URHO

SYKSY 2021

WWW.MIESSAKIT.FI

MIESSAKIT RY

JÄSENTIEDOTE SYKSY 2021

Kasvotusten, etänä ja hybridimallilla – lähipalveluja kaikki	4
Tapan sut!	8
Kuulumisia kasarmilta koronan keskeltä	10
Katuväkivaltaa käsittelevä seminaari 24.11.2021	14
Etänä vaan ei kaukana – kokemuksia verkkovälitteisistä Erosta Elossa -ryhmistä	16
Seminaari miesten eroauttamisesta Tampereella	18
Miesten Viikko – Lähisuhdeväkivallan ehkäisy tarvitsee tekijöitä!	19
Miehille räätälöityjä tukipalveluja on vahvistettava	21
Saunasakin blogi: Rajoitusten loputtua	22

ILMESTYMISAIKATAULU

Joulu 2021
aineistopäivä 30.11.2021

Kevät 2022
aineistopäivä 28.2.2022

Kesä 2022
aineistopäivä 31.5.2022

Syksy 2022
aineistopäivä 15.9.2022

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

KOHDENTAMALLA TUEMME KATTAVAMMIN

Miehille räätälöityjen tukipalvelujen kysyntä on kasvussa. Tämä on ollut jo pitkään ennakoitavissa. Sosiaali-, terveys- ja kasvatusalojen hyvinvointitilastoissa pojat, nuoret miehet ja miehet näyttäytyvät monella sektorilla erityistä tukea tarvitsevina ryhminä. Yhteiskunnan palvelut eivät kykene tarjoamaan sellaista perusopetusta, ohjausta ja tukea, joka vastaisi riittävän kattavasti miesten tarpeisiin. Suurta osaa kyetään tukemaan, mutta kasvavaa osaa ei.

Tuen tarpeen kasvuun on monia syitä. Positiivinen kasvun aiheuttaja on se, että miehet itse – ja erityisesti nuorempi sukupolvi – ovat alkaneet aiempaa rohkeammin hakeutumaan kriisituen piiriin. Myös ennaltaehkäisevyyden näkökulmasta kynnys on madaltumassa. Esimerkiksi Miessakit ry:n palveluihin hakeutuu tällä hetkellä aiempaa enemmän alle 30-vuotiaita, jopa alle 20-vuotiaita miehiä. Ja toisaalta, Väestöliiton Poikien Puhelin on myös varsin kysytty tukipalvelu. Tämä kehitys viitoittaa tulevaa; kriisituen ja ennaltaehkäisevän tuen hakeminen on miesten parissa yhä vahvemmin uusi normaali.

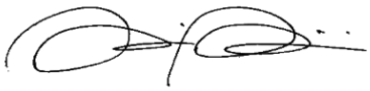
Miehet tarvitsevat tukea myös yhteiskunnan negatiivisista ilmiöistä johtuen. Näitä ovat muun muassa erojen suuri määrä, yksinäisyyden lisääntyminen, miesvaltaisten alojen työpaikkojen väheneminen, poikien oppimisongelmat peruskoulussa ja sukupuolten välisen vastakkainasettelun vaikutukset miesten itsearvostukseen. Kaikki edelliset haasteet ovat jo melko pitkään olleet tiedossa. Ilmiöitä on pyritty ymmärtämään ja toimenpiteisiin on monin eri tavoin ryhdytty. Tukipalvelut eivät silti monesti vastaa tarpeeseen.

Merkittävin syy kohtaamattomuusongelmaan on sukupuolen merkityksen ohittaminen. Tutkittaessa Miessakit ry:n tekemää työtä voidaan havaita, että tukea hakeneet ovat nähneet varsin merkityksellisenä sen, että tarjottu tuki on nimenomaan miehille räätälöityä, mieserityistä. Se näkyy jo siinä, miten palveluista viestitään. Monet miehet ilmoittavat, etteivät ylipäätään olisi tukea hakeneet, jos eivät olisi löytäneet tietoa yhdistyksen tarjoamasta tuesta. Osa oli hakenut apua muista yhteiskunnan tarjoamista palveluista, mutta ”jokin lähestyttävyys ja ymmärrys niistä puuttui”.

Lisääntynyt tukitarve ja ymmärryksen kasvu sukupuolierityisen osaamisen merkityksestä ovat onneksi johtamassa muutokseen. Mitä enemmän pojat ja miehet ovat itse kertomassa omista näkökulmistaan ja tarpeistaan, sitä paremmin perusopetusta ja tukipalveluja voidaan kehittää ja kohdentaa.

Tarvitsemme myös miesten itsearvostusta tukevaa yhteiskunnallista keskustelua ja kampanjointia. Sukupuolten vastakkainasettelun sijaan on mielekkäämpää viestiä siitä tosiasiasta, että valtaosa kansalaisista arvostaa miehiä ja näkee heidän tukemisensa merkityksellisenä.

Tomi Timperi
toiminnanjohtaja



KASVOTUSTEN, ETÄNÄ JA HYBRIDIMALLILLA – LÄHIPALVELUJA KAIKKI

Teksti Jani Isokääntä, erotyöntekijä

Verkkovälinein tapahtuvaa ihmis- ja vuorovaikutustyötä on tehty pitkään. Apua erilaisiin elämänkriiseihin on ollut saatavilla monin eri tavoin, muun muassa puhelinauttamisen historia on pitkä ja verkossakin apua on ollut tarjolla vuosien ajan.

Monikanavaisuus auttamistyössä on siis jo vanha keksintö, mutta korona-aika rajoitteineen lisäsi ja laajensi verkkoneuvottelu-välineiden käyttöä asiakas- ja kohtaamistyössä. Pakon edessä. Keväällä 2020 yhteiskunta meni kiinni, kohtaamispaikat suljettiin, asiakasvirta hiljeni, koettiin epävarmuutta ja suuri muutos oli shokki. Kuitenkin varsin nopeasti tästä päästiin eteenpäin ja ryhdyttiin toimintoja kehittämään tilanteen vaatimalla tavalla. Olemassa olevia digiratkaisuja kehitettiin, tehtiin rohkeita, uusia kokeiluja ja voisi sanoa, että jo puolessa vuodessa digitaalisuus asiakastyössä vakiintui. Asiakaspalautteen ja muiden hyvien kokemusten myötä toiveikkuus heräsi; apua saa ja sitä pystyy digivälinen hyvin myös antamaan.

Teknologia on myös tässä ajassa ottanut nopeampia harppauksia, kuin mitä ei ehkä ns. normaalioloissa olisi osattu tehdä. Alkumetreillä tuntui, ettei kaista riitä, eivätkä verkkoneuvotteluohjelmat pysy suuren käyttäjävolyymin perässä, mutta paine käyttäjien taholta oli niin suuri, että ohjelmistoyritykset joutuivat panemaan parastaan.

Systeemi toimii nyt hyvin. Teknisiä haasteita on enää aika vähän ja verkkovälineiden käyttö on sekä työntekijöiden että asiakkaiden osalta arkipäiväistynyt.

”Kuule, meillä oli tapaaminen sovittu huomiselle. Olen nyt lasteni ja lasten lasteni luona täällä Kainuussa, voidaanko tapaaminen hoitaa verkon välityksellä?”

”Mulla työt loppuvat klo 15, kävelen siitä sitten päiväkotiin hakemaan lapsia, voidaanko siinä välissä keskustella puhelimitse?”

”Elämä on kiireistä. Lasten koulut ja harrastukset, oma työ, kontrolloiva puoliso. Ei minulla ole muulloin aikaa pahaa oloani purkaa, kuin nyt yöllä. Hyvä, että tänne saan kirjoittaa. Se helpottaa.”

”Kiitos! Jos eroryhmä ei olisi kokoontunut etänä, ei minulla olisi ollut mitään mahdollisuutta osallistua. Ilman tätä ryhmää en olisi selvinnyt, olisin jäänyt tukea vaille.

Me pidetään porukan kanssa vieläkin yhteyttä.”

Tänään ihmiset osaavat jo pyytää sitä, millä tavalla haluaisivat yhteydenpidon tapahtuvan. Heillä on jo tieto siitä, että fyysinen tapaaminen ei ole ainoa tapa kohdata ja saada apua. Karanteenikin on tässä ajassa tullut tutuksi, mutta senkään vuoksi ei tapaamista tai osallistumista vertaisryhmään ole tarvinnut peruuttaa. Etäyhteydellä tapahtuva kohtaaminen ei ole enää pitkien välimatkojen etuoikeus, vaan sen voi valita myös muista syistä; elämäntilanteen ja itselle mieluisimman, helpoimman tavan mukaan.

Joillekin kasvokkainen vuorovaikutus ei ole ensisijainen kommunikaatiotapa, tapahtuipa se sitten etänä tai lähellä. Pääsy kasvokkaisiin tilanteisiin voi syystä tai toisesta olla rajoittunut, kotoa ei löydy tilaa, missä voisi rauhassa puhua tai läheinen ihminen kontrolloi niin vahvasti, ettei ole ”sen siunaaman rauhaa”. Joku voi myös kokea asiansa niin häpeällisenä tai epänormaalina, että vain anonyymisti verkkoon kirjoittamalla pystyy elämäntilannettaan purkamaan.

Verkko tarjoaa ajasta ja paikasta riippumattoman alustan avulle. Häpeälliseksi koettujen ongelmien puheeksi otolle netti tarjoaa hyvän kanavan, koska anonymiteetti vähentää leimautumisen pelkoa. Verkossa tapahtunut hyvä ensikohtaaminen voi madaltaa kynnystä jatkoapuun hakeutumisessa, monikanavaisuus tuo kohtaamiseen helppoutta ja parantaa ihmisten avunsaantia.

Vaikka kevään 2020 jälkeen digitaalinen yhteydenpito vyöryi kaikilla elämän osa-alueilla ja verkossa tapahtuva asiointi tuli isoksi osaksi arkea, on syytä muistaa, että toisille sopii paremmin kasvotusten vastaanotettu tieto ja tuki. Pikkuhiljaa paluu uuteen normaaliin on alkanut, mikä mahdollistaa jälleen myös kasvokkaisen (maskikkaisen) kohtaamisen helpommin. Havaittavissa on myös digiväsymystä, mikä on ymmärrettävää. Usealta asiakkaalta on tullut toive kohdata kasvotusten, koska: ”etätyön myötä luurit ovat jo kasvaneet päähän kiinni.”

Auttamisen väline ei siis ole itsetarkoitus, vaan se valitaan aina asiakkaan tarpeiden, toiveiden ja mahdollisuuksien mukaisesti. Digiä emme tee digin vuoksi, vaan siksi, että ihmisten tarpeisiin voidaan näin vastata paremmin.

Korona räjäytti pankin. Digitaalisuus tuli ryminällä mukaan kaikilla elämän alueilla, palvelut siirtyivät entistä enemmän verkkoon. Ajasta oppineena, meillä on oiva mahdollisuus ja paljon osaamista monikanavaisen auttamistyön kehittämiseen entisestään; vanhaan ei ole enää paluuta. Digi- ja verkkopalvelut eivät ole etäpalveluja, vaan tänään ne ovat jo oleellinen osa lähipalveluja.

Kohdataanpa sitten etänä, livenä tai hybridinä, aina ollaan ihmistä lähellä. ■

MASI-toiminnan yksilötapaamiset jatkuvat

MASI-toiminnassa on nyt syyskaudella jälleen tarjolla mahdollisuus yksilötapaamisten järjestämiseen. MASI tarjoaa apua isille masennusoireisiin tai niiden kohtaamiseen perheessä.

Toiminta ylläpitää isien toimintakykyä ja edistää heidän hyvinvointiaan perheissä, joissa jommallakummalla vanhemmista on masennusta tai siihen viittaavaa oireilua.

MASI on suunnattu niille isille, jotka kokevat toimintakykynsä ja jaksamisensa olevan kovilla. Työskentelyn tavoitteena on jäsentää omaa tilannetta ja antaa keinoja oman elämänhallinnan ylläpitämiseen sekä isyyden haasteisiin asiakkaan omista lähtökohdista.

Osallistujilla ei edellytetä olevan masennusdiagnoosia. Palvelu on maksuton.

Lisätietoja ja yhteydenotto Miessakkien verkkosivuilta (→ MASI)

≡

Vieraasta Veljeksi -syksyn kuulumisia

Vieraasta Veljeksi -mentoritoiminnan syksyn ryhmä käynnistyi 14.9. Henkilökohtaisten tapaamisten järjestämisen tultua mahdolliseksi myös tukihenkilötoimintaa ja keskusteluryhmätoimintaa on pyöritetty normaalisti Helsingissä elokuun lopusta alkaen. Mentori- ja tukihenkilötoiminnassa on mukana parikymmentä miestä.

Vapaaehtoisia maahanmuuttajamiehiä ja suomalaisia miehiä yhdistävää mentoritoimintaa on tarkoitus järjestää myös muualla kuin pääkaupunkiseudulla vuonna 2022, mikäli asiat etenevät suunnitellusti.

Lisätietoja Miessakkien nettisivuilla (→ Vieraasta Veljeksi)

MIESSAKIT RY

Miessakkien syksyn koronaohjeistus

Miessakkien syyskauden ohjeistuksen mukaisesti asiakastapaamiset ja muut yksilö- ja ryhmätoiminnot voidaan järjestää jatkossa kasvokkain koronaturvallisuus huomioiden. Tukea on tarjolla jatkossakin myös tuttuun tapaan etävälineitä hyödyntäen. Koulutusten ja muiden tapahtumien järjestäminen on myös mahdollista lähitilaisuuksina. Kaikessa toiminnassa noudatetaan yleisiä koronaturvallisuuden periaatteita.

Koronaohjeistus löytyy kokonaisuudessaan Miessakkien verkkosivuilta (→ Ajankohtaista → Tiedotteet)

≡

Tampereen toimiston muutto

Miessakkien Tampereen toimipiste on muuttanut uusiin tiloihin. Elokuusta alkaen paikkakunnan tukimuodot löytyvät osoitteesta Puutarhakatu 16 B, 6.krs, 33210 Tampere.

≡

Toiminnan Miehet -sakkien syyskausi

Toiminnan Miehet -toiminnan Miessakkien tuoreen korona-linjauksen myötä myös Toiminnan Miesten vertaissakkeja voidaan jatkossa järjestää myös lähitilaisuuksina. Vertaisryhmät (esim. säbä- ja saunasakit) noudattavat aina käytössä olevien tilojen ohjeistuksia.

Kasvokkaista on käynnistettyä uudella vaihteella eri puolilla Suomea! Kokoonnuttaessa sakeissa huolehditaan koronaturvallisuudesta panostamalla turvaväleihin, hygieniaan ja maskien käyttämiseen. Myös etänä pidettäviä sakkeja on mahdollista toteuttaa.

Tutustu koulutettujen vapaaehtoismiesten vetämien sakkien valikoimaan Miessakkien nettisivuilla (→ Toiminnan Miehet)

Toiminnan Miehet

TAPAN SUT!

Teksti Jussi Pekkola, väkivaltatyöntekijä

Harva haluaa joutua väkivallan kohteeksi. Silti hyväksymme väkivaltakulttuuria ylläpitävää käyttäytymistä. Konkreettisena esimerkkinä väkivaltaa ihannoiva ja normalisoiva puhe.

Kyky monipuoliseen kommunikaatioon erottaa ihmiset muista eläimistä. Väkivaltainen puhe taas alentaa ihmiset muiden eläinten tasolle. Mikäli ei halua vajota räksyttävän koiran tasolle, voi puhekykyä hyödyntää hyvinvoinnin lisäämiseen, ei sen nakertamiseen.

Väkivaltainen puhekulttuuri läpi leikkaa yhteiskunnan

Raitiovaunu seisoo iltapäiväruuhkassa. Keski-ikäinen siististi pukeutunut pariskunta käy äänekästä sananvaihtoa; ”Jos mulla olis haulikko, niin ampuisin ton kuljettajan.”

Metron uloskäynnin vieressä sekavasti käyttäytyvä kolmikko, joista yhden reppu on levitettynä sisältöineen pitkin kiveystä. Ohi kävellessä repun omistaja kääntyy kohti ja huutaa: ”Koskit mun reppuun, tapan sut!”

Väkivaltaa Kokeneet Miehet

Edellä kaksi arjessa kohtaamaani esimerkkiä. Tilanteissa olen osallistunut väkivaltakulttuurin hyväksymiseen. Olen jatkanut matkaani asiaan puuttumatta. Vaikka rikoksen kriteerit täyttyvät ja asia kuuluisi poliisille. Tappamisella uhkailu on rikos.

Tilanne on ristiriitainen. Jokaisen aikuisen tulisi puuttua häiriökäytökseen. Kohdistui tai toteutti sen kuka hyvänsä. Samalla tulee suojella itseä. Hätäkeskukseen soittaminen taas on ainakin itsellä korkean kynnyksen takana. Ja mikäli soittaisin, huomaan pohtivani seuraavia asioita; mikä on viranomaisten mahdollisuus puuttua, joudunko itse ongelmiin, miltä minä näytän miehenä muiden silmissä ja olisiko puuttumisella vaikutusta mihinkään.

Roolin takaa puuttuminen on helpompaa

Työelämässä olen saanut tappouhkauksia traumapäivystykseen tuodulta ”normaalilta” bisneshenkilöltä, siinä missä psykiatrisen osaston potilailta. Tappouhkaukset eivät ole vain nuorten kypsymätöntä käytöstä. Kulttuuri kuuluu niin somessa, kuin poliittisessa ”älykkäiden henkilöiden” keskustelussa.

Nuoret oppivat aikuisilta millainen kielenkäyttö on sallittua. Ongelman valuminen aikuisilta lapsille vyöryi tärykalvoille työssäni Poikien Puhelimessa. Sinne soittavien keski-ikä on kolmentoista korvilla. Väkivallalla, tappamisella ja esimerkiksi oletetun vaimoni raiskaamisella uhkailu olivat työssä perusarkea.

Työroolissa tilanteet ovat helpommin hallittavissa. Tunneside tapahtumaan on erilainen. Samoin organisaation tuki on taustalla. Silti suurin osa uhkauksista on mennyt mappi ööhön. Toki tilanne on selvitetty mahdollisuuksien mukaan tapahtumahetkellä. Yhtään rikosilmoitusta en silti ole urallani tehnyt.

Fantasiointia vai purkua

Osa näyttäisi lietsovan väkivaltapuheella itsensä jonkin asteiseen kiimaan. He hakevat aggressiosta käyttövoimaa, huomiota tai asemaa yhteisössä. Työssäni väkivaltaa kokeneiden miesten parissa väkivaltainen puhe voi olla hallittua aggression purkua. Valitettavasti useimmiten aggressiivisella käytöksellä ei kumota aggressiota tai vihaa. Näillä tunnetiloilla on taipumus kumuloitua.

Miessakit ry julkaisi talvella 2021 katuväkivaltaa käsittelevän raportin ”Normaalia väkivaltaa”. Kyselyyn vastasi 1957 miestä. Vastaajilta kysyttiin muun muassa, mitä väkivallan vähentämiseksi tulisi tehdä. Selkeästi suurin osa, yhteensä 43 %, näki toimivimmaksi ratkaisuksi väkivaltakulttuurin muutoksen. Siihen on hyvä lähteä kiinnittämällä huomiota sanoihin. Tulivat ne omasta, ystävän tai tuntemattoman suusta. Hyväksymällä jonkin osan väkivaltaa, hyväksyy väkivallan osana ongelmanratkaisuvalikkoa. ■

KUULUMISIA KASARMILTA KORONAN KESKELTÄ

Teksti Ismo Pitkänen, järjestösihteeri

Mies-, isä- ja poikatyön verkostossa päästiin keväällä paneutumaan nuorten miesten kuulumisiin armeijassa, kun kokoukseen saatiin asiantuntijavieraaksi Puolustusvoimien sosiaalipäällikkö Hannu Maijanen. Esityksessä paneuduttiin varusmiesten vointiin tilastojen perusteella ja myös näiltä suoraan kuultuna.

Koronan kuluttamat

Varusmiesten arki ja jaksaminen on ollut koetuksella koronan keskellä. Tartuntamääriä on pitkin kevättä saatu pidettyä kurissa poikkeusjärjestelyillä, mutta ne ovat myös aiheuttaneet rasitusta. Pitkät kiinniolot kuluttavat, urheilumahdollisuudet ovat olleet rajoitettuja ja epävarmat tulevaisuuden näkymät sekä huoli läheisten hyvinvoinnista on kuormittanut kasarmeilla.

Vastapainona kantahenkilökunnan toimintaan ja koulutukseen on panostettu, jotta nämä pystyvät vastaamaan nouseviin haasteisiin. Toimintakykyä tuettaessa pyritäänkin satsaamaan paitsi fyysiseen, myös sosiaaliseen ja psyykkiseen puoleen. Monipuolisen tuen merkitys näkyy jo siinä, että fyysisen puolen ongelmat muodostavat alle 50 % keskeyttämisperusteista. Erityisesti panostetaan muun muassa ryhmiä vetävien varusmiesjohtajien kouluttamiseen, ovathan he lähimpänä oleva kontakti, jolta varusmiehet voivat hakea tukea ja ohjautua tarvittaessa eteenpäin. Jatkossakin on myös hyvä kuulla varusmiesten omia näkemyksiä tukea kehitettäessä, jotta venyvissäkin poikkeusoloissa palvelusarki kulkisi mahdollisimman hyvin.

Esitys muistutti siitä, kuinka normaalista elämästä eristyksissä ollessa jaksaminen on usein koetuksella ja kriisit erityisen kuluttavia. Korona on uniikki poikkeustila, mutta asevelvollisuutta suorittaessa kuormitusta aiheuttavat myös muut, arkisemmatkin huolet. Matalalla kynnyksellä tarjolla olevaan tukeen panostaminen on varmasti erittäin arvokasta paitsi pandemian keskellä myös normaalioloissa.

Kyvyt käyttöön

Puolustusvoimien kuulumiset tarjoavat miestyön kentän toimijoille aina läpileikkaavaa tietoa ikäluokan voinnista ja muun muassa syrjäytymisriskien vahvuudesta. Etenkin palveluksesta vapautuksen saaneet nuoret voivat olla vapautuksen syystä riippuen keskimääräistä korkeammassa alttiudessa syrjäytyä. Kutsuntavaiheessa onkin tärkeä hetki panostaa nuorten miesten kohtaamiseen ja kuulemiseen, jotta kaikkia osattaisiin tukea heille luontevaan suuntaan. Samalla myös saataisiin otettua koppia varhaisessa vaiheessa mahdollisesti syrjäytymisriskissä olevista, ennen kuin kierre ajan myötä käy hankalammaksi pysäyttää.

Nuorille on hyvä olla tarjolla tietoa ja ohjausta, kun he miettivät vaihtoehtojaan kutsuntojen lähestyessä, etenkin jos taustalla on omia traumoja tai painolasteja. Vuosien varrella kutsuntojen yhteydessä onkin toteutettu syrjäytymistä ehkäiseviä hankkeita ja pysyvämpääkin toimintaa. Re-

sursseja tähän ei kuitenkaan ole koskaan liikaa, jotta tuen saaminen varmistettaisiin, etenkin asuinalueesta riippumatta.

Verkostossa keskusteltiin myös siitä, kuinka palveluksen suorittamiseen olisi hyvä tarjota monipuolisesti mahdollisuuksia, jotta nuoret voivat hyödyntää kykyjään. Muun muassa Helsingin Sanomat kirjoitti, kuinka sotilastiedustelussa haasteena on nostettu esiin, että eräät parhaista tietotekniikka-alan syväosaajista ovat siviilipalvelusmiehiä tai heidät on vapautettu rauhanaikaisesta palveluksesta (www.hs.fi/kotimaa/art-2000007960479.html). Esimerkiksi erilaiset palveluskelpoisuusluokat tarjoavat jo liikkumavaraa ja niitä voisi kehittää tulevaisuudessa entisestään monipuolisemmiksi. Haasteeseen voi myös vastata panostamalla siihen, että mahdollisimman monet kokevat palveluksen suorittamisen itselle houkuttelevaksi, toimivaksi ja mielekkääksi kokemukseksi. Tämä kokemus syntyy monista pienistä ja suuremmistakin palasista, joista toimintakyvyn tukeen monipuolisesti satsaaminen on yksi keskeisimmistä ja maksaa itsensä varmasti takaisin. ■

Blogi pohjautuu Mies-, isä- ja poikatyön verkoston keskusteluihin. Verkosto kerää yhteen toimijoita moninaisista eri taustoista teemoiteltuihin tapaamisiin, joissa tavoitteena on jakaa asiantuntemusta ja kehittää yhteistyössä suomalaisen miestyön kentän tilannetta.

Lisätietoja Miessakkien verkkosivuilla (→ Toimintamuodot → Miestyön Osaamiskeskus → Verkostotyö)

MUISTA MIESSAKKIEN JULKAISUT!

Miessakkien vuosien varrella julkaisemat teokset ovat tilattavissa verkkosivujen Kauppa-osiossa. Tutustu valikoimaan ja tilaa omasi edullisesti. Monista julkaisuista on sivuilla tarjolla myös ilmaiset pdf-versiot.

Valikoimaan kuuluvat mm.:
- *Erosta Elossa ero-opas miehille*
- *Isätyökirja*
- *Miesryhmät - teoista sanoihin*
- *Vertaismiehen käsikirja*
- *Vaiettu väkivalta -raportti*

www.miessakit.fi/kauppa

MIESSAKKIEN TOIMINTA-AJATUS, MISSIO JA KESKEISET KÄSITTEET

Toiminta-ajatus

Miessakit ry huolehtii miesten henkisestä, psyykkisestä ja sosiaalisesta hyvinvoinnista, sekä kehittää pitkäjänteisesti miesten yhteisvastuun ja keskinäisen auttamisen rakenteita. Tätä tarkoitusta toteutetaan luomalla ja ylläpitämällä monimuotoista matalan kynnyksen vertaistoimintaa; tarjoamalla ammatillisia tuki- ja kriisipalveluja; kouluttamalla vertaismiehiä sekä sosiaali-, terveys- ja kasvatusalan ammattilaisia ja opiskelijoita; olemalla mukana rakentamassa erilaisten organisaatioiden miestyötä; sekä osallistumalla yhteiskunnalliseen keskusteluun. Toiminnan ytimessä on mieserityinen työ, johon yhdistyksen kehittämis-, koulutus- ja vaikuttamistoiminta pohjaavat.

Miesten oma osallistuminen ja miesten välinen vertaisuus ovat keskeisimmät tarvittavaa erityisosaamista tuottavat elementit tavoiteltaessa miesten hyvinvoinnin vahvistumista. Toimintasisältöjen rakentuessa tälle perustalle miesten tarpeet pysyvät tavoiteasettelun keskiössä. Miesten erityistarpeet huomioiva työ ja vertaistoiminta vahvistavat miesten kokemusta omasta arvokkuudesta. Avun hakeminen arkipäiväistyy ja avun vastaanottaminen helpottuu.

Miessakit ry:n kaikki toimijat ovat miehiä. Sisäisten perehdytys- ja täydennyskoulutusrakenteiden myötä organisaation tuki- ja kriisipalveluja toteuttavat työntekijät ovat miestyön ammattilaisia. Myös yhdistyksen vapaaehtoistoimijat, sekä organisaation johdossa ja hallintorakenteissa toimivat omaavat riittävän tietouden mieserityisyydestä ja sen merkityksestä miesten tukemisessa.

Yhdistyksen koulutus- ja kehittämistoiminta perustuu mieserityisestä työstä kertyneeseen tietoon sekä miehiä ja heidän auttamistaan koskevaan tutkimukseen. Koulutustoiminta kohdentuu sosiaali-, terveys- ja kasvatusalalla toimivien perus- ja täydennyskouluttamiseen. Yhdistys tarjoaa myös miestyön kehittämistukea ja työnohjausta alalla toimiville organisaatioille.

Miessakit ry pyrkii vaikuttamaan yksilöihin, yhteisöihin ja yhteiskuntaan miesten hyvinvoinnin vahvistamiseksi. Miesnäkökulmainen vaikuttamistoiminta lisää miesten kiinnostusta omasta hyvinvoinnistaan, tuo esiin miesten näkemyksiä ja tarpeita, ja toimii miesten tueksi erilaisissa sosiaalisissa, terveydellisissä ja yhteiskunnallisissa kysymyksissä.

Miessakit ry vaalii yhteisvastuullista yhteisen hyvän rakentamista. Miessakit ry:n idean ytimessä on näkemys sukupuolten välisestä kumppanuudesta ihmisyyden hyvinvoinnin perustana. Ihmiset nähdään itselleen ja toisilleen lähtökohtaisesti hyvää haluavina. Miessakit ry perustaa missionsa tälle kantavalle voimalle.

Miessakit ry on poliittisesti ja uskonnollisesti sitoutumaton.

MIESSAKIT RY

Missio

Miesten tueksi. Kaikkien hyväksi.

Miessakit ry pitää huolta miesten elämää tukevien yksilöllisten, yhteisöllisten ja yhteiskunnallisten rakenteiden vahvistamisesta parantaakseen miesten kokonaisvaltaista hyvinvointia.

Miessakit ry tekee työtä sellaisen yhteiskunnan puolesta, jossa hyvinvointi vahvistuu sukupuolten välisen kunnioittavan kumppanuuskulttuurin kautta.

Keskeiset käsitteet

Mieserityisyys

Mieserityisyys on miehiin liittyvien biologisten, psykologisten ja sosiokulttuuristen tekijöiden merkitysten ja vaikutusten ymmärtämistä ja huomioimista.

Mieserityinen työote

Mieserityinen työote tarkoittaa sitä, että mies on toiminnan keskiössä, ja hän tulee mieserityisyyden myötä aidosti kuulluksi ja kohdatuksi.

Miestyö

Miestyö on miesten tueksi tehtävää sosiaali-, terveys- ja kasvatusalan ammatillista työtä ja vertaistoimintaa. Miessakit ry:n miestyö perustuu mieserityisyyteen ja mieserityiseen työotteeseen.

Miesten välinen vertaisuus

Miesten välinen vertaisuus on miesten yksilöllisten kokemusten, kertyneen kokemustiedon ja niihin pohjaavan elämänviisauden jakamista miesten kesken. Vertaisuuden avulla tuetaan omaa ja toisten miesten hyvinvointia, sekä sosiaalista, tiedollista ja yhteiskunnallista oppimista.

Vertaismies

Vertaismies on mies, joka toimii vapaaehtoisena ohjaajana tai tukihenkilönä miesten välisessä vertaistoiminnassa.

Yhteisvastuu

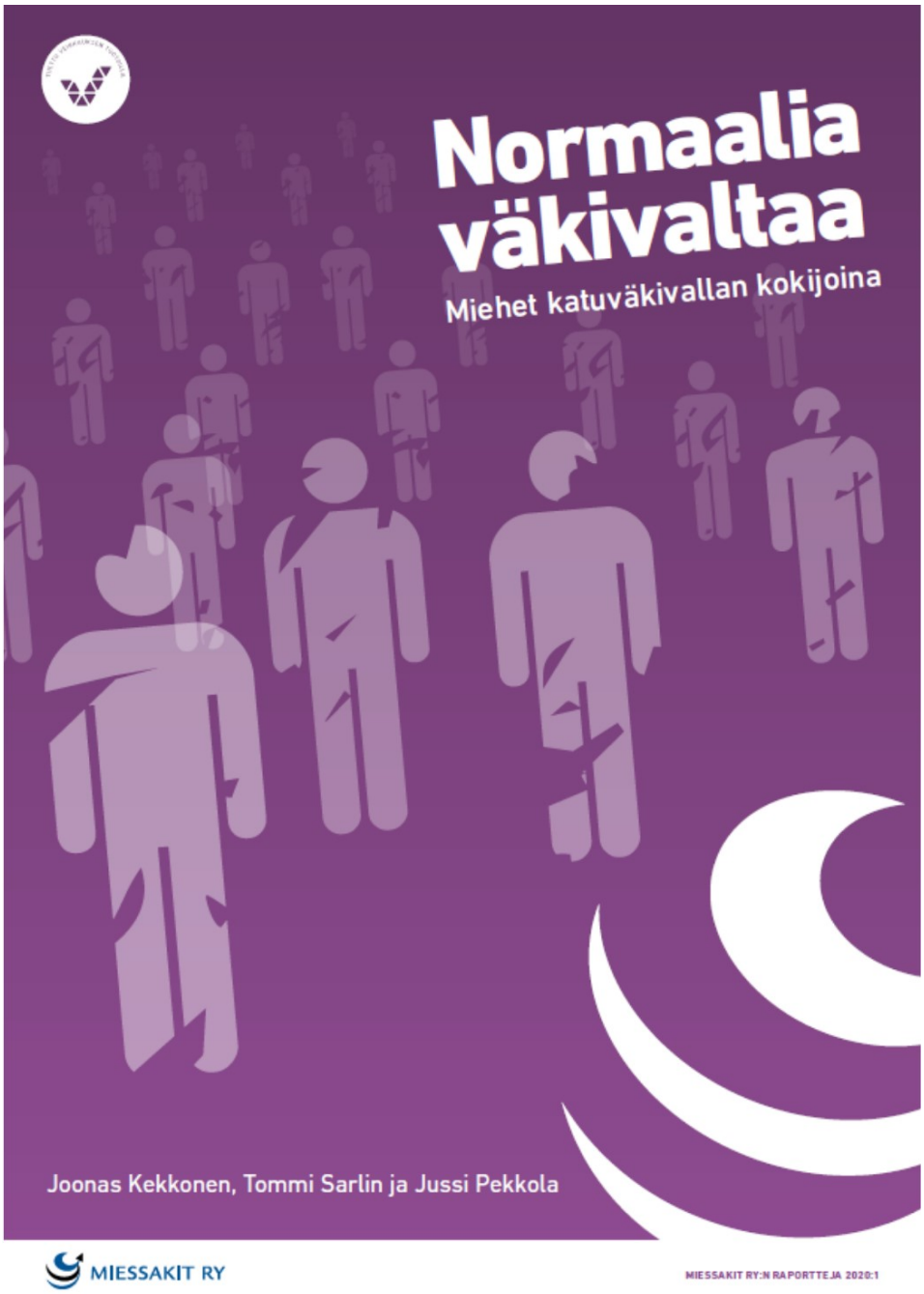
Yhteisvastuu tarkoittaa ihmisten yhteistä vastuunkantoa toistemme ja yhteiskunnan hyvinvoinnista.

KATUVÄKIVALTAA KÄSITTELEVÄ SEMINAARI 24.11.2021

Miessakkien Väkivaltaa Kokeneet Miehet -palvelu (VKM) järjestää Helsingissä Lapinlahden sairaalan auditoriossa 24. marraskuuta klo 12–16 katuväkivaltaa käsittelevän seminaarin teemalla Normaalia väkivaltaa. Tilaisuus myös streemataan.

VKM haluaa käydä keskustelua teemoista, jotka tulivat esiin Normaalia väkivaltaa - miehet katuväkivallan kokijoina - selvityksessä (2021).

Seminaarissa ovat paikalla raportin laatineet VKM:n työntekijät Jussi Pekkola, Tommi Sarlin sekä Miessakkien kehittämis- ja koulutuspäällikkö Joonas Kekkonen. Mukana asiantuntijoina myös Miia Laakso, puheenjohtaja Huoma ry, Harri Soininen, Helsingin poliisi, ennaltaehkäisevä toiminta, Karoliina Suonpää, väitöskirjatutkija Kriminologian ja oikeuspolitiikan instituutti ja Satu Lidman, väkivaltatutkija, EraseGBV-hanke, Tampereen yliopisto.



Lapinlahteen pääsee kätevimmin ajamalla metrolla Ruoholahteen ja kävelytietä Länsiväylän ali. Toinen tapa on tulla raitiovaunulla nro 8 Marian sairaalan pysäkille ja kävellä hautausmaan vieritse. Lapinlahden alueella on myös ilmaisia parkkipaikkoja. Lisätietoa paikasta: https://lapinlahden-lahde.fi/tilat-2/auditorio/

Lisätietoja ja ilmoittautuminen Miessakkien verkkosivuilla (→ Väkivaltaa Kokeneet Miehet).

Raportti on myös tilattavissa osoitteesta: www.miessakit.fi/kauppa/

MIESSAKIT TARJOAA TUKEA ETÄYHTEYKSIEN KAUTTA

Miessakkien kaikki toimintamuodot tarjoavat tukea myös poikkeusolojen aikaan puhelimitse ja etävälineitä hyödyntämällä.

Asiakastapaamiset videovälitteisesti tai puhelimitse

- Erosta Elossa | Lyömätön Linja | Väkivaltaa Kokeneet Miehet | Vieraasta Veljeksi
- Lisätietoja: www.miessakit.fi

Chat-palvelumme Tukinetissä

- Erosta Elossa –chat maanantaisin klo 21-23.
- Lisätietoja: www.tukinet.net

Keskusteluryhmät Tukinetissä

- Erosta Elossa – erokeskustelua miehille
- MASI-keskustelupalsta isille
- Tukinetissä myös Erosta Elossa -tukisuhde-palvelu
- Lisätietoja: www.tukinet.net

Verkkokurssit Hyvä kysymys -alustalla

- Isäkurssi 1
- Lähisuhdeväkivallan ehkäisykurssi
- MASI-kurssi miehille masennusoireisiin tai niiden kohtaamiseen perheessä
- Miesten kokema parisuhdeväkivalta -kurssi
- Erokriisiapua miehille -kurssi
- Lisätietoja: www.hyväkysymys.fi

Päivystävät luurit

- ISÄluuri numerossa 044 751 1332. Arkisin klo 9-16

ETÄNÄ VAAN EI KAUKANA – KOKEMUKSIA VERKKOVÄLITTEISISTÄ EROSTA ELOSSA -RYHMISTÄ

Teksti Simo Ollila, eroryhmäohjaaja

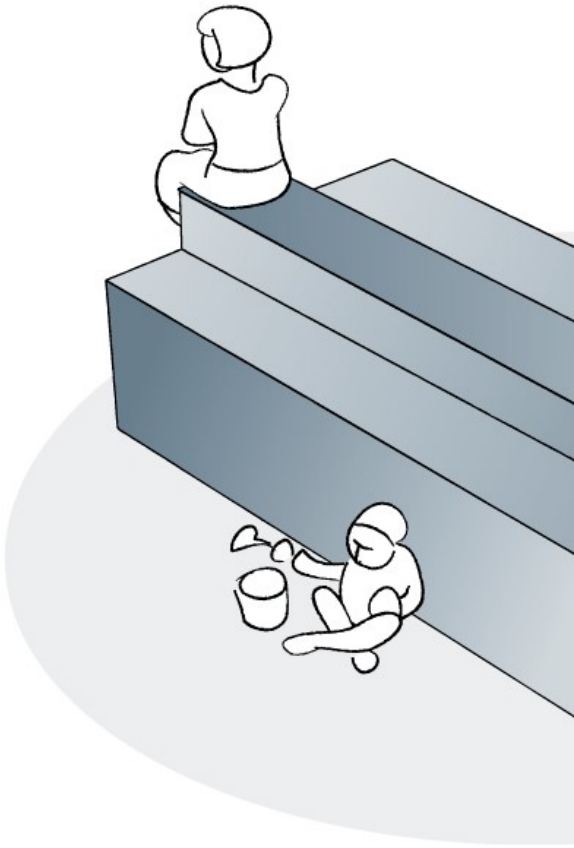
Minulla on Erosta Elossa -ryhmien vetämisestä jo aikamoisen pitkä kokemus. Aloitin Tampereen ryhmien ohjaajana heti hankkeen alkaessa syksyllä 2007, ja siitä lähtien olen työskennellyt kahden kymmenen kertaa kokoontuvan eroryhmän kanssa vuosittain. Tästä huolimatta löysin itseni uuden edestä, kun alkoi olla selvää, että samassa huoneessa livenä kokoustavien ryhmien olisi pakko ottaa aikalisä pandemian toisen aallon edetessä. Koko Suomen siirryttyä säheltämään Teamsiin tai Zoomiin, tämä oli toki looginen askel myös Erosta Elossa -ryhmille.

Alussa oma suhtautumisesi tähän siirtymään oli epävarma ja hivenen skeptinen. Vuosien saatossa luottamukseni Erosta Elossa -hankkeen eroryhmien mahdollistaman vertaistuen parantavaan voimaan oli vain kasvanut. Olisivatko verkkovälitteiset eroryhmät laimentamassa eheyttävän ryhmäkokemuksen pelkäksi jutusteluksi, syvällisestikin eheyttävän työskentelyn sijaan?

Päädyin kuitenkin siihen, että todennäköisesti yhdessä elämänsä vaikeimmista paikoista kamppailevien miesten olisi hyvä saada hyväksi havaitun ryhmätyöskentelymallin kautta apua, vaikka sitä ei voisikaan antaa optimaalisissa olosuhteissa. Päätin siis ottaa haasteen vastaan ja lähteä ohjaamaan ensimmäistä verkkovälitteistä eroryhmääni – ja yllätyin.

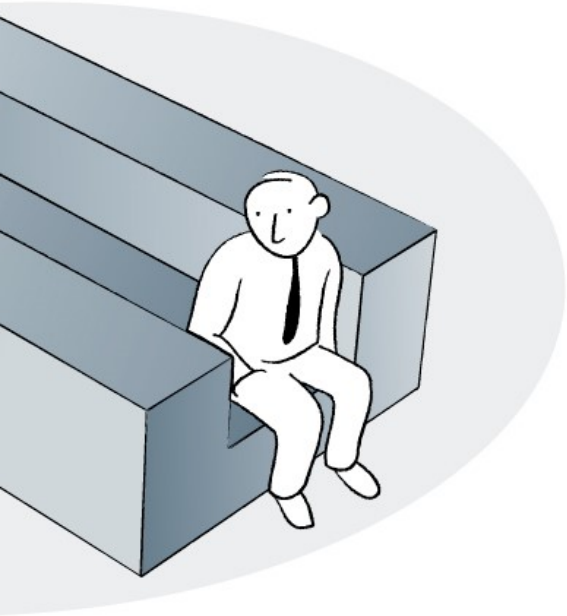
Kokemus ryhmätyöskentelystä ei sitten perustaltaan valtavasti eronnutkaan perinteisistä kasvokkain tapahtuvista tapaamisista. Tuttua oli se, että kun osallistujilla oli vihdoin mahdollisuus jakaa kokemuksiaan ja kipuaan vapaasti samassa tilanteessa olevien toisten miesten kanssa, se tilaisuus sitten todella käytettiin hyväksi. Ensitapaamisesta asti rehelliset keskustelut sekä kokemusten ja tunteiden jakaminen saivat liikkeelle paljon asioita ryhmän miehissä. Uuden elämän rakennuspuut alkoivat pikkuhiljaa löytyä ja kipukohdat arpeutua.

Jälleen kerran vertaistuen ihme toteutui lukemattomista aiemmin vetämistäni ryh-



mistä tutulla tavalla. Kavereita ei jätetty ja kaikki miehet jatkoivat kymmenen viikkoa kestäneen ryhmäprosessin loppuun asti. Ryhmäläiset myös vaihtoivat yhteystietoja ja jatkoivat yhteydenpitoa myös ohjatun ryhmän jälkeen. Erosta Elossa -konsepti osoitti siis voimansa myös verkko-olosuhteissa.

Toki eroja live- ja etäryhmien väliltä löytyy, ja verkkotyöskentely toi peliin omat ärsyttävät ongelmansa, kuten jonnekin kyberavaruuteen katoavat äänet tai kokonaankin katkeilevat yhteydet. Toisaalta etätyöskentely toi mukanaan myös joustavuutta, ja ryhmään saattoi osallistua vaikka matkan päältä omasta (parkkeeratusta) autosta. Vaikka tekniset vaikeudet välillä ärsyttivätkin, niiden merkitys jäi loppujen lopuksi ryhmäprosessin kannalta aika vähäiseksi.



Helpottaakseni ryhmäläisten työskentelyä ja keskittymistä laadin Teamsissa tapahtuneille tapaamisillemme etukäteen käytännöt, jotka osoittautuivat hyviksi ohjenuoriksi. Sovimme heti alussa muun muassa sen, että kaikilla on tapaamisissamme aina verkkokamera päällä, mutta mikrofoni on auki vain omien puheenvuorojen aikana, puheenvuoroa pyydetään ja että puhelin, sosiaalinen media ja muut sovellukset ovat suljettuina.

Verkkovälitteiset eroryhmät ovat osoittaneet olevansa muutakin kuin vain poikkeusaikojen hätäratkaisu. Ne mahdollistavat Erosta Elossa -toiminnan tarjoamisen poikkeusaikojen jälkeenkin myös niille, joiden kotipaikkakunnalta ei vielä löydy omaa eroryhmää. Minulla olikin kunnia toimia tänä keväänä ensimmäisen valtakunnallisen verkossa toteutetun Erosta Elossa -ryhmän vetäjänä. Eikä se varmasti tule jäämään viimeiseksi. ■

SEMINAARI MIESTEN EROAUTTAMISESTA TAMPEREELLA

Miessakit ry:n Erosta Elossa -tukihenkilötoiminta (EETU) täyttää 10 vuotta! Tämän kunniaksi Tampereella järjestetään Vertaisuus voimavarana miesten eroauttamisessa -seminaari. Lämpimästi tervetuloa kuulemaan miesten auttamisesta erotilanteessa! Seminaaria voit seurata myös videoyhteydellä.

Ohjelma

- 13.00: Tilaisuuden avaus; Tomi-Pekka Liias, erotyöntekijä, Miessakit ry.
- 13.10: Miessakit, mieserityisyys ja vertaisuus; Tomi Timperi, toiminnanjohtaja, Miessakit ry.
- 13.30: Vertaisuus voimavarana eroauttamisessa; Kari Vilkko, vastaava erotyöntekijä, EETU-toiminnan ohjaaja, Miessakit ry.
- 14.00: EETU-vertaistukihenkilöiden ajatuksia ja kokemuksia miesten eroauttamisesta.
- 14.30: Kahvitarjoilu.
- 14.45: Isien kohtaaminen erotilanteessa ammattilaisena; Anna Mäkisalo, eropalveluohjaaja ja Aino Hynninen, palveluesimies, Turun hyvinvoinnin palvelukokonaisuus, Perheoikeudellinen yksikkö.
- 15.45: Tilaisuuden yhteenveto ja päätös; Tomi-Pekka Liias, erotyöntekijä, Miessakit ry.
- 16.00: Tilaisuus päättyy

Aika ja paikka

Seminaari järjestetään Miesten viikolla ke 10.11.2021 klo 13.00 - 16.00. Paikkana Kumppanuustalo Artteli/Monitoimisali, Mustanlahdenkatu 22, Tampere

Ilmoittautuminen

Ilmoittaudu läsnä olevana/etäyhteydellä tilaisuuteen viimeistään ma 1.11. Miessakkien verkkosivuilta (→ Erosta Elossa).

Lisätiedot

Kari Vilkko
kari.vilkko@miessakit.fi | 044 751 1341

Erosta Elossa

MIESTEN VIIKKO - LÄHISUHDEVÄKIVALLAN EHKÄISY TARVITSEE TEKIJÖITÄ!

Seitsemästoista vuosittainen Miesten Viikko toteutetaan jälleen isänpäivään päättyvällä viikolla 8.-14.11.2021

Väkivallan tekijöitä on monenlaisia. Myös väkivaltaisen käyttäytymisen taustalla vaikuttavat seikat ovat moninaiset ja -ulotteiset. Tämä tuntuu unohtuneen viimeaikaisessa lähisuhdeväkivallan ehkäisytyössä.

Lähisuhdeväkivallan ehkäisytyöhön on panostettu mittavasti viime aikoina. Painotukset näyttäytyvät kuitenkin valitettavan yksipuolisilta niin sukupuolinäkökulmasta kuin myös kokija / tekijä -asetelmaa tarkasteltaessa.

Ammatillinen, kohdennettu, yksilöity ja riittävästi resursoitu työ lähisuhdeväkivallan tekijöiden kanssa tuottaisi taatusti oivia ja pitkäkestoisia tuloksia lähisuhdeväkivallan ehkäisytyössä. Ilmiön moninaisuuden vahvempi ymmärtäminen madaltaisi varmasti myös tekijöiden avun hakemisen kynnystä.

Yhdessä ja moninaisemmin kohti lähisuhdeväkivallattomampaa tulevaisuutta!

Haaste!

Miesten Viikon perinteeseen kuuluu, että yhteiskuntamme toimijat haastetaan mukaan huomioimaan teemaviikko - eli miehet - tavalla tai toisella toiminnassaan. Mikäli haluatte maininnan omasta tarjonnastanne Miesten Viikon ohjelmaan, lisätietoja Miesten Viikon nettisivuilla.

Tervetuloa mukaan tukemaan miehiä muuttuvassa yhteiskunnassamme!

www: www.miestenviikko.fi

Facebook: www.facebook.com/MiestenViikko

Twitter: www.twitter.com/MViikko

#miestenviikko

HYVÄT MIEHET -KAMPANJA KOKOAA JA PALKITSEE MIESTEN HYVIÄ TEKOJA

Miessakit ry toteuttaa 1.-31.10.2021 HYVÄT MIEHET -kampanjan. Tavoitteena on nostaa esille ja arvostaa miesten hyvyyttä ja hyviä tekoja.

Naiset ja miehet ovat hyviä ja tahtovat lähtökohtaisesti hyvää toisilleen. On kuitenkin niin, että erityisesti miesten hyvyys ja hyvät teot ovat viime aikoina jääneet vähälle huomiolle. Välillä jopa haastetaan sitä, onko mieheys itsessään negatiivista ja tuhoavaa. Me kaikki tiedämme sisimmässämme, ettei näin ole. Mutta itsestäänselvyyksiäkin on aika ajoin tärkeä nostaa esille. Huomioimalla miesten hyviä tekoja arvostamme heitä, huolehdimme heidän hyvinvoinnistaan ja syvennämme meidän kaikkien ymmärrystä hyvyyden merkityksestä. Näin voidaan myös vähentää negatiivista vastakkainasettelua ja vahvistaa sukupuolten välistä kunnioittavaa kumppanuutta.

Kansalaisia, yhteisöjä ja yrityksiä pyydetään osallistumaan HYVÄT MIEHET -kampanjaan kertomalla esimerkkejä miesten hyvistä teoista. Kertomukset voivat olla lyhyitä huomioita tai pitkiä tarinoita, valokuvia, ja myös ääni- tai videotallenteita. Kertomukset toimitetaan osoitteeseen kertomukset@hyvatmiehet.fi.

HYVÄT MIEHET -kampanjasta vastaa Miessakit ry, jonka tehtävä on vahvistaa miesten hyvinvointia ja tukea siten myös sukupuolten välistä kumppanuutta. Yhdistys tuo esille hyvinvoivan mieheyden merkitystä miehille itselleen, heidän läheisilleen ja yhteiselle hyvälle.

www.hyvatmiehet.fi

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

HYVÄT MIEHET

MIEHILLE RÄÄTÄLÖITYJÄ TUKIPALVELUJA ON VAHVISTETTAVA

Teksti Tomi timperi, toiminnanjohtaja

Miehen elämä Suomessa on yleisesti ottaen hyvää ja turvallista, ja sitä kannattaa vaalia.

Helsingin Sanomat tarttui pääkirjoituksessaan (26.9.) varsin ajankohtaiseen haasteeseen: miehen pahaa oloa ei osata hoitaa. Yhteiskuntamme ydinarvoja on, että kaikista ihmisistä pidetään huolta. Tässä onnistutaan, kun huomioidaan sukupuolille yhteiset ja erityiset hyvinvointinäkökulmat.

Miehiä tuettaessa on hyvä tunnistaa, millä tavalla sukupuoli ja sosiokulttuuriset tekijät vaikuttavat miehiin. Miehistä on moneksi, eikä ole olemassa vain yhtä koettua mieheyttä. On kuitenkin havaittavissa yhtäläisyyksiä siinä, miten juuri miehet ilmaisevat tuntemuksiaan tai mitkä tuen muodot vetoavat nimenomaan miehiin. Tämä niin sanottu mieserityinen lähestymistapa vaikuttaa myönteisesti sekä miesten avun hakemiseen että tarjotun avun laatuun ja tuloksellisuuteen.

Pääkirjoituksessa käsiteltiin miesten hoitamista vakavissa psykologisissa ongelmissa. Lisäksi on hyvä huomioida, että ennaltaehkäisevä ja arjen kriiseihin liittyvä tukityö on tarpeellista ja psykologisten ongelmien syvyyttä vähentävää.

Miehen elämä Suomessa on yleisesti ottaen hyvää ja turvallista, ja sitä kannattaa vaalia. Arjessa voi tulla eteen tilanteita, joista selviämiseksi tarvitaan ammattilaisten tukea. Tällöin on arvokasta, jos yleisiä tukipalveluja on vahvistettu mieserityisellä osaamisella ja miehille räätälöidyillä palveluilla.

Yleishyödyllinen, yhteiskunnallisin varoin tuettu Miessakit ry on vuodesta 1995 kehittänyt ammatillisia ja vertaisuuteen perustuvia tuki- ja kriisipalveluja miehille. Miehet raportoivat saaneensa toiminnasta sen hoidon ja tuen, jota ovat tarvinneet.

Miehen pahaa oloa osataan siis Suomessa hoitaa, mutta mieserityisyyteen perustuvia tuki- ja kriisipalveluja on varsin kapeaalaisesti tarjolla. Osaamista olisi tärkeä vahvistaa juurruttamalla sosiaali-, terveys- ja kasvatusalojen perus- ja täydennyskoulutukseen sukupuolierityiset opinnot. Tämä vähentäisi tulevaisuudessa muun muassa poikien ja nuorten miesten syrjäytymistä sekä vahvistaisi ylipäätään miesten hyvinvointia. ■

Kirjoitus on julkaistu myös Helsingin Sanomien Lukijan mielipide -osiossa 30.9.2021 (https://www.hs.fi/mielipide/art-2000008294283.html)

SAUNASAKIN BLOGI: RAJOITUSTEN LOPUTTUA

Teksti Timo Marsio
Kuvat Juha Liukkonen

Miessakkien Helsingin Saunasakki jatkoi toimintaansa tiistaina 28.9. pandemian rajoitusten vähentyessä. Tosin epävirallisesti eräät jäsenistä olivat saunoneet yhdessä joissain auki olleissa saunoissa.

Itä-Helsingissä on useita porukallemme sopivia saunoja. Nyt uudeksi kohteeksi oli löytynyt Karjalaisten kesäkoti Pääskyn sauna Jollaksessa. Viehättävä vanha talo, paljon kalliota ja merta löytyi. Puitteet olivat mahtavat. Mahtavuutta lisäsivät paikalla ollut yhdistyksen ”isäntä” ja isännän koira. Molemmat toivottivat tervetulleiksi. Nuori mies hankki hetkessä grillipuut ja koira halusi loputtomasti leikkiä kepillä kanssamme. Karjalainen ystävällisyys näkyi.

Grillipaikka oli rannassa meren tuntumassa. Tulessa paistuivat hyvin makkarat ja kasviskääryleet, ei niitä voi makkaroiksi sanoa. Ikävä kyllä idän puoleinen tuuli kävi salmessa hyvin ja vähitellen tuli kylmempää ja kylmempää. Kun pienehkössä saunarakennuksessa ei ollut riittävän suurta pukuhuonetta tai muuta tilaa seurustelulle, piti olla grillillä. Vähitellen yksi sun toinen lähti saunomaan. Pukuhuoneeseen ja lauteille ei kymmenen hengen joukkomme mahtunut yhtaikaa. Mutta sopivasti vuorotellen saivat kaikki saunottua. Jättipä yksi kokonaan saunomattakin. Löylyt eivät ainakaan himosaunojiltamme moitteita saaneet, joten lienevät olleet sopivat. Merivesi ei ollut vielä kovin kylmää ja puolenkymmentä miestä kävi uimassa.

Illan henki oli jälleennäkemisen iloa. Eräät eivät olleet tavanneet pitkään aikaan toisiaan. Uusia osallistujia oli tullut alkaneen syksyn aikana neljä. Hyvin näyttivät joukkoon sopeutuvan. Keskustelussa hauskaa on saunakokemusten vaihto ja uusien paikkojen miettiminen. Vaikka olisi ollut Lapissa Kiilopäällä saunomassa, niin löytyi toinen edellisellä viikolla ollut. Uusia saunapaikkoja löytyy aina, osa vaan hinnoittelee palvelunsa liian korkealle. Kun Saunasakissamme kaikki maksavat oman osansa kustannuksista, niin hinta tulee esteeksi monelle saunalle.

Jotenkin karjalaisten kesäkoti sopi meille. Lämminhenkinen karjalaisuus välittyi paikasta ja illan tunnelmasta.

Seuraava saunominen sovittiin 19.10. Ikävä uusille mukaan haluaville on se, että sakkimme tällä hetkellä täynnä. Emme ota toistaiseksi uusia jäseniä. Joukko on haluttu pitää sen kokoisena, että mahtuisimme yhdessä lauteille ja seurustelukin pysyisi helpommin yhtenäisenä hajoamatta useampiin ryhmiin.

Helsingin Saunasakki on yksi monista Toiminnan Miehet -hankkeen vapaaehtoisten järjestämistä vertaistoimintaryhmistä. Lisätietoja hankkeesta Miessakkien verkkosivuilta (→ Toiminnan Miehet → sakit → Saunasakki | Helsinki)

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 ja alennuksia monista julkaisuistamme sekä järjestämistämme kursseista ja koulutuksista. Lisäksi saat 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 nettisujemme verkkokaupan kautta. Voit myös liittyä suoraan ottamalla yhteyttä yhdistyksen toimistoon. 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 varsinaiseen 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!

Espoo
Cucu Wesseh
044 5659058
wessehc@gmail.com

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

Hämeenlinna
Tapio Oikarinen
044 356 7934
tapio.oikarinen@anikons.fi

Joensuu
Onni Voutilainen
050 365 6138
onskiv@suomi24.fi

Järvenpää
Petre Pomell
0407271905
petre.pomell@miessakit.fi

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

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

Loviisa
Esko Porola
040 527 4517
eskoporola@gmail.com

Oulu
Jarno Mettovaara
040 734 2124
jamettov@gmail.com

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

Raasepori
Teijo Kontio
0449839195
teijo.kontio@me.com

Rovaniemi
Pekka Hakala
050 500 2119
elhakala@gmail.com

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

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

Seinäjoki
Terence Sam
040 4122254
terence.sam88@gmail.com

Tampere
Pekka Huttunen
0500 794794
pekka.e.huttunen@miessakit.fi

www.miessakit.fi
miehiä tukevaa hyvinvointityötä