ja ryhmä-toiminta) ja vapaaehtoisverkoston rakentamiseen. Yksilötuki koostuu vapaaehtoisten miesten antamasta henkilökohtaisesta, sähköisestä ja puhelinneuvonnasta ja -ohjauksesta. Vertaisryhmätoiminnassa toteutetaan ryhmiä, jotka vastaavat sosiaalisen hyvinvoinnin ja toimintakyvyn ylläpidon/lisäämisen tarpeisiin. Miehillä liittymiskynnystä madaltaa merkittävästi se, että niihin liittyy jokin selkeä tekemisen ympärille rakentuva teema. Tällaisia ovat muun muassa erilaisille liikunnallisille, kulttuurisille, tai henkisille perustoille rakentuvat teemaryhmät. Vapaaehtoisverkosto rakennetaan yksilötuen ja ryhmä-toiminnan toteuttamiseen käytännön tasolla.

Kohderyhmät

Miehet, jotka tarvitsevat sosiaalisen ja psyykkisen hyvinvointinsa vahvistamiseksi henkilökohtaista tukea ja neuvontaa ja/tai haluavat osallistua miesten väliseen vertaisryhmätoimintaan. Tällaisia miehiä ovat muun muassa sellaiset, joiden sosiaaliset verkostot ovat kaventuneet esimerkiksi perheen perustamisen, uudelle paikkakunnalle muuttamisen, tai ylipäätään yksinäisyyden myötä.

Miehet, jotka haluavat liittyä vapaaehtoisiksi toimijoiksi verkostoon, jonka avulla miehille tarjotaan henkilökohtaista neuvontaa ja tukea ja/tai ryhmätoimintaa. He ovat usein sellaisia, jotka ovat itse aiemmin tarvinneet ja löytäneet vastaavaa tukea/toimintaa, ja haluavat mahdollistaa sitä muillekin.

Arviointi ja seuranta

Kehittääksemme työtä vastaamaan asiakkaiden, yhteistyötahojen ja rahoittajan tarpeisiin, keräämme systemaattisesti seurantatietoa tekemästämme työstä.

Työmatkat

Työtehtävässä edellytetään matkustusvalmiutta. Suurimmaksi osaksi matkustat Tampereen ja Helsingin välillä, aika ajoin myös Turkuun ja Ouluun.

Hanketyöskentelystä

Hankkeelle on kirjoitettu koko hanketta koskeva toimintasuunnitelma ja tavoitteet. Palkattujen työn-tekijöiden tehtävä on viedä suunnitelmat käytännön tasolle.

Yhteistyötahot

Hanke tulee toimimaan kiinteässä yhteistyössä hankealueiden kolmannen sektorin ja kunnallisten toimijoiden kanssa. Hankkeessa on valmiita aiesopimuksia alueellisten organisaatioiden kanssa; tavoitteena on luoda myös uusia kumppanuuksia ja vahvistaa rakentuvan verkoston yhteistoimintaa.

Miksi Miessakit on isille hyvä työpaikka

Miessakit ry panostaa perheystävällisyyteen. Käytössämme on erilaisia työn ja perhe-elämän yhteensovittamista helpottavia toimintatapoja ja omaamme myös Väestöliiton myöntämän Perheystävällinen työpaikka -sertifikaatin.

Lisätiedot 8.1.2018 alkaen virka-aikaan

toiminnanjohtaja Tomi Timperi, tomi.timperi@miessakit.fi, 050 588 1687

Katso muut avautuvat työpaikat nettisivuiltamme!

ÄIJÄ JA -JÄBÄJOOGAT KÄYNNISTYVÄT KEVÄÄLLÄ

Suositut äijä ja –jäbäjoogat käynnistyvät jälleen keväällä uusien ryhmien voimin. Ilmoittautuminen on nyt käynnissä, joten lähde rohkeasti mukaan!

Äijäjooga sopii kaikille miehille. Helppoa ja rentouttavaa. Yksinkertaisia liikkeitä, jotka venyttävät ja voimistavat kehoa monipuolisesti. Keskittymis-, koordinaatio- ja tasapainoharjoituksia kilpailuvapaalla vyöhykkeellä.

Opettelemme hengittämään tasaisemmin ja syvemmin. Tarkoitus ei ole seistä päällä vaan vakaasti ja vapaasti jaloilla. Vapautetaan vähitellen kehoa, mieltä ja hengitystä. Pitkä loppurentoutus.

Ei uskontoa, ei mystiikkaa.

Jokainen tekee harjoitusta oman kehon tuntemusten mukaisesti, toinen vähemmän, toinen vähän enemmän. Ei ikärajaa. Ennakkotietoja tai kokemusta ei tarvita.

Jäbäjooga on voimakkaampaa kuin äijäjooga. Muuten samat periaatteet. Vapaus tehdä vähemmän ja vapaus tehdä enemmän. Ei yhtä voimakasta kuin astangajooga. Ei ikärajaa, ei uskontoa, ei mystiikkaa. Rentoa kehon, mielen ja hengityksen vapauttamista ja voimistamista.

Varusteet

Mukaan löysät vaatteet ja avoin mieli. Paikalla on alustoja ja vilttejä.

Ilmoittautuminen

Ilmoittautumislomakkeen löydät Miessakkien nettisivuilta.

Kevät 2018, Kausi I

Äijäjooga - maanantaisin klo 17-18.30
8.1.-26.2.2018 (8 kertaa)
Hinta 90 €
Ryhmä täynnä! Voit ilmoittautua jonotuslistalle, jos peruutuksia tulee.

Jäbäjooga tiistaisin klo 17.15-18.45
9.1.-27.2.2018 (8 kertaa)
Hinta 90 €

Kevät 2018, Kausi II

Äijäjooga - maanantaisin klo 17-18.30
5.3.-30.4.2018 (8 kertaa)
Hinta 90 €

Jäbäjooga - tiistaisin klo 17.15-18.45
6.3.-24.4.2018 (8 kertaa)
Hinta 90 €

Kevät 2018, Kausi III

Äijäjooga - maanantaisin klo 17-18.30
7.5.-18.6.2018 (7 kertaa)
Hinta 80 €

Jäbäjooga - tiistaisin klo 17.15-18.45
1.5.-19.6.2018 (8 kertaa)
Hinta 90 €

Kaikista ryhmistä alennus (15%) Miessakkien jäsenille!

Lisätietoja

ohjaaja Veikko Tarvainen
+358 40 77 84895
veikko.toivonpoika@gmail.com
www.aijajooga.fi

MIESSAKIT ON NYT VIRALLISESTI PERHEYSTÄVÄLLINEN TYÖPAIKKA!

perhe-ystävällinen työpaikka
Väestöliiton myöntämä tunnus

Miessakit ry:lle on myönnetty 20.11. Väestöliiton Perheystävällinen työpaikka -tunnus. Tunnustus myönnettiin Hämeenlinnassa järjestetyssä tilaisuudessa, jossa perheystävällisyyteen panostamisesta palkittiin myös Suomen Vanhempainliitto ja Lastensuojelun keskusliitto.

Perheystävällisellä työpaikalla otetaan huomioon erilaiset elämäntilanteet ja niihin liittyvät tarpeet osana työntekoa ja työpaikan käytäntöjä. Olennaisinta perheystävällisyyden toteuttamisessa ovat hyvä henkilöstöpolitiikka ja yhteisten pelisääntöjen noudattaminen. Työpaikalla on sovittu yhteisistä pelisäännöistä ja joustojen mahdollisuuksista. Näistä myös tiedotetaan aktiivisesti. Pelisääntöjä ja ohjeistuksia päivitetään ja kehitetään.

Myönnetty Perheystävällinen työpaikka -tunnus on voimassa vuoden kerrallaan. Työnantaja raportoi perheystävällisyyden tasosta ja sen kehittymistä vuosittain Väestöliittoon. Erikseen sovittavat kehittämistoimet sekä perheystävällisyyden raportointi varmistavat tunnuksen voimassaolon.

Miessakit kiittää Väestöliittoa tunnustuksesta ja onnittelee muita palkittuja työnantajia!

Lue lisää: http://www.perheystavallinentyopaikka.fi/

EETU-CHAT JATKUU KEVÄÄLLÄ

Tervetuloa keskustelemaan Tukinetin (www.tukinet.fi) EETU-chattiin jälleen keväällä 2018. Ajankohdat tarkentuvat tammikuussa.

EETU-chat on Erosta Elossa – vertaistukihenkilöiden, eli EETUjen, ylläpitämä liveryhmä, jossa miesten on mahdollista vaihtaa anonyymisti ajatuksia erotilanteestaan sellaisen henkilön kanssa, joka varmasti ymmärtää.

Tukinetissä käytettävissäsi on myös avoin 24/7 keskusteluryhmä Erosta Elossa – erokeskustelua miehille. Ryhmässä voit kertoa ja jakaa eroon liittyviä kokemuksiasi ja tuntojasi. Toisten miesten vastaavien ja ehkä myös erilaisten kokemusten kuuleminen auttaa oman eroprosessin jäsentämisessä. Ryhmässä voit myös saada kokemuksen, ettet ole yksin tunteidesi tai vaikeuksiesi kanssa.

Ohjeet rekisteröitymiseen: https://www.tukinet.net/ohjeet.tmpl

KEVÄÄN 2018 ERORYHMÄT

Eroryhmässä voi vapaasti kertoa ja jakaa eroon liittyviä kokemuksia ja tuntoja. Toisten miesten vastaavien ja ehkä myös erilaisten kokemusten kuuleminen auttaa oman eroprosessin jäsentämisessä.

Ryhmässä voi myös saada kokemuksen, että ei ole yksin tunteidensa tai vaikeuksiensa kanssa. Eroon liittyy usein myös kriisi, jonka rankkuutta voi verrata elämäntilanteeseen, jossa on menettänyt läheisen ihmisen kuolemalle. Eteenpäin jaksamisessa, vanhasta irtipäästämisessä ja menetyksen suremisessa, miesten keskinäinen tuki ja ymmärrys luovat edellytyksiä kriisin läpielämiselle.

Ensimmäinen kerta on varattu tutustumiselle ja kunkin miehen elämäntilanteen kuulemiselle. Sen jälkeen jokaisella kerralla on oma eroon liittyvä aihekokonaisuus.

Menetelmä

Keskustelun lisäksi teemme erilaisia toiminallisia harjoituksia, jotka auttavat oman prosessin hahmottamisessa. Kertojen välillä ohjaaja antaa pieniä kotitehtäviä.

Tavoite

Kukin määrittelee omat tavoitteensa. Sen lisäksi tavoiteltavaa voisi olla

- Tosiasioiden kohtaaminen ja niiden hyväksyminen
- Erilaisille tunteille kuten surulle tai pettymykselle tilan antaminen
- Itsestään välittäminen
- Lapsistaan välittäminen
- Oikeuksistaan huolehtiminen ja eroon johtaneiden syiden analysointi
- Tukiverkoston luominen
- Omaa hyvinvointia edistävien selviämisstrategioiden löytäminen
- Irtipäästäminen ex-kumppanista ja uudelleen suuntautuminen (sikäli kun erosta on jo pidempi aika).

Kenelle

Ryhmä on tarkoitettu erokriisissä painiskeleville miehille, mutta myös jo pidempään eronneena olleille, jotka kokevat eron jälkimaininkien yhä koettelevan tavalla tai toisella itseään.

Ryhmäpaikkakunnat syksy 2017

- Helsinki (myös englanninkielinen)
- Lahti
- Tampere
- Turku
- Oulu
- Hämeenlinna
- Hyvinkää
- Kajaani
- Joensuu
- Järvenpää

Tarkemmat tiedot löytyvät yhdistyksen nettisivuilta. Miessakit.fi—> toimintamuodot—> Erosta Elossa.

EROSTA ELOSSA –TUKIHENKILÖKOULUTUS EROMIEHILLE (EETU), HELSINKI

Miehet jäävät erotilanteessa usein aivan yksin. Itse eron kokenut, tehtäväänsä koulutettu vertaistukihenkilö tukee eromiehen jaksamista, kuuntelee ja neuvoo käytännön asioissa. Tarvittaessa tukihenkilö voi olla mukana vanhemmuuteen liittyvissä sopimusneuvotteluissa.

Koulutus sisältää kaksi 6 tunnin jaksoa, jotka pidetään kahtena lauantaina kahden viikon välein. Koulutus käsittää mm. seuraavia elementtejä: mies ja ero, erotukeminen, tukihenkilötoiminta ja kriisiauttaminen. Oppimismenetelminä ovat luennot, tilanneharjoitukset, ryhmätyöt, itsenäiset tehtävät ja oppimispäiväkirja.

Koulutukseen voi osallistua asuinpaikasta riippumatta, ja koulutuksen käyneet toimivat tukihenkilöinä omilla paikkakunnillaan.

Hyödyt osallistujalle Koulutuksen jälkeen henkilöllä on perusvalmiudet toimia eromiehen vertaistukijana. Hän ymmärtää ja osaa käsitellä entistä paremmin paitsi tuettavan myös omia tunteitaan (tukihenkilöllä on takanaan oma eroprosessi). Toisen eromiehen auttaminen voi olla itselle erittäin myönteinen kokemus.

Kenelle Omasta eroprosessistaan tasapainotilan saavuttanut mies, joka on aidosti kiinnostunut vapaaehtoisesta auttamistyöstä. Koulutusryhmän koko on enintään 8 henkilöä. Koulutukseen hakeneet haastatellaan ennen valintaa.

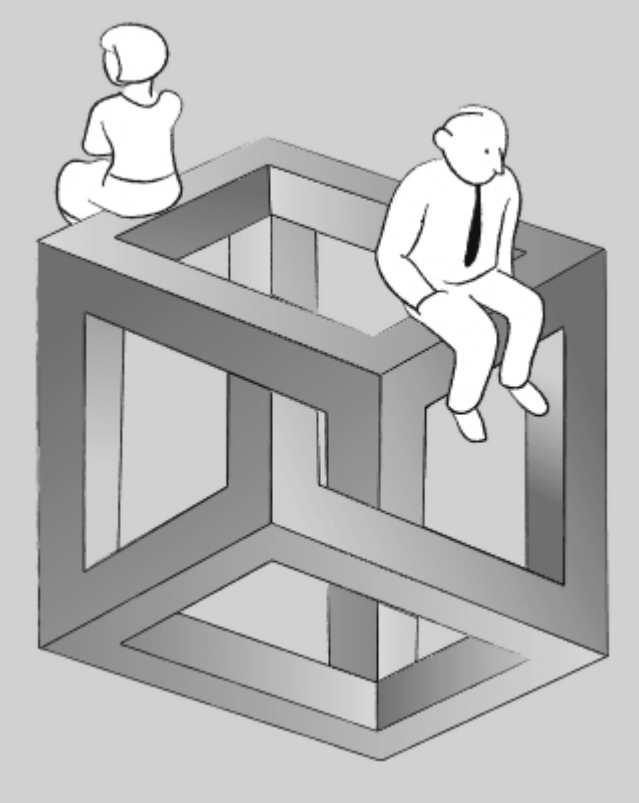
Aika ja paikka Lauantaina 3.3.2018 klo 10.30 - 16.30 ja lauantaina 17.3. 2018 klo 10.30 - 16.30, Helsinki (koulutuspaikka tarkentumassa)

Kouluttajat Kari Vilkko, erotyövastaava (vastaava kouluttaja).

Hinta Koulutus on osallistujille ilmainen.

Lisätiedot ja ilmoittautuminen Kari Vilkko, erotyövastaava, 044 751 1341, kari.vilkko@miessakit.fi Ilmoittautuminen

Erosta Elossa



Tervetuloa seuraamaan Miessakkeja myös sosiaalisessa mediassa!

Löydät meidät Facebookista nimellä *Miessakit ry*

Twitteristä @*miessakit*

Ja Instagramista @*miessakit*

LIITY JÄSENEKSI - JA KAVERIT MUKAAN KANS!

Miessakit ry:n jäsenenä olet mukana yhdessä muiden kanssa vahvistamassa suomalaisen miehen hyvinvointia. Jäsenet valitsevat joka toinen vuosi yhdistyksemme ylintä päätäntävaltaa edustavan elimen, valtuuston. Jäsenet saavat kotiinsa lehtemme URHOn, alennuksia järjestämistämme kursseista ja koulutuksista, maksuttoman sisäänpääsyn erilaisiin tilaisuuksiimme sekä ensikäden tietoa yhdistyksemme toimintaan liittyvistä erilaisista asioista. Liity mukaan ja kerro yhdistyksestä myös kavereillesi!

Jäseneksi liittyminen

Yhdistyksen jäseneksi liittyminen tapahtuu helpoiten täyttämällä jäsenkaavake internetsivuillamme. Voit myös liittyä suoraan ottamalla yhteyttä Miesakkien toimistoon. Jäsenmaksukaavake toimitetaan sinulle ensimmäisen URHO-lehden liitteenä. Jäsenmaksu on voimassa sen kalenterivuoden, jolloin maksu suoritetaan. Lisätietoja löytyy yhdistyksen säännöistä.

Yhdistyksellämme on käytössä kolme jäsenyysluokkaa: henkilöjäsenyys, yhteisöjäsenyys ja kannatusjäsenyys. Yhdistyksen jäsenet hyväksyy hallitus.

Henkilöjäsenyys

Yhdistyksen jäseneksi voi liittyä jokainen täysi-ikäinen mies, joka haluaa edistää yhdistyksen tavoitteita.

Henkilöjäsenmaksu on 20 € (alennukseen oikeutetuilta 10 €). Henkilöjäsenmaksun voivat halutessaan suorittaa alennettuun hintaan opiskelijat, eläkeläiset, työttömät ja alaikäisten lasten huoltajat.

Yhteisöjäsenyys

Yhteisöjäsenet hyväksytään samalla menettelyllä ja samoilla toimintalinjoihin liittyvillä perusteilla kuin henkilöjäsenet. Yhteisöjäsenyys vahvistaa avointa yhteistyökumppanuutta ja antaa samat oikeudet ja palvelut kuin henkilöjäsenyys.

Yhteisöjäsenmaksu on 100 € / 250 € / 500 € riippuen yrityksen/yhteisön henkilöstön määrästä (ks. tarkemmin nettisivuilta).

Kannatusjäsenyys

Kannatusjäsenmaksu on tarkoitettu henkilöille, jotka haluavat tukea Miessakit ry:tä ilman varsi-naiseen jäsenyyteen liittyviä oikeuksia ja velvoitteita. Kannatusjäsenille toimitetaan yhdistyksen toiminnasta sama informaatio (jäsentiedote ym.) kuin varsinaisille jäsenille. Kannatusjäsenmaksu on 20 euroa henkilöjäseniltä, ja 100 euroa yrityksiltä/yhteisöiltä.

Lisätietoja netistä ja toimistosta

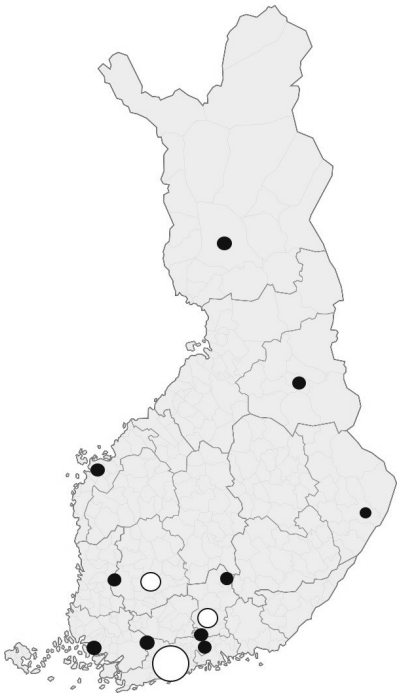
Miessakit ry, Annankatu 16 B 28, Helsinki
www.,miessakit.fi
09 612 6620
miessakit@miessakit.fi

MIESSAKIT RY

YHDYSMIESVERKOSTO

Miessakit ry ylläpitää valtakunnallista yhdysmiesten verkostoa paikallisen miestoiminnan tukemiseksi. Yhdysmiehiin voi olla yhteydessä tiedustellakseen tarkemmin yhdistyksen toiminnasta ja muista mahdollisista miehille suunnatuista palveluista.

Jos olet halukas ryhtymään yhdysmieheksi, olethan yhteydessä toimistoomme!



Hartola
Markku Palm
0400 49 2222
markku.palm@miessakit.fi

Joensuu
Onni Voutilainen
050 365 6138
onni.voutilainen@miessakit.fi

Järvenpää
Risto Salovaara
040 537 2038
rsalovaara@gmail.com

Kainuu
Raimo Reinikainen
0400 881 166
andracon.rr@gmail.com

Lahti
Jouni Judén
040 669 5004
jouni.juden(at)outlook.com

Lahti
Timo Pesonen
040 579 7978
timo.pesonen(at)miessakit.fi

Mäntsälä
Risto Nuutinen
0400 174 414
risto.nuutinen@miessakit.fi

Pääkaupunkiseutu
Jarmo Holttinen
040 555 3509
jarmo.holttinen@miessakit.fi

Rovaniemi
Pekka Hakala
050 500 2119
pekka.hakala@miessakit.fi

Sastamala
Seppo Laakso
050 511 7725
seppo.laakso@miessakit.fi

Somero
Voitto Vieraankivi
045 267 9009
voitto.vieraankivi@miessakit.fi

Tampere
Pekka Huttunen
0500 794 794
pekka.e.huttunen@miessakit.fi

Turku
Olavi Katto
050 311 4129
olavi.katto@tunmky.fi

Vaasa
Patrik Martonen
044 5151 663
patrik.martonen@miessakit.fi

www.miessakit.fi
miehiä tukevaa hyvinvointityötä