

TOIMINTAKERTOMUS
TILIKAUDELTA 19.10.2017–31.12.2018
YHDISTYKSEN ENSIMMÄINEN TOIMINTAKAUSI



Suomen trauma- ja
dissosiaatioyhdistys
Disso ry

Suomen trauma- ja dissosiaatioyhdistys Disso ry on valtakunnallinen yhdistys, jonka yhteiskunnallisena tavoitteena on ymmärryksen lisääminen psyykkisestä traumatisoitumisesta ja trauman yhteydessä kehittyneestä rakenteellisesta dissosiaatiohäiriöstä. Yhdistys toimii asiantuntijaforumina psykiatrian ja sosiaali- ja terveydenhuoltoalan ammattilaisille asiantuntija- ja kokemusasiantuntijatietoon perustuen. Yhdistys tarjoaa tietoa ja vertaistukea traumatisoituneille sekä trauman oireista kärsiville ihmisille ja heidän läheisilleen. Yhdistyksen tavoitteena on ajaa jäsentensä etua yhteiskunnallisella tasolla sekä lisätä jäsentensä hyvinvointia tuomalla psyykkisen traumatisoitumisen oireistoa tutummaksi suurelle yleisölle.

Perustaminen ja rekisteröinti. Yhdistyksen perustamiskokous pidettiin 19.10.2017, ja yhdistys rekisteröitiin Patentti- ja rekisterihallituksen yhdistysrekisteriin 31.10.2017 (rek.nro 220445). Yhdistys hyväksyttiin Mielenterveyden keskusliiton jäsenyhdistykseksi 11.12.2017.

Hallitus ja kokoukset. Yhdistyksen hallituksen varsinaisina jäseninä ovat toimineet Mai Peltoniemi (puheenjohtaja), Minna Torikka (varapuheenjohtaja), Satu Martikainen (sihteeri, erosi 30.8.2018), Sari Miikki (rahastonhoitaja), Jonna Tähtinen, Noora Seppälä, Heli Hämäläinen (erosi 15.3.2018) ja Minja-Tiina Kaistinen sekä varajäsenenä Taru Nordlund.

Sääntömääräinen syyskokous pidettiin perustamiskokouksen jälkeen 19.10.2017. Vuoden 2018 sääntömääräinen kevätkokous pidettiin 20.4.2018 ja syyskokous 27.10.2018. Hallitus on kokoontunut noin kerran kuukaudessa.

Jäsenet sekä sisäinen ja ulkoinen viestintä. Yhdistyksen jäsenet ovat henkilöitä, joita psyykinen traumatisoituminen koskettaa jollain tavalla joko omien kokemusten, läheisten kokemusten tai / ja työn kautta. Yhdistyksen jäsenille lähetettiin toimintakauden aikana 4 virallista jäsenkirjettä. Näiden lisäksi jäsenille on lähetetty sähköpostitiedotteita ajankohtaisista aiheista. u

Yhdistys on laatinut viestintäsuunnitelman sisäistä ja ulkoista viestintää varten. Toimintasuunnitelman mukaisesti yhdistykselle on perustettu kotisivut (www.disso.fi). Viestintätavoitteet on saavutettu erinomaisesti. Google Analyticsin mukaan sivustolla on vuonna 2018 ollut 27 000 kävijää (users) ja 188 000 sivuvierailua (page views). Yhdistys on toiminut aktiivisesti myös sosiaalisessa mediassa: Facebook-sivut saivat tilikauden aikana n. 1200 seuraajaa. Instagramissa yhdistyksellä on 571 seuraajaa ja Twitterissä 1660 seuraajaa.

Yhdistyksen arvot – *Yhdessä, Avoimesti, Turvallisesti* – hyväksyttiin kevätkokouksessa 20.4.2018 (<https://www.disso.fi/yhdistys/>).

Yhteistyöverkostot. Yhdistys on luonut yhteistyöverkostoja muiden sosiaali- ja mielenterveystyön toimijoiden kanssa. Yhteistyötä eri muodoissa (esim. luennot, tapaamiset, koulutus, tiedottaminen ja muu toiminta) on tehty seuraavien kumppaneiden kanssa: *Mielenterveystalo.fi* (HYKS-psykiatria), *Mielenterveysyhdistys Helmi ry*, *FinFami ry*, *Sosped-säätiö*, *Traumaterapiakeskus ry*, *Raiskauskeskus Tukinainen ry*, *Suomen DELFINS ry*, *Siniset siivet ry* ja *Syömishäiriöliitto SYLI ry*. Yhdistyksen hankehakemuksessa STEA:lle (rahoitusta ei tällä kertaa myönnetty) tehtiin yhteistyötä *Mieli Maasta ry:n*, *KoKoa ry:n*, *Kaksisuuntaiset ry:n*, *Kalliolan settlementti ry:n*, *Mielenterveyden keskusliiton* ja *Lapin*

yliopiston kanssa. Yhdistys toimi lisäksi koordinoimassa sekä rahoitti 300 eurolla näyttelyä *KUVAAN SEN ULOS -Seksuaalista hyväksikäyttöä kokeneiden teoksia*, joka toteutettiin 9.–21.1.2019 Sanomatalon Galleria Art Kaarisillassa.

Traumatiedon välittäminen. Hallituksen jäsenet ovat välittäneet aktiivisesti traumatietoa sekä ammattilaisille että vertaisille sekä suullisesti että kirjallisesti. Yhdistys on osallistunut muun muassa seuraaviin tilaisuuksiin: *European Conference for Trauma & Dissociation*, *European Conference of Mental Health*, *Valtakunnallinen kriisi- ja traumakonferenssi*, *Psykiatripäivät*, *Mielenterveysmessut*, *Turun kriisikeskuksen koulutustilaisuudet*, *TaHo ry:n työpaja*, *Järjestömessut*, *Mielenterveyden keskusliiton yhdistyspäivät* sekä valtakunnallisten jäsenyhdistysten verkostoitumispäivä, Luentojen kevät –Toiminnallista tekemistä mielenterveyskuntoutujille (*Ogelin kerho*) sekä Arvet minus -dokumentin esittelytilaisuus eduskuntatalossa. Hallituksen jäsenet ovat esiintyneet myös Radio Suomessa ja Arvet minus -TV-dokumentissa (YLE).

Kotisivuilla on julkaistu sekä ammattilaisten kirjoituksia että kokemustekstejä. Yhdistys koosti helmikuussa 2018 jäsenten kokemuskirjoitusten pohjalta 42-sivuisen julkaisun *Trauma- ja dissosiaatio-oireet*, joka löytyy pdf-muodossa yhdistyksen kotisivuilta. Hallituksen jäsenet ovat kirjoittaneet yhdistyksen toiminnasta, traumasta ja dissosiaatiohäiriöstä *Helmi*-lehteen (Mielenterveysyhdistys Helmi ry), *Revanssi*-lehteen (Mielenterveyden keskusliitto) sekä *Poutapilvi*-lehteen (Suomen skitsofrenia yhdistys ry) sekä edistäneet tietoa psyykkisestä traumatisoitumisesta esiintymällä henkilöhaastattelussa Iltalehdessä, MTV Lifestylessä, Apu Terveudessa, Kotiliedessä, Kodin Pellervossa sekä Kauneus ja Terveys -lehdessä.

Vertaistoiminta. Yksi yhdistyksen ydintehtävistä on tuottaa vertaistoimintaa traumatisoituneille ihmisille. Lakisääteiset kokoukset ja yhdistyksen järjestämät pikkujoulut ovat mahdollistaneet kasvokkaisia vertaistapaamisia. Digitaalinen vertaistoiminta käynnistyi ensimmäisenä toimintavuonna puolivuotisella sähköpostissa toimineella Voimaheimo-pilottihankkeella, jossa pilotoitiin kahta erimuotoista vertaistuen mallia. Pilottihankkeista kerättiin sekä väli- että loppupalautteet. Vuoden 2019 kehitystavoitteena on Voimaheimo-hankkeen kehittäminen ja jatkaminen palautteiden pohjalta.

Talous. Yhdistys saa ison osan tuloistaan jäsenmaksuina. Ratkaisevaa toiminnan jatkuvuudelle sekä suunnittelulle on, että jäsenet maksavat jäsenmaksunsa. Tilikauden aikana jäsenmaksunsa jätti maksamatta 49 henkilöä, mikä on 920€. Yhdistykselle on myönnetty Mielenterveyden keskusliiton starttiraha (300€), perusavustus (500€) ja toiminta-avustus (2000€). Yhdistys saavutti taloudelliset tavoitteensa kaikilla osa-alueilla tilikauden aikana. Tilikauden päättyessä yhdistyksellä oli 341 jäsentä. Jäsenmaksunsa laimilyöneiden jäsenyys irtisanottiin. Jäsenmaksu oli vuonna 2018 20€. Yhdistyksellä ei ollut tilikaudella yhtään palkattua työntekijää.

Kestävä kehitys. Yhdistys ottaa toiminnassaan huomioon kestävä kehityksen ja pyrkii vähentämään esimerkiksi tulostuspapereiden käyttöä toiminnassaan sekä kertakäyttöastioiden ja jätteiden määrää tilaisuuksissaan.

Mielenterveyden keskusliitto on valitsi Suomen trauma- ja dissosiaatioyhdistys Disso ry:n vuoden mielenterveysyhdistykseksi (Vuoden Pomppu -palkinto 2018). Mtkl:n tiedotteen mukaan “Disso ry on nuoresta iästään huolimatta äärimmäisen hyvässä vauhdissa ja saanut tapahtumien ja näkyvyyden kautta aikaiseksi mitattavaa menestystä.”