



# **TOIMINTA- JA TALOUSSUUNNITELMA 2020**



# VUODEN 2020 TOIMINTA PÄHKINÄNKUORESSA

Vuonna 2020 toiminnan kehittäminen ja toteuttaminen perustuvat pääosin Nyyti ry:n (jäljempänä Nyyti) strategiaan vuoteen 2020. Toimintavuonna käynnistetään yhdistyksen syyskokouksen joulukuussa 2019 hyväksyttävän uuden strategian toimeenpano. Keskeisimmät ajankohtaiset haasteet ja tarpeet, joihin pyritään vastaamaan nousevat opiskelijoiden mielenterveyttä ja hyvinvointia käsittävästä tutkimustiedosta, opiskelijoiden, jäsenjärjestöjen, verkostojen ja muiden keskeisten sidosryhmien viesteistä, keskusteluista ja yhteistyöstä sekä omassa toiminnassa toteutetuista kyselyistä ja kertyneestä kokemuksesta. Nyytin toimintaympäristössä tapahtuvat muutokset, jotka koskettavat opiskelijoita, opetus- ja koulutusala, sosiaali- ja terveysalaa sekä toiminnan rahoittajia, vaikuttavat toiminnan suuntaamiseen ja sen kehittämiseen.

## Toimintavuonna 2020:

- Kehitetään ja uudistetaan verkkotoimintaa muun muassa monikanavaisella ja eritavoin saavutettavalla sisällöllä
- Jatketaan vapaaehtoistoiminnan kehittämistä ja laajentamista, valmistellaan kokemosaaajatoiminnan aloittamista
- Jatketaan opiskeluyhteisöille tarkoitettua koulutuksellista toimintaa
- Jatketaan Opiskelijahyvinvointiverkoston koordinoitua toimintaa, aloitetaan verkoston ruotsinkielinen toiminta, ja toteutetaan Opiskelijoiden mielenterveyspäivä -kampanja kolmatta kertaa yhdessä verkoston kanssa
- Jatketaan kolmivuotisen Yhdessä yhteisöksi 2018-2020 -hankkeen toteutusta. Hankkeen tarkoituksena on opiskelijoiden yhteisöön ja ryhmiin kuulumisen kokemuksen vahvistaminen, ja yksinäisyyden sekä ulkopuolisuuden kokemuksen vähentäminen.
- Jatketaan vuonna 2019 käynnistyneitä hankkeita:
  - Takaisin opintoihin 2019-2021 -hanke, jonka tarkoituksena on kehittää keinoja ja tukimuotoja edistämään korkeakouluopiskelijoiden paluuta opintoihin, kun opinnot ovat jumiutuneet tai keskeytyneet mielenterveyden haasteiden vuoksi. Hanke toteutetaan yhteistyössä Etelä-Suomen Klubitalot ESKOT ry:n kanssa, joka on hankkeen osatoteuttaja ja siirtoavustuksen saaja.
  - Myötätuntoa korkeakouluun (2019-2021) -hanke, jonka tarkoituksena on tukea ja vahvistaa myötätuntoa toimintakulttuuria korkeakoulu yhteisöissä.
  - Hankeyhteistyö osatoteuttajan roolissa jatkaa Jaksaa jaksaa? 2019-2021 -hankkeessa, jonka päätoteuttajana on Nuorten mielenterveysseura Yeesi ry. Hankkeen tarkoituksena on nuorten kokeman uupumuksen vähentäminen ja opiskelun toisen asteen koulutuksessa.
- Käynnistetään rahoituspäätösten hankeyhteistyö osatoteuttajan roolissa MIELI Suomen Mielenterveys ry:n Ympäristöahdistuksen mieli 2020-2022 -hankkeessa ja Kalliolan Settlementin Päämäärättömät 2020-2022 -hankkeessa.
- Jatketaan ja vahvistetaan yhteistyötä toisen asteen opiskeluyhteisöjen kanssa niissä toimivien ammattilaisten osaamisen lisäämiseksi opiskelijoiden mielenterveyden ja opiskelukykyä edistämässä
- Lisätään verkostoitumista järjestöjen, julkisen sektorin ja yritysten kanssa, ja haetaan kumppaneita ja toimitaan yhteistyöhankkeissa
- Jatketaan vaikuttamissuunnitelma toimeenpanoa mm. tekemällä politiikkavaikuttamista yhdessä sidosryhmien kanssa, päättäjätapaamisilla, verkostoyhteistyöllä, mediajutuilla ja osallistamalla yhteiskunnallisiin keskustelutilaisuuksiin
- Tehdään verkkosivuilla saavutettavuusdirektiivin vaatimusten mukaiset muutokset sekä päivitetään verkkosivujen yleisilmettä että toimintoja

# Sisällysluettelo

VUODEN 2020 TOIMINTA PÄHKINÄNKUORESSA.....	1
1 TOIMINNAN STRATEGINEN KEHYS.....	3
1.1 TOIMINNAN KOHDERYHMÄT, TASOT JA PÄÄMÄÄRÄT .....	3
2 OPISKELIJOILLE SUUNNATTU MIELENTERVEYTTÄ EDISTÄVÄ TOIMINTA.....	4
3 OPISKELUYHTEISÖJEN OSAAMISEN VAHVISTAMINEN.....	5
4 VAIKUTTAMINEN, VIESTINTÄ JA YHTEISTYÖ SEKÄ KAMPANJAT .....	6
4.1 VAIKUTTAMINEN .....	6
4.2 VIESTINTÄ.....	6
4.3 KAMPANJAT .....	7
5 HANKKEET JA HANKEYHTEISTYÖ.....	8
5.1 YHDESSÄ YHTEISÖKSI 2018-2020 -HANKE .....	8
5.2 TAKAISIN OPINTOIHIN 2019-2021 -HANKE .....	8
5.3 MYÖTÄTUNTOA KORKEAKOULUIHIN 2019-2021 -HANKE.....	9
5.4 KUPLA- OPISKELIJAT PÄIHDEKULTTUURIN UUDISTAJINA 2018-2020 - HANKE.	10
5.5 VOIMAA OPISKELUUN 2018-2020 -HANKE.....	10
5.6 JAKSAA JAKSAA? 2019-2021 -HANKE.....	11
5.7 SAVUMERKEISTÄ LISÄTTYYN TODELLISUUTEEN 2017-2020 -HANKE.....	11
5.8 MUU KÄYNNISSÄ OLEVA HANKEYHTEISTYÖ.....	12
5.9 UUDET HANKEHAKEMUKSET .....	12
6 HENKILÖSTÖ, HALLINTO JA TALOUS .....	13
6.1 HENKILÖSTÖ .....	13
6.2 HALLINTO JA TALOUS .....	13

LIITE 1 TALOUSARVIO VUODELLE 2020

LIITE 2 TOIMENPITEET TOIMINNOITTAIN

# 1 TOIMINNAN STRATEGINEN KEHYS

Nyyti on vuonna 1984 perustettu yleishyödyllinen yhdistys, jonka tehtävänä on edistää ja tukea opiskelijoiden henkistä hyvinvointia ja elämänhallintaa.

**Missiona** on vahvistaa opiskelijoiden mielen hyvinvointia ja opiskelukykyä.

**Visiona** on olla vaikuttava ja verkostoitunut opiskelijoiden mielenterveyden edistäjä.

Nyytin strategiaan perustuen toiminnassa ja sen kehittämisessä pidetään tärkeinä (arvot) opiskelijakeskeisyyttä, avoimuutta ja yhdessä tekemistä.

Vuoteen 2020 kestävä strategiakauden aikana kiinnitetään erityistä huomioita sosiaalisen integraation ja osallisuuden edistämiseen, vertaisuuden hyödyntämiseen sekä opiskeluyhteisöjen mielenterveyttä tukevan työn vahvistamiseen. Myös toisen asteen opiskeluyhteisöjä tuetaan opiskelijoiden mielenterveyden ja opiskelukyvyyn edistämässä. Verkkotoiminnassa vahvistetaan ruotsin- ja englanninkielistä sisältöä ja toimintaa. Lisäksi strategiakauden aikana kehitetään toiminnan tulosten osoittamista ja vahvistetaan kumppanuuksia.

Uusi strategia 2020–2023 valmistuu syksyn 2019 aikana yhdistyksen syyskokoukselle joulukuussa hyväksyttäväksi.

## 1.1 TOIMINNAN KOHDERYHMÄT, TASOT JA PÄÄMÄÄRÄT

KOHDERYHMÄT	PÄÄMÄÄRÄT
Opiskelijat	Opiskelijoiden tietoisuus ja valmiudet oman mielenterveyden ja opiskelukyvyyn ylläpitämiseen ja edistämiseen kasvavat, ja elämänhallintaan liittyvät vaikeudet vähenevät.
Opiskeluyhteisöt	Opiskeluyhteisöt edistävät ja tukevat opiskelijoiden mielenterveyttä, opiskelukykyä ja yhteisöön kiinnittymistä, ja sosiaaliseen pahoinvointiin liittyvät kokemukset vähenevät.
Vaikuttajat (yhteiskunta)	Yhteiskunnassa opiskelijoiden hyvä mielenterveys ja sosiaalinen osallisuus nähdään keskeisenä tulevaisuuden menestystekijänä, ja mielenterveysasioihin liittyvät ennakkoluulot vähenevät.

## 2 OPISKELIJOILLE SUUNNATTU MIELENTERVEYTTÄ EDISTÄVÄ TOIMINTA

**Strateginen tavoite:** Opiskelijoiden voimavarat mielenterveyden ja opiskelukyvyyn ylläpitämiseen vahvistuvat, ja opiskelijat saavat vertaistukea mielenterveyden ja opiskelukyvyyn haasteissa.

### **Kehittämislinjaukset:**

- Kehitämme opiskelijakeskeistä verkkotoimintaa
- Kehitämme opiskelijoiden vertais- ja vapaaehtoistoimintaa

Vuoden 2020 aikana vahvistetaan opiskelijoiden mielenterveyttä ja opiskelukykyä tuottamalla edelleen vuorovaikutteista ja monikanavaista toimintaa verkossa. Palveluita ovat verkkosivujen lisäksi nettiryhmät, chat, NytyiCast-podcast, NytyiTalk-YouTube-livelähetykset sekä vlogit ja verkkoluennot. Lisäksi toimintavuoden aikana panostetaan mielenterveyttä ja opiskelukykyä tukevan aineiston tuottamiseen niin verkkosivuilla kuin eri sosiaalisen median kanavissa. Kehitetään mielenterveyttä ja opiskelukykyä tukevien taitojen itseopiskelumahdollisuuksia verkossa, kuten Elämäntaitokurssin oma-apu-kurssia sekä tuotetaan webinaarit olemassa olevista koulutuspaketeista. Jatketaan yhteistyötä Tuudo-mobiilisovelluksen kanssa, ylläpidetään ja kehitetään opiskelijoiden hyvinvointia tukevaa sisältöä.

Vuoden 2020 aikana vahvistetaan Nytyin vapaaehtoisena toimimisen mahdollisuuksia. Pyrimme kasvattaman vapaaehtoisten määrää selkeitä ja mielekkäitä tehtäviä tarjoamalla sekä käynnistämällä kokemusosaajatoiminnan yhteistyössä Etappi ry:n Koala-ryhmän ja Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiön (YTHS) kanssa. Kehitämme myös vapaaehtoistoiminnan mielekkyyttä ja yhteisöllisyyttä vahvistamalla työskentelyn tiimimäisyyttä.

Toimenpiteet tarkemmin liitteestä 2, sivut 1-4.

### 3 OPISKELUYHTEISÖJEN OSAAMISEN VAHVISTAMINEN

**Strateginen tavoite:** Opiskeluyhteisöt edistävät mielenterveyttä ja opiskelukykyä

**Kehittämislinjaukset:**

- Vahvistamme opiskeluyhteisöjen kiinnostusta ja osaamista opiskelijoiden mielenterveyden edistämisestä
- Edistämme opiskelijoiden, opiskeluyhteisöjen ja hyvinvointitoimijoiden välistä yhteistyötä

Toimintavuonna vahvistetaan edelleen opiskeluyhteisöjen kykyä edistää opiskelijoiden mielenterveyttä ja opiskelukykyä järjestämällä organisaatioille koulutuksia, työpajoja, konsultaatioita sekä tarjoamalla tukea toiminnan käynnistämisessä sekä kehittämisessä. Jatketaan koulutuksellisen materiaalin tuottamista ja levittämistä sitä opiskeluyhteisöjen käyttöön. Selvitetään opiskeluyhteisöjen koulutustarpeita. Lisätään ruotsin- ja englanninkielistä koulutusmateriaalia ammatillisille. Tuotetaan videoluentoja mielenterveyttä ja opiskelukykyä tukevista aiheista sekä tehdään tuutorikoulutuksiin sopiva koulutuspaketti. Monipuolistetaan koulutustoiminnan sisältöjä hankkeissa kehitetyillä koulutussisällöillä. Käynnistetään Nyytin webinaarien kehittäminen.

Edistetään opiskeluyhteisöjen yhteistyötä jatkamalla ja vahvistamalla Opiskelijahyvinvointiverkoston toimintaa ja sen alla toteutettavaa vertaissparrausta. Laajennetaan Opiskelijahyvinvointiverkoston toimintaa myös ruotsinkieliseksi.

Toimenpiteet tarkemmin liitteestä 2, sivut 5-7.

## 4 VAIKUTTAMINEN, VIESTINTÄ JA YHTEISTYÖ SEKÄ KAMPANJAT

### 4.1 VAIKUTTAMINEN

**Strateginen tavoite:** Yhteiskunnassa tietoisuus opiskelijoiden mielenterveyden ja opiskelukyvyn merkityksestä sekä niihin vaikuttavista tekijöistä vahvistuu

**Kehittämislinjau:** Kehitämme yhteiskunnallista vaikuttamistamme tutkittuun tietoon, asiantuntijaverkoston näkemyksiin sekä opiskelijoiden kokemuksiin perustuen.

Vaikuttamistyöllä pyritään lisäämään yleistä tietoutta opiskelijoiden mielenterveydestä ja siihen vaikuttavista tekijöistä, vahvistamaan edistävää ja ehkäisevää työtä opiskelijayhteisössä, tuomaan opiskelijoiden ääntä kuuluviin sekä vaikuttamaan asenteisiin. Tavoitteena on, että tietoisuus opiskelijoiden mielenterveydestä, opiskelukyvyistä sekä niihin vaikuttavista tekijöistä vahvistuu sidosryhmissä ja yhteiskunnassa. Lisäksi opiskelijoiden edistävää ja ehkäisevää mielenterveystyötä vahvistuu opiskeluyhteisöissä ja mielenterveyteen liittyvät seikat normalisoituvat.

Vaikuttamistoiminnalla pyritään myös vahvistamaan Nyytin asiantuntijastatusta opiskelijoiden mielenterveyden edistämistä koskevissa asioissa. Vuonna 2020 vaikuttamistoiminnassa jatketaan 2018 valmistuneen vaikuttajaviestintäsuunnitelman toimeenpanoa ja suunnitelman sisällön toteuttamista priorisoidaan.

Toimenpiteet tarkemmin liitteestä 2, sivut 8-10.

### 4.2 VIESTINTÄ

Vuonna 2020 viestinnän tavoitteet perustuvat pääosin Nyytin vuoteen 2020 ulottuvasta strategiasta johdettuihin viestinnän strategiaan tavoitteisiin. Toimintavuonna käynnistetään uuden strategian 2020-2023 mukaisen viestinnän strategian laatiminen.

Nyytin strategisista tavoitteista vuoteen 2020 johdetut viestinnän strategiset tavoitteet:

Sidosryhmä: Opiskelijat

- 1) Opiskelijoiden tietoisuus mielenterveyteen ja opiskelukykyyn vaikuttavista asioista lisääntyy.
- 2) Opiskelijoiden tietoisuus keinoista ylläpitää ja vahvistaa mielenterveyttä ja opiskelukykyä lisääntyy.
- 3) Opiskelijoiden tietoisuus Nyyti ry:stä ja sen toiminnoista lisääntyy.
- 4) Mielenterveyden ja opiskelukykyyn ylläpitämisen merkitys kasvaa opiskelijoiden keskuudessa.
- 5) Mielenterveyteen liittyvät opiskelijoiden asenteet ja uskomukset muuttuvat positiivisemmaksi ja mielenterveyteen liittyvä stigma vähenee.
- 6) Opiskelijoiden varmuus kyvystään huolehtia omasta mielenterveydestään ja opiskelukyvyistään vahvistuu.
- 7) Opiskelijoiden tietoisuus saatavilla olevasta vertaistuesta lisääntyy.

Sidosryhmät: Opiskelijajärjestöt, opiskeluyhteisöt, opiskelijoiden parissa toimivat

- 1) Viestintäyhteistyö Nyytin ja opiskeluyhteisöjen välillä lisääntyy.

Vuoden 2020 aikana opiskelijoille suunnattua viestintää tehostetaan ottamalla viestinnän suunnittelussa käyttöön opiskelijan vuosikello, jota käytetään pohjana, kun mietitään, mitä opiskelijoille tulee viestiä mihinkin aikaan vuodesta. Opiskelijajärjestöjen kautta opiskelijoille välittyvää Nyytin toimintoja koskevaa viestintää sekä Nyytin tunnettuutta opiskelijoiden keskuudessa parannetaan ottamalla käyttöön opiskelijajärjestötoimijoille suunnattu kuukausittain ilmestyvä Nyytin viestinnän kirje. Nyytin tunnettuutta lisätään ja toimintoja markkinoidaan painattamalla yleisesitteen lisäksi omat esitteensä kevään ja syksyn toiminnoista sekä jakamalla näitä esitteitä niin hyvinvointitoimijoiden kautta kuin opiskelijayhteisöjen tapahtumissa. Muita jaettavia markkinointimateriaaleja ovat toimintavuonna Halicard, heijastin ja tikkari.

Toimintavuonna verkkosivuilla tehdään saavutettavuusdirektiivin vaatimusten mukaiset muutokset sekä päivitetään verkkosivujen yleisilmettä että toimintoja. Saavutettavuus tullaan huomioimaan myös kaikessa viestinnässä sekä muissa Nyytin toiminnoissa.

Nyytin sisäistä viestintää parannetaan jatkamalla vuoden 2019 syksyllä aloitetun Nyytin Intranetin rakentamista ja ylläpitoa.

Toimenpiteet tarkemmin liitteestä 2, sivut 10–11.

### **4.3 KAMPANJAT**

Nyytissä toteutetaan osallistavia somekampanjoita ja osallistutaan aktiivisesti yhteistyötahojen kampanjoihin. Yhdessä Opiskelijahyvinvointiverkoston kanssa toteutetaan kolmatta kertaa valtakunnallinen Opiskelijoiden mielenterveyspäivä. Kampanjalla herätetään keskustelua opiskelijoiden mielenterveydestä sekä kutsutaan kaikki mukaan toimimaan mielen hyvinvoinnin puolesta. Kampanjassa haastetaan opiskelijoita, opiskelijajärjestöjä ja oppilaitoksia osallistumaan sekä sosiaalisessa mediassa että paikallisilla tempauksilla ja tapahtumilla. Toinen vuosittainen kampanja toteutetaan syyskaudella osana Maailman mielenterveyspäivää.

Toimenpiteet tarkemmin liitteestä 2, sivut 11–12.



## **5 HANKKEET JA HANKEYHTEISTYÖ**

### **5.1 YHDESSÄ YHTEISÖKSI 2018-2020 -HANKE**

Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskuksen (STEA) myöntämällä hankeavustuksella jatketaan kolmivuotisen Yhdessä yhteisöksi -hankkeen toteutusta.

Hankkeen tavoitteina on:

- 1) opiskelijoiden yhteisöön ja ryhmiin kuulumisen kokemuksen vahvistaminen,
- 2) korkeakouluopiskelijoiden kokeman yksinäisyyden ja ulkopuolisuuden vähentäminen yhteisöllisyyttä lisäämällä,
- 3) yhteisen asenneilmapiirin ja toimintakulttuurin muutos sekä
- 4) korkeakoulu yhteisöjen osaamisen ja valmiuksien vahvistuminen yhteisöllisyyden lisäämisessä.

Hankkeen aikana pilottikorkeakoulujen toimintaa (Jyväskylän yliopisto ja Laurea-ammattikorkeakoulu) pyritään avaamaan ja kehittämään entisestään siten, että mahdollisimman moni opiskelija kokee korkeakoulu yhteisön omakseen tai löytää yhteisön sisältä ryhmiä, joihin kokee kuuluvansa.

Yhteisöllisyyden kehittämiseen liittyvää suunnittelu- ja kehittämistyötä tehdään niin korkeakoulujen henkilöstön, opiskelijoiden, tuutoreiden kuin opiskelijakunnan aktiivien kanssa.

Mukana pilotointityössä ovat Jyväskylän yliopiston ylioppilaskunta JYY sekä Laurea-ammattikorkeakoulun opiskelijakunta Laureamko. Hankkeen muina yhteistyökumppaneina ovat Kirkkohallituksen oppilaitosyhteistyö, Suomen opiskelijakuntien liitto – SAMOK ry sekä Suomen ylioppilaskuntien liitto (SYL) ry.

Toimenpiteet tarkemmin liitteestä 2, sivu 13.

### **5.2 TAKAISIN OPINTOIHIN 2019-2021 -HANKE**

Takaisin opintoihin -hanke tukee korkeakouluopiskelijoiden paluuta opintoihin, kun opinnot ovat jumiutuneet tai keskeytyneet mielenterveyden haasteiden vuoksi. Hankkeen toimitoija ovat mentoritoiminta ja henkilökunnan koulutukset.

Ensimmäisten mentoriohjausten on suunniteltu toteutuvan vuonna 2020. Mentoreina toimivat Humakin opiskelijat sekä Helsingin yliopiston valtiotieteellisen ja teologisen opiskelijat osana opintojaan.

Henkilökunnan koulutuksissa annetaan tutkittuun tietoon perustuvia työkaluja opintoihin palaavien opiskelijoiden ohjaamiseen. Koulutukset suunnataan Helsingin yliopiston ja Humanistisen ammattikorkeakoulun henkilökunnille. Henkilökunnan koulutukset alkavat vuoden 2020 osalta helmikuussa.

Lisäksi tuotamme opiskelijoille, korkeakouluille ja järjestöille infomateriaalia opintoihin paluusta läpi hankkeen ajan.

Hankkeen tavoitteet 2020:

- 1) Mentoritoimintaan osallistuneiden opiskelijoiden integroituminen opintoihin ja opiskeluyhteisöön on vahvistunut.
- 2) Mentorina toimineiden opiskelijoiden taidot kohdata ja ohjata mielenterveyshäiriöihin sairastuneita on vahvistunut.
- 3) Pilottioppilaitosten henkilökunnan taidot tukea opintoihin palaavia opiskelijoita ja huomioida heidän erityistarpeensa ovat vahvistuneet.
- 4) Aihepiiriin liittyvä tietoisuus ja ymmärrys ovat lisääntyneet opiskeluyhteisöissä.

Hanke toteutetaan yhteistyössä ESKOT ry:n kanssa, joka on hankkeen osatoteuttaja ja siirtoavustuksen saaja. Yhteistyökumppaneina ovat Helsingin yliopisto ja Humanistinen ammattikorkeakoulu Humak, jotka ovat hankkeen pilottioppilaitoksia. Muita yhteistyökumppaneita ovat Etappi ry:n nuorten mielenterveysaktivistien Koala-ryhmä, YTHS, Kela ja Helsingin yliopiston opiskelijaneuvonta.

Toimenpiteet tarkemmin liitteestä 2, sivut 14-17.

### **5.3 MYÖTÄTUNTOA KORKEAKOULUIHIN 2019-2021 - HANKE**

Myötätuntoa korkeakouluihin 2019-2021 -hanke tukee ja vahvistaa myötätuntoista toimintakulttuuria korkeakouluyhteisöissä. Hankkeessa kehitetään opiskelijoiden ja henkilöstön valmiuksia välittävään ja innostavaan toimintatapaan koulutusten ja projektitoiminnan avulla.

Pääyhteistyökumppaneita ovat Jyväskylän yliopisto sekä Helsingin yliopisto. Muita yhteistyökumppaneita ovat Aalto-yliopisto sekä Jyväskylän yliopiston ylioppilaskunta. Hanketta toteutetaan yhteistyössä Jyväskylän yliopiston Student Life -hyvinvointiverkoston sekä Helsingin yliopiston monitieteisen tutkijaryhmän kanssa.

Toiminnan tavoitteena on:

- välittävän ja innostavan toimintakulttuurin vahvistuminen
- yksilö- ja suorittamiskeskeisyyden väheneminen
- opiskelijoiden ja ammattilaisten laadukkaiden sosiaalisten suhteiden vahvistuminen
- sekä hyvinvoinnin ja opiskelu- ja työkyvyn lisääntyminen.

Toimintavuonna 2020 toteutetaan Myötätunnosta hyvinvointia -henkilöstökoulutuksia Jyväskylän yliopistossa ja yksi henkilöstökoulutus Itä-Suomen yliopiston henkilöstölle, käynnistetään henkilöstökoulutusten käsikirjan ja juurruttamissuunnitelman valmistelu. Opiskelijoiden kanssa toteutettavassa toiminnassa organisoidaan ja fasilitoidaan opiskelijoiden myötätunto-vertaisryhmätapaamisia sekä ryhmien ohjaajien yhteiset purku- ja reflektointitapaamiset Jyväskylän yliopistossa kevään ja syksyn aikana. Lisäksi käynnistetään opiskelijoiden Tehdään hyvää -projektitoiminnan suunnittelu, starttityöpajat ja toiminta sekä toimintaan liittyvien Hyvä käytäntö -kuvausten keruu Jyväskylän yliopistolla.

Toimenpiteet tarkemmin liitteestä 2, sivut 17-18.

## **5.4 KUPLA- OPISKELIJAT PÄIHDEKULTTUURIN UUDISTAJINA 2018-2020 - HANKE**

Nyyti ry on osatoteuttajan roolissa Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry:n KUPLA -opiskelijat päihdekulttuurin uudistajina -hankkeessa. Kolmivuotista hanketta rahoittaa STEA ja Nyyti on siinä mukana kahtena ensimmäisenä hankevuonna (2018-2019). KUPLAn tavoitteena on vahvistaa korkeakouluyhteisöjen valmiuksia päihdehaittojen ehkäisyssä ja edistää yhteisöllistä sekä saavutettavaa opiskelijakulttuuria. Yhteistyökumppaneita ovat SYL, SAMOK ry, Opiskelijoiden liikuntaliitto ry (OLL) sekä YTHS.

Nyytin tehtävät hankkeessa liittyvät opiskelukyvyn tukemiseen ja saavutettavan opiskelijakulttuurin muodostumiseen erityisesti mielen hyvinvoinnin substanssista käsin. Hankkeessa vahvasti esillä oleva päihdekulttuurin muuttamisen teema linkittyy luontevasti osaksi mielenterveyden edistämistä, sillä opiskelijoiden mielen hyvinvoinnin vahvistaminen on tehokas keino ehkäistä myös päihdehaittoja. Hankkeen tarkoitus on, että erityisesti opiskelija-aktiivien ja henkilöstön puheeksi ottamisen kynnyksellä madaltuu ja mielenterveyteen sekä päihteisiin liittyvät seikat huomioidaan koko opiskeluyhteisön toiminnassa osana ehkäisevän työn kokonaisuutta.

Hanke päättyy Nyytin osatoteutuksen osalta vuoden 2019 loppuun, mutta ohjausryhmä-, asiantuntija- ja viestintäyhteistyötä jatketaan aina hankkeen loppuun saakka. Vuonna 2020 hyödynnetään hankkeessa kehitettyjen koulutusmallien (tuutori-, tapahtumavastaava- ja henkilöstökoulutukset) sisältöjä. Lisäksi hankkeessa tuotettua muuta materiaalia (esim. Päihteet puheeksi korkeakoulussa ja Tuutorin tehtäväkirja) hyödynnetään niiltä osin kuin on tarpeenmukaista.

## **5.5 VOIMAA OPISKELUUN 2018-2020 - HANKE**

Nyyti ry on osatoteuttajan roolissa mukana Diakonia ammattikorkeakoulu DIAK:n ESR-rahoitteisessa kolmivuotisessa Voimaa opiskeluun -hankkeessa. Hankkeen tavoitteena on vähentää opintojen keskeytyksiä korkeakouluissa ja toisella asteella. Tähän pyritään kehittämällä tukimalli riskiryhmässä oleville opiskelijoille, vahvistamalla opiskelijoiden mielenterveys- ja elämönhallintataitoja osana opintoja sekä tukemalla opiskelijoiden keskinäistä vertaistoimintaa. Hankkeen kohderyhmiä ovat ammattikorkeakoulu- ja toisen asteen ammatilliset opiskelijat, henkilökunta ja opiskelijayhdistykset. Diakonia-ammattikorkeakoulun hallinnoimassa hankkeessa muina osatoteuttajina ovat Suomen Diakoniaopisto sekä Opiskelun ja koulutuksen tutkimussäätiö Otus.

Nyytin tehtävät hankkeessa ovat erityisesti liittyneet mielen hyvinvoinnin ja opiskelukyvyn tukemisen teemoihin vertaismentorointimallin kehittämisessä sekä opiskelijoiden ja oppilaitosten henkilöstön mielenterveys- ja elämönhallintataitojen osaamisen lisääntymisessä. Hankkeeseen osallistuvissa oppilaitoksissa henkilöstölle järjestetään NYYTIN ELÄMÄNTAITOKURSSI® -ohjaajakoulutuksia, jotka ovat muokattu erityisesti tukemaan hankkeelle asetettujen tavoitteiden saavuttamista.

Hanke päättyy Nyytin osalta vuoden 2019 loppuun. Vuonna 2020 hyödynnetään hankkeessa kehitetyn vertaismentorimallin sisältöjä Nyytin muiden hankkeiden kehittämisessä. Lisäksi hankkeessa tuotettuja muita mallinnuksia hyödynnetään loppujulkaisun muodossa tarpeen mukaisesti.

## **5.6 JAKSAA JAKSAA? 2019-2021 - HANKE**

Nyyti on osatoteuttajana Nuorten mielenterveysseura Yeesi ry:n kolmivuotisessa jaksaa jaksaa? -hankkeessa, jossa tarkoituksena on nuorten kokeman uupumuksen vähentäminen ja opiskeluinnon lisääminen toisen asteen koulutuksessa. Hankkeen pilottioppilaitoksina toimivat Kulosaaren yhteiskoulun lukio ja Vantaan ammattiopisto Varian Koivukylän toimipiste. Yhteistyökumppaneina toimivat toisen asteen opiskelijajärjestöt eli Suomen Lukiolaisten liitto, Suomen Ammattiin Opiskelevien liitto Sakki ry, Suomen Opiskelija-Allianssi Osku ry ja Suomen ammatillisen kulttuurin urheilu- ja kulttuuriliitto Saku ry sekä Mieli Suomen mielenterveys ry ja Helsingin yliopistolta Katariina Salmela-Aro sekä Kati Puukko.

Hankkeessa suunnitellaan ja toteutetaan opiskelijoille suunnattu Mitä kuuluu? -koulutus, jonka avulla nuoret voivat ottaa hankalia aiheita puheeksi toisten nuorten kanssa. Koulutuksessa keskitytään avun tarpeen tunnistamiseen ja empaattisen kuuntelun harjoitteluun. Koulutukset jäävät osaksi Yeesin toimintaa. Mitä kuuluu? -koulutusten pohjalta työstetään koulutusmalli, jota oppilaitosten henkilöstö voi käyttää vetäessään itse kurssia. Pilottioppilaitosten henkilöstölle tarjotaan koulutus kurssin vetämiseen ja koulutus tulee osaksi Nyytin koulutustarjontaa. Toisen asteen henkilöstölle toteutetaan Jaksaa, jaksaa? -koulutus, jossa käsitellään opiskelu-uupumusta ja -intoa ilmiönä sekä keinoja, joilla vaikuttaa niihin. Samalla peilataan myös henkilöstön omaa jaksamista. Tämäkin koulutus tulee jäämään Nyytin koulutustarjontaan.

Pilottioppilaitoksissa käynnistetään vuoden 2019 lopussa opiskelijoille vertaismentorointi, jossa halukkaat opiskelijat saavat alle 29-vuotiaan mentorin tukemaan heitä opinnoissa jaksamisessa. Lisäksi hankkeen aikana kehitetään digitaalista välinettä koetun kuormituksen mittaamiseen. Mittarin olisi tarkoitus soveltua sekä yksittäisen opiskelijan omaan käyttöön että ryhmänohjaajalle välineeksi saada tietoa ryhmänsä tilanteesta.

Hankkeessa tehdään myös vaikuttamistyötä opiskelu-uupumuksen nostamiseksi yleiseen tietoisuuteen; järjestetään keskustelutilaisuuksia sekä viestintäkampanjoita yhteistyökumppaneiden kanssa.

Toimenpiteet tarkemmin liitteestä 2, sivu 18.

## **5.7 SAVUMERKEISTÄ LISÄTTYYN TODELLISUUTEEN 2017-2020 - HANKE**

Nyyti on osatoteuttajan roolissa NMKY-liiton kolmivuotisessa hankkeessa, joka sai rahoituksen STEA:n Suomi100 -avustusohjelmasta. Hankkeessa vahvistetaan sotealan järjestöjen valmiuksia ja osaamista digitalisaation hyödyntämisessä ihmisten kohtaamisessa ja auttamisessa. Digitalisaation haasteita ja ongelmia ratkotaan Hackaton-toimintamallilla, joka tarjoaa osallistujille mahdollisuuden yhteisöllisyyden, onnistumisen, oivaltamisen ja voimaantumisen kokemuksen. Hackathon on yhteisöllistä ja nuorten osallisuutta edistävää toimintaa ja se voidaan nähdä uudenlaisena harrastustoimintana. Tapahtumien lisäksi osallistujat voivat halutessaan itsenäisesti jatkaa Hackathonin kaltaista työskentelyä, esimerkiksi viikoittain tai vaikka kerran kuukaudessa. Tällöin yhdessä tehtävä haasteiden ratkominen on jatkuvaa harrastustoimintaa ja on uudenlainen vaihtoehto perinteisimpien harrastusten joukossa.

Nyyti osallistuu verkostoyhteistyöhön sekä Hackaton-tapahtumien organisointiin Keski-Suomen alueella. Nyytin rooli hankkeessa 2019-2020 on asiantuntijaroolissa toimiminen. Vuosi 2020 on samalla hankkeen viimeinen vuosi.

## 5.8 MUU KÄYNNISSÄ OLEVA HANKEYHTEISTYÖ

Jatketaan yhteistyötahona toimimista Mieli Suomen Mielenterveys ry:n koordinoimassa Mielenterveyspooli 2.0 -hankkeessa.

## 5.9 UUDET HANKEHAKEMUKSET

Nyyti ry on mukana osatoteuttajana kahdessa yhteistyökumppanin STEA hankehakemuksessa:

- 1) MIELI Suomen Mielenterveys ry:n Ympäristöahdistuksen mieli 2020–2022 -hankkeessa. Hankkeessa on tarkoitus tukea ympäristöahdistusta kokevia väestöryhmiä ryhmätoiminnan ja tiedottamisen keinoin. Nyytin resurssit hankkeessa on yksi työntekijä per hankevuosi (10 htkk vuonna 2020 ja 12 htkk vuosina 2021 ja 2022) kokonaisbudjetin ollessa noin 178.000 euroa.
- 2) Kalliolan Setelementin Päämäärättömät 2020–2022 -hankkeessa. Nuorten aikuisten merkityksellisyyden kokemusten vahvistaminen ja tukeminen hankkeen toiminnan (mm. ryhmätoiminta verkossa ja kasvokkain) avulla muuttovilkkailla Helsingin alueilla. Nyytin resurssit hankkeessa on yksi työntekijä per hankevuosi (10 htkk vuonna 2020 ja 12 htkk vuosina 2021 ja 2022) kokonaisbudjetin ollessa noin 176.000 euroa.

Lisäksi Nyyti on palkkioperustaisena yhteistyökumppanina Laurea AMK:n ESR-hankehakemuksessa 1.11.2019– 31.12.2021, jossa aiheena on ”Nuorten mielenterveyden edistäminen korkeakoulutuksessa”. Hankkeessa vahvistetaan opettajien osaamista mielenterveyden edistämässä ja Nyytin osuutena on Elämäntaitokurssin ohjaajakoulutusten toteuttaminen hankkeen yhteistyökorkeakouluissa (yhteensä kuusi korkeakoulua). Nyytille on varattu 5.000 euroa vuodelle 2020 ja 2021.

Nyyti on solminut aiesopimuksen asiantuntija- ja viestintäyhteistyöstä Sosped säätiön kanssa liittyen Sospedin uuteen AK-avustushakemukseen Digipelirajat'on, jossa yhteistyön ensisijaisena kohteena on ongelmallisesti sosiaalista mediaa käyttäville tarkoitettun verkkoperustaisen oma-apuohjelman kehittäminen.

Nyyti on solminut aiesopimuksen yhteistyöstä Mielenterveysomaisten keskusliitto – FinFami ry:n kanssa osana vuonna 2020 alkavaa Lasten ja nuorten mielenterveysomaisten tukemisen ja eriarvoistumiskehityksen ehkäisemiseksi kohdennettua toimintaa. Yhteistyö liittyy tiedonvaihtoon, mahdollisiin yhteisiin koulutuksiin sekä viestinnälliseen yhteistyöhön.

## 6 HENKILÖSTÖ, HALLINTO JA TALOUS

### 6.1 HENKILÖSTÖ

#### Henkilöstöresurssit

Vuonna 2020 toimintamuotojen toteuttamisen (AK-avusteinen toiminta) henkilöstötarpeen arvioidaan olevan neljä (4) henkilötyövuotta. Yleishallinnon (AY-avusteinen toiminta) henkilöstötarve on kaksi (2) henkilötyövuotta.

Yhdessä yhteisöksi -hankkeessa työskentelee yksi hankekoordinaattori (1 htv), Takaisin opintoihin -hankkeessa hankepääällikkö ja hankekoordinaattori (2 htv), Myötätuntomentori -hankkeessa hankepääällikkö ja hankekoordinaattori (2 htv) ja Jaksaa jaksaa -hanke (päättöittäjä Yeesi) hankekoordinaattori (1 htv).

Uusien, rahoituspäätöksen jälkeen käynnistettävien, hankkeiden henkilöstötarve on yksi hankekoordinaattori molemmissa hankkeissa (1 + 1 htv).

Lisäksi mahdollisuuksien mukaan rekrytoidaan korkeakouluharjoittelijoita tai tarjotaan palkatonta harjoittelumahdollisuutta opiskelijoille ja työvoimatoimistosta tai ammatillisesta kuntoutuksesta tuleville työharjoittelijoille ja -kokeilijoille. Myös palkkatuella voidaan tarpeen ja mahdollisuuksien mukaan rekrytoida.

#### Henkilöstön johtaminen ja kehittäminen

Vuonna 2016 laadittiin henkilöstösuunnitelma, joka toimii johtamisen työkaluna ja sen avulla ohjataan henkilöstövoimavaroja, kehitetään ja ylläpidetään työhyvinvointia, työssä jaksamista ja osaamista.

Henkilöstö on Nyytin perustehtävän toteuttamisen tärkein voimavara ja henkilöstösuunnitelmalla luodaan puitteet sille, että henkilöstö voi työskennellä tehokkaasti ja tuloksettaasti yhdistyksen strategian ja toimintasuunnitelman mukaisesti. Samalla tavoitteena on mahdollistaa uuden oppiminen ja työssä kehittyminen sekä työn ilo ja innostus. Henkilöstösuunnitelman mottona on: "jokaisella on oikeus saada kukoistaa työssään".

Henkilöstösuunnitelma päivitettiin syksyllä 2018. Päivitysprosessin myötä on toteutettu nimikeuudistus, uudistettu paikallinen sopimus koskien liukuvaa työaika ja etätyötä lisäämällä ilta- ja viikonlopputyötä koskevat korvauskäytännöt sekä laatimalla toimintaohjeistus Nyytissä tehtäviä työharjoitteluita koskien. Vuonna 2020 henkilöstösuunnitelmaa päivitetään tarvittavilta osin.

Työn ja muun elämän yhteensovittamista tukee osana henkilöstösuunnitelman valmistelua päivitettyt joustavat etätyöskentelymahdollisuudet. Työkyvyn ja -hyvinvoinnin ylläpitämiseksi käytössä on Virikesetelit.

Työhyvinvointia ja johtamistoimintaa seurataan ja arvioidaan joka toinen vuosi toteuttavilla henkilöstökyselyillä. Henkilöstökysely toteutetaan seuraavan kerran vuonna 2021.

### 6.2 HALLINTO JA TALOUS

#### Organisaatio

Ylintä päätäntävaltaa Nyytissä käyttää yhdistyksen kokous, joka kokoontuu kaksi kertaa vuodessa. Kevätkokouksessa esitetään tilinpäätös, vuosikertomus ja tilintarkastajan lausunto sekä päätetään

tilinpäätöksen vahvistamisesta ja vastuuvapauden myöntämisestä hallitukselle ja muille vastuuvollisille. Syyskokouksessa hyväksytään seuraavan vuoden toimintasuunnitelma ja talousarvio, valitaan hallituksen puheenjohtaja ja muut jäsenet joka toinen vuosi sekä valitaan 1–2 tilintarkastajaa/toiminnantarkastajaa ja varatilintarkastajaa/varatoiminnantarkastajaa.

Yhdistyksen jäsenet ovat yhteisöjä ja jäsenjärjestöjä on toimintasuunnitelmaa laadittaessa vuonna 2019 seitsemän (7):

- Aalto-yliopiston ylioppilaskunta (AYY)
- Helsingin Tekniikan Opiskelijat - HTO ry
- Helsingin yliopiston ylioppilaskunta (HYY)
- Suomen opiskelijakuntien liitto - SAMOK ry
- Suomen Mielenterveysseura ry
- Suomen Ylioppilaskuntien liitto (SYL) ry
- Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiö (YTHS)

Strategisesta johtamisesta vastaa hallitus, joka valitaan kahdeksi vuodeksi kerrallaan. Toimintavuosi 2020 on syyskokouksessa 2019 valitun hallituksen ensimmäinen toimivuosi.

Vuoden 2019 syksyllä on käynnissä uuden strategian laatiminen seuraaville neljälle vuodelle. Yhdistyksen syyskokous hyväksynee strategian loppuvuodesta ja vuonna 2020 käynnistetään sen toimenpano.

Vuoden 2019 aikana on aloitettu myös Yhdenvertaisuussuunnitelman laatiminen, jonka on tarkoitus valmistua vuoden loppuun mennessä.

Toiminnanjohtajalla on kokonaisvastuu yhdistyksen operatiivisesta johtamisesta. Toiminnanjohtaja vastaa järjestön toiminnan johtamisesta, kehittämisestä ja valvonnasta sääntöjen ja hallituksen linjausten mukaisesti. Toiminnanjohtaja toimii toimiston henkilöstön lähiesimiehenä.

### **Toimitilat**

Nyyti ry:n toimisto sijaitsee Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiön Töölön kiinteistössä. Töölönkatu 37 viidennessä kerroksessa alivuokrasopimuksella vuokratut tilat käsittävät 8 kpl työhuoneita. Tilat ovat yhteispinta-alaltaan noin 169,5 neliötä. Edellä mainittujen tilojen lisäksi käytössä on yhteiskäyttöisistä tiloista n. 116 m<sup>2</sup> osuus.

### **Taloushallinto ja tilintarkastus**

Talous- ja palkkahallinto on ulkoistettu tilitoimisto Tietotili Consulting Oy:lle. Tilitoimisto kilpailutettiin vuonna 2017. Tilintarkastajana toimii HT-tilintarkastaja Perttu Mettomäki Tilintarkastajaverkko Oy:stä.

### **Talous**

Toimintavuoden kaikki kulut on arvioitu olevan yhteensä 1.139.774 euroa (liite 1). Kaikkien tuottojen arvioidaan olevan 1.146.774 euroa. Toiminnan laajentuessa ja kasvaessa myös järjestön yleishallinnon kulut ovat kasvaneet ja siksi STEAn virkamiehien kanssa keväällä 2019 käytyjen neuvottelujen mukaisesti kohdennetun avustuksen ja yleisavustuksen jakosuhdetta tarkastetaan vuoden 2020 avustusten osalta siten, että AK-avustusta anotaan 16.000 euroa ohjeellista avustussuunnitelmaa vähemmän ja AY-avustusta vastaavasti 16.000 euroa enemmän.

STEA:lta anotaan kohdennettua toiminta-avustusta 290.000 euroa ja yleisavustusta 231.000 euroa.

Jatkoavustuksina ja uusina hankeavustuksina haetaan yhteensä 592.274 euroa vuodelle 2020.

Jäsenyhteisöjen jäsenmaksujen tuottojen on arvioitu olevan 3.500 euroa (500 euroa/jäsenyhteisö /vuosi).

Toiminnan kannalta merkittävimmät riskit liittyvät rahoitukseen ja talouteen: rahoituksen yksikanavaisuuteen ja myönnettävän avustuksen oleelliseen vähenemiseen, jolloin resurssit eivät riitä ylläpitämään toimintaa nykyisessä laajuudessaan ja/tai kehittämään sitä. Riskin pienentämiseksi haetaan aktiivisesti uusia strategisia kumppanuuksia rahoituspohjan laajentamiseksi sekä selvitetään mahdollisuuksia ulkopuolisen projektirahoituksen saamiseksi ja fokusoidaan toimintaa entisestään käytettävissä olevien resurssien mukaisesti.



**TALOUSARVIO VUODELLE 2020**
**LIITE 1**

Nyyti ry TALOUSARVIO 2020		Tilinpäätös 2017	Tilinpäätös 2018	Talousarvio 2019	Talousarvio 2020
<b>1. Mielenterveyden edistäminen</b>					
Tuotot					
	STEA-avustus, haettu/myönnetty	303000,00	306000,00	306000	290000
	Siirtyvä avustus		40179,28	63180	23000
	Asiakas- tai osallistumismaksut	10103,40	7109,00	3000	3000
	Muut tuotot	50,00	57,68		
	<b>Tuotot yhteensä</b>	<b>313153,40</b>	<b>353345,96</b>	<b>372180</b>	<b>316000</b>
Kulut					
	Henkilöstökulut	198442,41	200768,59	240000	220000
	Toimintakulut	27388,03	24233,60	35000	28000
	Muut kulut	47143,68	65164,10	66000	63000
	<b>Kulut yhteensä</b>	<b>272974,12</b>	<b>290166,29</b>	<b>341000</b>	<b>311000</b>
	Seuraavalle vuodelle siirtyvä avustus	40179,28	63179,67	31180	5000
<b>2. Yleishallinto</b>					
Tuotot					
	STEA-avustus, haettu/myönnetty	213000,00	215000,00	215000	231000
	Siirtyvä avustus	5740,24	12200,86	8997	
	Muut tuotot				
	<b>Tuotot yhteensä</b>	<b>218740,24</b>	<b>227200,86</b>	<b>223997</b>	<b>231000</b>
Kulut					
	Henkilöstökulut	117086,09	122853,11	124000	126000
	Toimintakulut	4880,67	5285,64	7000	8000
	Muut kulut	83310,86	90064,67	93000	95000
	<b>Kulut yhteensä</b>	<b>206 539,38</b>	<b>218203,42</b>	<b>224000</b>	<b>229000</b>
	Seuraavalle vuodelle siirtyvä avustus	12 200,86	8997,44	-3	2000
<b>3. Puhutaan kiusaamisesta! 2017-2019</b>					
Tuotot					
	STEA-avustus, haettu/ myönnetty	96 000,00	92500,00		
	Nostettava hankevuodenavustus	75 720,00	53000,00	39500	
	Siirtyvä avustus		23539,39	32871	
	Ed. vuoden nostamaton avustus		20280,00		
	<b>Tuotot yhteensä</b>	<b>75 720,00</b>	<b>96819,39</b>	<b>72371</b>	<b>0</b>
Kulut					
	Henkilöstökulut	35 064,03	49149,62	52000	
	Toimintakulut	12 088,66	5596,44	11371	
	Muut kulut	5 027,92	9202,73	9000	
	<b>Kulut yhteensä</b>	<b>52 180,61</b>	<b>63948,79</b>	<b>72371</b>	<b>0</b>
	Siirtyvä avustus	23 539,39	32870,60	0	
	Nostamaton hankevuoden avustus	20 280,00	39500,00		
<b>4. Yhdessä yhteisöksi 2018-2020</b>					
Tuotot					
	STEA-avustus, haettu/myönnetty		91000,00	93000	86000
	Nostettava hankevuodenavustus		64800,00	48650	46000
	Siirtyvä avustus			13005	
	Ed. vuoden nostamaton avustus			26200	43000
	<b>Tuotot yhteensä</b>		<b>64800,00</b>	<b>87855</b>	<b>89000</b>
Kulut					
	Henkilöstökulut		39989,72	55000	54000
	Toimintakulut		5149,00	18500	15000
	Muut kulut		6656,18	14355	20000
	<b>Kulut yhteensä</b>		<b>51794,90</b>	<b>87855</b>	<b>89000</b>

**TALOUSARVIO VUODELLE 2020**
**LIITE 1**

	Siirtyvä avustus		13005,1,		
	Nostamaton avustus, nostetaan		26200,00	44350	40000
<b>5. Savumerkeistä lisättyyn todellisuuteen 2017-2019</b>					
Tuotot	STEA-avustuksen siirto NMKY-	6900,00	6900,00	6900	0
	Siirtyvä avustus			1760	0
	<b>Tuotot yhteensä</b>	6900	6900,00	8660	0
Kulut					
	Henkilöstökulut	6444,38	4244,06	8159	0
	Muut kulut	473,2	896,20	500	0
	<b>Kulut yhteensä</b>	6917,58	5140,26	8659	0
	Seuraavalle vuodelle siirtyvä avustus		1759,74		
<b>6. Kupla - opiskelijat päihdekulttuurin uudistajina 2018-2020</b>					
Tuotot	STEA-avustuksen siirto EHYT ry:ltä		19673,07	31500	0
	Siirtyvä avustus				
	<b>Tuotot yhteensä</b>		19673,07	31500	0
Kulut					
	Henkilöstökulut		16855,50	25000	0
	Muut kulut		2817,57	6500	0
	<b>Kulut yhteensä</b>		19673,07	31500	0
<b>7. Voimaa opiskeluun 2018-2020</b>					
Tuotot	ESR-avustuksen siirto DIAK:lta		16977,11	31360	0
	<b>Tuotot yhteensä</b>		16977,11	31360	0
Kulut					
	Henkilöstökulut		16855,49	26800	0
	Muut kulut (FLAT-rate 17%)		3028,31	4560	0
	<b>Kulut yhteensä</b>		19883,80	31360	0
			-2906,69		
<b>8. Takaisin opintoihin 2019-2021</b>					
Tuotot	STEA-avustus, haettu/myönnetty			215200	205700
	Nostettava hankevuoden avustus			160000	150500
	Siirtyvä avustus				
	Nostamaton ed. vuoden avustus				55200
	<b>Tuotot yhteensä</b>			160000	205700
Kulut					
	Henkilöstökulut			104200	104200
	Toimintakulut			27200	19200
	Muut kulut			29500	28000
	ESKOT ry:lle siirrettävä avustus			54300	54300
	<b>Kulut yhteensä</b>			215200	205700
	Siirtyvä avustus				
	Nostamaton avustus, nostetaan			55200	55200
<b>9. Myötätuntoa korkeakouluihin 2019-2021</b>					
Tuotot	STEA-avustus, haettu/myönnetty			147600	148100
	Nostettava hankevuoden avustus			98000	99500
	Siirtyvä avustus				
	Nostamaton ed. vuoden avustus				49600
	<b>Tuotot yhteensä</b>			98000	149100
Kulut					
	Henkilöstökulut			102800	102800
	Toimintakulut			19000	19000
	Muut kulut			25800	27300

**TALOUSARVIO VUODELLE 2020**
**LIITE 1**

	<b>Kulut yhteensä</b>			147600	149100
	Siirtyvä avustus				
	Nostamaton avustus, nostetaan			49600	48600
<b>10. Jaksaa jaksaa 2019-2021</b>					
Tuotot	STEA-avustuksen siirto Yeesi ry:ltä			44000	49800
	Siirtyvä avustus				
	<b>Tuotot yhteensä</b>			44000	49800
Kulut					
	Henkilöstökulut			39000	43050
	Muut kulut			5000	6750
	<b>Kulut yhteensä</b>			44000	49800
<b>11. Ympäristöahdistuksen mieli 2020-2022</b>					
Tuotot	STEA-avustuksen siirto MIELI ry:ltä				51187
	Siirtyvä avustus				
	<b>Tuotot yhteensä</b>				51187
Kulut					
	Henkilöstökulut				40147
	Muut kulut				11040
	<b>Kulut yhteensä</b>				51187
<b>12. Päämäärättömät 2020-2022</b>					
Tuotot	STEA-avustuksen siirto Kalliolan				51487
	Siirtyvä avustus				
	<b>Tuotot yhteensä</b>				51487
Kulut					
	Henkilöstökulut				40147
	Muut kulut				11340
	<b>Kulut yhteensä</b>				51487
<b>13. Omarahoitteinen toiminta</b>					
Tuotot	Jäsenmaksut	4000,00	4000,00	3500	3500
	Lahjoitukset	6850,00	98,00	4000	
	Rahoitustoiminnan tuotot	0,24	0,24		
	<b>Tuotot yhteensä</b>	10850,24	4098,24	7500	3500
Kulut					
	Toimintakulut	689,04	2299,89		
	Muut kulut	2797,08		5000	3500
	Rahoitustoiminnan kulut	0,34	0,12		
	Poistot		516,78		
	<b>Kulut yhteensä</b>	3486,46	2816,79	5000	3500
<b>Maksettavat avustukset ja muut tulot yhteensä</b>		703083,41	789814,63	1137423	1146774
<b>Seuraavalle vuodelle siirtyvät avustukset</b>		75919,53	119812,55	31177	7000
<b>Tuotot yhteensä</b>		627163,88	670002,08	1106245	1139774
<b>Kulut yhteensä</b>		546364,63	671627,32	1103745	1139774
<b>Ali-/ylijäämä</b>		4879,72	-1625,24	2501	0

## LIITE 2. TOIMENPITEET TOIMINNOITTAIN / TOIMINTA JA TALOUSSUUNNITELMA 2020

### 2 OPISKELIJOILLE SUUNNATTU MIELENTERVEYTTÄ EDISTÄVÄ TOIMINTA

Toimenpiteet vuodelle 2020	Määrälliset tavoitteet (tuotokset)	Tulokset ja vaikutukset	Seurannan ja arvioinnin toteutus
<b>VERKKOTOIMINTA</b>			
Jatketaan NyytiCast-podcastien tekoa	5-20 jaksoa	Opiskelijoiden tietoisuus mielenterveyteen ja opiskelukykyyn vaikuttavista tekijöistä vahvistuu.	SoundCloudin, Spotifyn ja verkkosivujen tunnusluvut
Tuotetaan webinaarit koulutuspaketeista	8 webinaaria	Opiskelijoiden tietoisuus mielenterveyteen ja opiskelukykyyn vaikuttavista tekijöistä vahvistuu.  Opiskelijat kokevat saavansa taitoja ja keinoja oman mielenterveyden ja opiskelukykyyn ylläpitämiseen ja edistämiseen.	YouTuben ja verkkosivujen tunnusluvut
Lisätään materiaalia Hyvä kysymys – verkkopalveluun.	Palvelussa julkaistaan vlogeja ja Opi elämäntaitoa -sisältöjä.	Opiskelijat kokevat saaneensa uusia oivalluksia ja keinoja, jotka tukevat jaksamista arjessa ja opinnoissa.	Kävijämäärät.
Järjestetään nettiryhmiä opiskelijoiden arkeen, elämäntilanteeseen, opiskeluun ja mielen hyvinvointiin liittyvistä aiheista.  Järjestetään nettiryhmiä yhteistyössä yhteistyökumppaneiden kanssa, mm. Elämäntaitokurssi verkossa yhdessä YTHS:n kanssa.	3 - 4 nettiryhmää Osallistujia yhteensä 80 - 100	Opiskelijat kokevat saavansa tukea ammattilaisilta sekä vertaistukea mielenterveyden, elämän- ja arjenhallinnan sekä opiskelukykyyn haasteissa. Opiskelijat kokevat löytäneensä uusia näkökulmia ja ratkaisuja tilanteeseensa sekä voimavarojensa vahvistuneen.	Palautteet ryhmäläisiltä ryhmän loputtua kyselyllä. Ryhmäkeskusteluissa annettu palaute. Palaute yhteistyökumppaneilta. Tunnusluvut ryhmistä. Työntekijöiden oma arviointi ryhmästä.

Kehitetään Hyvä kysymys -verkkopalveluun itsenäisesti toteutettua Elämäntaitokurssin perustuvaa oma-apuverkkokurssia.	Oma-apukurssilla 2 – 4 testiä.	Opiskelijat kokevat saaneensa uusia oivalluksia ja keinoja, jotka tukevat jaksamista arjessa ja opinnoissa.	Palautteet oma-apukurssin käyneiltä kyselyllä. Tunnusluvut kurssin käyneistä.
Työntekijöiden ohjaamien ryhmächattien järjestämisestä siirrytään pääosin vapaaehtoisten toteuttamien vertaisryhmächattien järjestämiseen.  Kahdenvälisessä chat-toiminnassa jatketaan yhteistyötä MIELI ry:n Sekasin-chatin kanssa.	20 - 25 ryhmächattiä Osallistujia yhteensä n. 200  20 chat-päivystyskertaa	Opiskelijat kokevat saavansa vertaistukea mielenterveyden, elämän- ja arjenhallinnan sekä opiskelukyvyyn haasteissa. Chattiin kirjoittava nuori/opiskelija saa tukea mielen hyvinvointiin ja mielenterveyden ongelmista selviämiseen. Ohjausta auttaviin tahoihin	Palautteet osallistujilta chatin päätteeksi (hymynaama). Chatissa annettu palaute. Palaute yhteistyökumppaneilta. Työntekijän oma arvio chatistä. Tunnusluvut.  Sekasin-chatissä annettu palaute. Tunnusluvut.
Jatketaan ja kehitetään NyytiTalk-toimintaa <ul style="list-style-type: none"> <li>Toteutetaan NyytiTalk-lähetyksiä opiskelijoiden arkeen, jaksamiseen ja hyvinvointiin liittyvistä teemoista yhteistyössä sidosryhmien mm. opiskelijajärjestöjen kanssa.</li> </ul>	3-4 NyytiTalk-lähetystä / lukukausi, yhteensä 6 - 8 lähetystä vuodessa.  Katselukertoja 500-1000 per lähetys.	Tietoisuus mielenterveyteen liittyvistä asioista lisääntyy. Mielenterveyteen liittyviä asioita uskalletaan ottaa entistä helpommin puheeksi.	You Tube-analyytiikan tunnusluvut.
Tarjotaan tietoa ja keinoja mielen hyvinvoinnin ja opiskelukyvyyn vahvistamiseksi.  Jatketaan ja kehitetään vlogia ja miniluentoja opiskelijan mielenhyvinvoinnin aiheista.  Lisätään myös muuta videotuotantoa.	Vierailut nyyti.fi -sivuston tietosisioiden sivuilla.  10 vlogia tai miniluentoja  10 muuta videota	Opiskelijoiden tietoisuus mielenterveyteen ja opiskelukykyyn vaikuttavista tekijöistä vahvistuu.  Opiskelijat kokevat saavansa taitoja ja keinoja oman mielenterveyden ja opiskelukyvyyn ylläpitämiseen ja edistämiseen.	Lukijapalaute tieto-osioista. Verkkosivuston tunnusluvut.  YouTube-analytiikan tunnusluvut.
Jatketaan yhteistyötä Tuudo-mobiilisovelluksen kanssa, ylläpidetään ja kehitetään hyvinvointia tukevaa sisältöä.	50.000 vierailua Nyytin Tuudo aineistossa.  10-15 uutista Tuudon uutisvirrassa.	Opiskelijoiden tietoisuus mielenterveyteen ja opiskelukykyyn vaikuttavista tekijöistä vahvistuu. Opiskelijat kokevat saavansa taitoja ja keinoja oman mielenterveyden ja opiskelukyvyyn ylläpitämiseen ja edistämiseen. Nyytin tunnettuus kasvaa.	Tunnusluvut Tuudolta.  Kyseily Tuudon käyttäjille.

Toimenpiteet vuodelle 2020	Määrälliset tavoitteet (tuotokset)	Tulokset ja vaikutukset	Seurannan ja arvioinnin toteutus
<b>VAPAAEHTOISTOIMINTA</b>			
<p>Ylläpidetään, arvioidaan ja kehitetään edelleen nykyisiä vapaaehtoistehtäviä.</p> <p>Kasvatetaan vapaaehtoisten määrää selkeitä ja mielekkäitä tehtäviä tarjoamalla. Vapaaehtoistehtävinä tarjotaan:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Ryhmächatin ohjaaminen (ts. vuonna 2020 verkossa tapahtuvan vertaistuellisen toiminnan toteuttamiseen osallistuminen)</li> <li>Somettaminen</li> <li>Blogin ja tarinan kirjoittaminen, joista jälkimmäistä monipuolistetaan ja kehitetään edelleen vastaamaan vertaistuen tarpeita</li> <li>Videoiden tekeminen</li> <li>Tapahtumien toteuttaminen yhdessä</li> <li>Kampanjat <ul style="list-style-type: none"> <li>luodaan sellaiset puitteet, että vapaaehtoiset voivat itse suunnitella ja toteuttaa omia paikallisia kampanjoita Opiskelijoiden mielenterveyspäivän yhteydessä.</li> </ul> </li> </ul>	50 vapaaehtoistekoa	<p>Opiskelijat saavat Nyytin kautta paikan tuoda esille mielenterveyteen liittyviä asioita. Opiskelijat kokevat saavansa vertaistukea toisilta ja kokevat antaneensa vertaistukea toisille.</p> <p>Opiskelijat saavat mahdollisuuden oppia uusia taitoja, kuten esim. viestintätaitoja, verkkotyötaitoja sekä terveyttä edistävän kampanjoinnin toteuttamisesta sekä yhteiskunnallisen vaikuttamisen taitoja.</p>	<p>Kysely vapaaehtoiselle osallistumisesta. Heti vapaaehtoisteon jälkeen kysytään vapaaehtoiselta palaute suullisesti/sähköpostitse/kyselylomakkeella.</p> <p>Toimintaan osallistumista seurataan puolivuositain laskemalla vapaaehtoistehtävistä kiinnostuneiden määrä, ja kuinka moni näistä toteutuu lopulta vapaaehtoistehtävänä. Näin saadaan tietoa siitä, kuinka hyvin kiinnostus vapaaehtoistyöhömmme realisoituu vapaaehtoisiksi.</p> <p>Vapaaehtoistoiminnan toimintamuotoja arvioidaan vuoden 2020 aikana erityisesti palautteiden ja tunnuslukujen valossa. Arvioinnin pohjalta luovutaan mahdollisesti joistain muodoista ja vahvistetaan muita.</p>
Valmistellaan kokemosajaatoiminnan aloittamista yhteistyössä Etappi ry:n Koala-ryhmän ja Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiön (YTHS) kanssa.	1 koulutus, 10 osallistujaa		Koulutuksen osallistujamäärä, koulutuksen palautteet.

<p>Vapaaehtoisuhteisön ylläpitäminen ja kehittäminen:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Facebook-ryhmä</li> <li>• Tapaamiset ja koulutukset, virkistystapaamiset</li> <li>• Vapaaehtoistoiminnan mielekkyyden ja yhteisöllisyyden vahvistamiseksi lisätään työskentelyn tiimimäisyyttä. Tiimejä kokeillaan esimerkiksi Opiskelijoiden mielenterveyspäivän kampanjoinnin suunnittelussa ja toteutuksessa, somessa tehtävään viestintään ja videoiden tekoon. Tiimejä tuetaan mm. tarjoamalla koulutusta ja koordinoimalla toimintaa.</li> </ul>	<p>30 osallistumista</p> <p>2-4 tapaamista/koulutusta</p> <p>4-6 tiimitapaamista</p>	<p>Opiskelijat kokevat kuuluvansa Nyyti ry:n vapaaehtoistoimintaan. Vapaaehtoiset voivat pitää yhteyttä muihin vapaaehtoiisiin sekä toteuttaa toimintaa yhdessä.</p>	<p>Facebook-ryhmän jäsenten määrä. Tapaamisten ja koulutusten määrä, niihin osallistuneet ja heiltä kerätty palaute.</p> <p>Tiimityöskentelyn pilottien arviointi (osallistuneiden määrä, osallistuneiden kokemukset työskentelystä ja tuesta)</p>
---	--	--	--

### 3 OPISKELUYHTEISÖJEN OSAAMISEN VAHVISTAMINEN

Toimenpiteet vuodelle 2020	Määrälliset tavoitteet (tuotokset)	Tulokset ja vaikutukset	Seurannan ja arvioinnin toteutus
<b>KOULUTUKSELLINEN TOIMINTA</b>			
<p>Kehitetään Elämäntaitokurssin ohjaajakoulutusta ja järjestetään ohjaajakoulutuksia menetelmän levittämiseksi.</p> <p>Järjestetään koulutuksellisia työpajoja verkkopohjaisen Elämäntaitokurssin ohjaamisesta.</p> <p>Koulutusten lisäksi tarjotaan oppilaitoksille apua jalkauttamiseen Elämäntaitokurssin osalta.</p>	<p>6-8 ohjaajakoulutusta organisaatioille, 60-120 osallistujaa</p> <p>2 koulutuksellista työpajaa, 40 - 50 osallistujaa.</p> <p>2 - 5 sparrausta</p>	<p>Opiskelijoiden, nuorten ja nuorten aikuisten kanssa toimivat ammattilaiset kokevat saavansa valmiuksia ja työkaluja arjen- ja elämönhallintataitojen ohjaamiseen ryhmissä, ja kahdenvälisessä työssä.</p> <p>Ammattilaiset kokevat saavansa valmiuksia opiskelijoiden arjen- ja elämönhallintataitojen ohjaamiseen verkossa.</p> <p>Elämäntaitokurssi vakiintuu oppilaitoksiin.</p>	<p>Palautekyselyt koulutuksiin osallistujilta.</p> <p>Koulutusten tunnusluvut.</p> <p>Kouluttajan oma arviointi koulutuksesta.</p> <p>Pidettyjen kurssien määrä.</p> <p>Koulutetuilta ohjaajilta saatu palaute.</p>
Jatketaan Mielenterveyden ensiapu (MTEA) koulutusten toteuttamista.	2-4 MTEA2 koulutusta opiskelijoille ja opiskeluyhteisöille, 40-80 osallistujaa	Opiskelijoiden ja opiskeluyhteisöjen tietoisuus mielenterveysongelmista lisääntyy, ja valmiudet kohdata sekä tukea vahvistuvat.	Palautekyselyt koulutuksiin osallistujilta. Koulutusten tunnusluvut. Kouluttajan oma arviointi koulutuksesta.
Käynnistetään Nyytin webinaarien kehittäminen	Teetetään kartoitus opiskelijoiden hyvinvoinnin parissa työskenteleville siitä, millaisia aiheita he toivovat kuulevansa webinaareissa.	Tunnistetaan opiskelijoiden hyvinvoinnin parissa työskentelevien tarpeet koulutukselle.	Kyselyn tulokset.
<p>Jatketaan ja lisätään muuta koulutuksellista asiantuntijatoimintaa</p> <p>Lisätään koulutusyhteistyötä, esim. yhdessä järjestettävät työpajat, seminaarit, ständit jne.</p>	<p>20 luentoa, 20 työpajaa, 15 ständiä, yhteensä noin 3000 osallistujaa</p> <p>Noin 10 koulutusta/työpajaa/ständiä yhdessä toisten toimijoiden kanssa, 1000 osallistujaa</p>	Opiskelijoiden ja opiskeluyhteisöjen tietoisuus mielenterveydestä ja opiskelukyvyistä lisääntyy, ja	Palautekyselyt koulutuksiin osallistujilta. Koulutusten tunnusluvut. Kouluttajan oma arviointi koulutuksesta ja palaute yhteistyökumppaneilta.



Kehitetään koulutuksellista toimintaa saadun palautteen sekä muun arviointitiedon pohjalta.		valmiudet niiden edistämiseksi vahvistuvat.	
Jatketaan koulutuksellisten materiaalien tuottamista ja levittämistä, sekä olemassa olevien koulutuspakettien kehittämistä.	2 – 4 uutta koulutuspakettia  Olemassa olevien koulutuspaketin (8 kpl) jatkokehittäminen videoluennoiksi.	Opiskelijoiden, nuorten ja nuorten aikuisten parissa toimivat ammattilaiset kokevat saavansa tietoa ja välineitä opiskelijoiden mielenterveyttä ja opiskelukykyä edistävän toiminnan toteuttamiseen.	Koulutuspakettikohtainen palaute koulutukseen osallistujilta.  Tunnusluvut.  Itsearviointi.
Tehdään Ruotsin- ja englanninkielistä koulutusmateriaalia.	Olemassa olevien koulutuspakettien (8 kpl) kääntäminen ruotsiksi ja englanniksi.	Opiskelijoiden, nuorten ja nuorten aikuisten parissa toimivat ammattilaiset kokevat saavansa tietoa ja välineitä opiskelijoiden mielenterveyttä ja opiskelukykyä edistävän toiminnan toteuttamiseen myös ruotsin- ja englanninkielisille opiskelijoille.	Koulutuspakettikohtainen palaute koulutukseen osallistujilta.  Tunnusluvut.  Itsearviointi.
Jatketaan ja kehitetään sparraus- ja konsultaatiotoimintaa, jonka tarkoituksena on tukea opiskeluyhteisöjä ja ammattilaisia opiskelijoiden mielenterveyttä ja opiskelukykyä edistävän toiminnan käynnistämässä sekä kehittämässä.  Kehitetään ja kokeillaan vertaisparraus-toimintamallia, jossa ammattilaiset voivat dialogisuuden ja vertaisoppimisen periaattein vahvistaa omaa osaamistaan opiskelijahyvinvoinnin edistämiseksi.	Noin 10 konsultaatiotapaamista          1 vertaisparraustoiminnan pilotointi ja toiminnan mallintaminen.	Opiskeluyhteisöt ja opiskelijoiden parissa toimivat ammattilaiset kokevat saavansa valmiuksia mielenterveyttä ja opiskelukykyä edistävän toiminnan toteuttamiseen ja kehittämiseen.	Tunnusluvut.  Osallistuneiden arviointi- ja palautetieto.  Itsearviointi.
Tehdään tuutorikoulutuspaketti, josta on mahdollista valita esim. Päihtheisiin, mielenterveyteen ja kiusaamiseen liittyviä osioita.	Yksi koulutuspaketti tuutoreille.	Tuutorikoulutuksessa olevat saavat tietoa esim. Päihtheisiin, mielenterveyteen ja kiusaamiseen liittyvistä asioista.	Palautetieto.

<p>UUSI IDEOITA: SIIRRETÄÄN VUODELLE 2021</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Opiskelijoiden mielenterveys- ja päihdeohjelmien työstämisparras (Nyytin asiantuntijuuden hyödyntäminen)</li> </ul>			
<b>VERKOSTOT JA YHTEISTYÖ</b>			
<p>Jatketaan Opiskelijahyvinvointiverkoston koordinoinnin ja toiminnan kehittämistä</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Facebook-ryhmä</li> <li>Uutiskirje</li> <li>Verkostopäivät</li> <li>Opiskelijoiden mielenterveyspäivä</li> <li>OPHY-ydinryhmän tapaamiset</li> </ul> <p>Uutiskirjeeseen ja verkostopäiviin lisätään ruotsinkielistä sisältöä.</p>	<p>100 uutta jäsentä 4 uutiskirjettä 2 verkostopäivää, jossa yhteensä 150 osallistujaa 5 OPHY-ydinryhmän tapaamista</p> <p>(Opiskelijoiden mielenterveyspäivä tuotokset kuvattu jo edellä.)</p>	<p>Verkoston jäsenet kokevat saavansa tietoa, välineitä ja kontakteja opiskelijoiden hyvinvointia edistävän toiminnan toteuttamiseen sekä kehittämiseen. He kokevat verkoston hyödyllisenä kokemusten vaihdon ja yhteistyösuhteiden luomisen kanavana.</p>	<p>Palaute verkostonjäseniltä</p> <p>Verkoston tunnusluvut</p>
<b>RUOTSINKIELINEN SIDOSRYHMÄTOIMINTA</b>			
<p>Vakiinnutetaan vuonna 2019 aloitettua viestintä-, koulutus- ja tapahtumayhteistyötä ruotsin- ja kaksikielisten ylioppilas- ja opiskelijakuntien kanssa.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Uutiskirje lukukauden ruotsinkielisestä toiminnasta, lisäksi integroituna Nyytin muuhun sidosryhmäviestintään</li> <li>Koulutuksia, esim. osana OPHY-verkoston verkostopäiviä</li> <li>Ständien/rastien pitämistä opiskelijajärjestöjen tapahtumissa</li> <li>Kahdenvälisiä tapaamisia tarpeen mukaan</li> </ul>	<p>2 uutiskirjettä 2 koulutusta, joissa 30 osallistujaa 5 opiskelijatapahtumassa läsnä, tavoittaen yhteensä 400 osallistujaa</p>	<p>Ruotsinkieliset opiskelijat tuntevat Nyytin ja sen toiminnan ja alkavat aiempaa aktiivisemmin osallistua siihen. Ruotsinkielisiä opiskelijoita liittyy Nyytin vapaaehtoisiksi. Ruotsin- ja kaksikieliset ylioppilas- ja opiskelijakunnat saavat tukea jäsentensä mielen hyvinvoinnin edistämiseen.</p>	<p>Tapahtumien osallistujamäärät</p> <p>Ryhmächattien ja NyytiTalkien osallistuja- ja seuraajamäärät, nettisivujen ruotsinkielisen sisällön lataukset</p> <p>Ruotsin kielellä pärjäävien vapaaehtoisten määrä</p> <p>Koulutusten osallistujamäärät ja palautteet</p>

## 4 VAIKUTTAMINEN, VIESTINTÄ JA YHTEISTYÖ SEKÄ KAMPANJAT

Toimenpiteet vuodelle 2020	Määrälliset tavoitteet (tuotokset)	Tulokset ja vaikutukset	Seurannan ja arvioinnin toteutus
<b>VAIKUTTAMINEN</b>			
<p>Jatketaan vuonna 2018 valmistuneen Vaikuttajaviestintäsuunnitelman toimeenpanoa.</p> <p>Tehdään suunnitelman sisällön toteuttamisesta priorisointi ja aikataulu vuodelle 2020.</p> <p>Vaikuttamistyöllä pyritään lisäämään yleistä tietoutta opiskelijoiden mielenterveydestä ja siihen vaikuttavista tekijöistä, vahvistamaan edistävää ja ehkäisevää työtä opiskeluyhteisöissä, tuomaan opiskelijoiden ääntä kuuluviin sekä vaikuttamaan asenteisiin.</p> <p>Vaikuttamistyöllä pyritään myös tekemään tunnetuksi sitä, että Nyyti on asiantuntija opiskelijoiden mielenterveyden edistämistä koskevilla asioissa.</p>		<p>Tietoisuus opiskelijoiden mielenterveydestä, opiskelukyvyistä sekä niihin vaikuttavista tekijöistä vahvistuu sidosryhmissä ja yhteiskunnassa.</p> <p>Opiskelijoiden edistävä ja ehkäisevä mielenterveystyö vahvistuu opiskeluyhteisöissä. Mielenterveysasiat normalisoituvat.</p> <p>Nyytin tunnettuus opiskelijoiden mielenterveyden asiantuntijajärjestönä vahvistuu.</p>	<p>Tunnusluvut.</p> <p>Sidosryhmäkysely.</p>
<p>Tehdään poliittista vaikuttamista yhdessä jäsenjärjestöjen ja keskeisten sidosryhmien kanssa.</p> <p>Vaikutetaan päättäjiin ja muihin vaikuttajiin. Tarjotaan heille mahdollisuuksia saada lisätietoa opiskelijoiden mielenterveysasioista. Tietoisuuden lisäämisellä pyritään vaikuttamaan julkiseen keskusteluun.</p>	<p>10 päättäjätapaamista.</p> <p>10 verkostotapaamista.</p> <p>Tavataan jäsenjärjestöjä säännöllisesti, vähintään kerran vuodessa.</p> <p>Tavataan säännöllisesti Nyytille tärkeitä päättäjiä ja vaikuttajia</p>	<p>Päättäjät tiedostavat päätöksenteon vaikutukset opiskelijoiden mielenterveyteen ja opiskelukykyyn.</p> <p>Opiskelijoiden ja nuorten mielenterveyden edistäminen on esillä päätöksenteossa.</p>	<p>Tapaamisten määrä.</p> <p>Päätöksenteon seuranta.</p>

<p>Tartutaan ajankohtaisiin yhteiskunnallisiin keskusteluihin ja laaditaan kannanottoja ja lausuntoja niihin liittyen.</p> <p>Ollaan mukana myös Nyytille relevanteissa yhteistyökumppaneiden kannanotoissa. Ollaan esillä mediassa/tarjotaan juttuaiheita ajankohtaisista opiskelijoiden mielenterveys- ja opiskelukykyaiheista, mm. omien kampanjoiden aikana.</p> <p>Tavataan henkilökohtaisesti yhdessä jäsenjärjestöjen tai muiden meille tärkeiden yhteistyötahojen kanssa toimittajia ja vaikutetaan heihin.</p>	<p>4 kannanottoa/ lausuntoa 15 mediajuttua + kampanjoiden kannanotot ja mediajutut</p>	<p>Tietoisuus opiskelijoiden mielenterveyteen ja opiskelukykyyn vaikuttavista tekijöistä vahvistuu yhteiskunnassa.</p> <p>Nyytin tunnettuus opiskelijoiden mielenterveyden asiantuntijajärjestönä vahvistuu.</p>	<p>Tunnusluvut.</p>
<p>Osallistutaan yhteiskunnalliseen keskusteluun laajemminkin sosiaalipolitiikan, kuten sosiaaliturvan ja koulutuspolitiikan aiheiden, ympärillä ja tuodaan niihin mielenterveyden edistämisen asiantuntijanäkökulmaa.</p>	<p>Osallistutaan SuomiAreenaan 2020 joko keskustelutilaisuuksien järjestäjänä tai muiden tilaisuuksiin asiantuntijapuheenvuoroilla.</p>	<p>Tietoisuus opiskelijoiden mielenterveyteen ja opiskelukykyyn vaikuttavista tekijöistä vahvistuu yhteiskunnassa.</p> <p>Päätäjät tiedostavat päätöksenteon vaikutukset opiskelijoiden mielenterveyteen ja opiskelukykyyn.</p>	<p>Keskustelutilaisuuksien tunnusluvut ja palaute. Yhteistyökumppaneiden palaute.  Päätöksenteon seuranta.</p>
<p>Etsitään ja luodaan uusia arvoliittolaisuuskumppanuuksia vaikuttamistoiminnan vahvistamiseksi ja siten opiskelijoiden mielenterveyden edistämiseksi.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- yksi uusi kumppani</li> <li>- kumppanuudet omissa kampanjoissa</li> </ul>	<p>Tietoisuus opiskelijoiden mielenterveyteen ja opiskelukykyyn vaikuttavista tekijöistä vahvistuu yhteiskunnassa.</p>	<p>Kumppanuuksien määrä.</p>

Osallistutaan yhteistyö- ja asiantuntijaverkostoihin ja tapaamisiin: mm. mielenterveyspooli, hankkeiden ohjausryhmät	100 yhteistyötapaamista/ asiantuntijaverkostoihin osallistumista	Tietoisuus opiskelijoiden mielenterveyteen ja opiskelukykyyän vaikuttavista tekijöistä vahvistuu sidosryhmissä.  Nyytin rooli opiskelijoiden mielenterveyden asiantuntijajärjestönä vahvistuu.	Tunnusluvut.  Sidosryhmäkysely.
---	---	--	---------------------------------------

Toimenpiteet vuodelle 2020	Määrälliset tavoitteet (tuotokset)	Tulokset ja vaikutukset	Seurannan ja arvioinnin toteutus
<b>VIESTINTÄ</b>			
Nyyti vinkkaa uutiskirje	10 uutiskirjettä per vuosi	Tietoisuus Nyytin toiminnasta lisääntyy ja Nyytin tunnettuus opiskelijoiden mielenterveyden asiantuntijajärjestönä vahvistuu.	Tunnusluvut.
Nyytin viestinnän kirje	10 kirjettä per vuosi	Tietoisuus Nyytin toiminnasta lisääntyy ja Nyytin tunnettuus opiskelijoiden mielenterveyden asiantuntijajärjestönä vahvistuu.	Tunnusluvut.
Viestitään aktiivisesti eri kanavilla ja panostetaan kävijöiden/seuraajien sitouttamiseen, aktivoimiseen sekä ohjaamiseen verkkosivuille.	Pyritään kasvattamaan verkkosivuston kävijämäärä vuoden 2019 tasosta viidellä prosentilla	Opiskelijoiden ja opiskeluyhteisöjen tietoisuus mielenterveyteen ja opiskelukykyyän vaikuttavista tekijöistä vahvistuu.	Tunnuslukuja seurataan Google Analyticsin -tilastotyökalun avulla.
Keskitytään kehittämään ja tehostamaan jo käytössä olevien kanavien käyttöä ja niissä tehtävää viestintää.	FACEBOOK – Seuraajien määrä kasvaa 15 % vuoden 2019 tasosta – Tykkääjien määrä kasvaa 15 % vuoden 2019 tasosta – Sitoutumisastetavoite: 10 % TWITTER – Seuraajien määrä kasvaa 20 % vuoden 2019 tasosta – Toiminta-astetavoite: 1 % INSTAGRAM – Seuraajien määrä kasvaa 20 % vuoden 2019 tasosta – Sitoutumisastetavoite: 6 %	Opiskelijat kokevat saavansa taitoja ja keinoja oman mielenterveyden ja opiskelukykyyän ylläpitämiseen ja edistämiseen.  Nyytin tunnettuus ja brändi vahvistuvat.	Tunnuslukuja seurataan eri somekanavien omien tilastotyökalujen avulla.

	<p>YOUTUBE</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tilaaajia vuoden lopussa 200 kpl</li> <li>- Impressioiden klikkausprosentti ka. 6 % vuoden lopussa</li> <li>- Näyttökertoja per video ka. 200</li> <li>- Näyttökertojen keskimääräinen kesto ka. 2 min.</li> </ul>		
<p>Päivitetään ja ylläpidetään nykyisiä markkinointimateriaaleja:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- yleisesite</li> <li>- kevät/syysy esitteet ml. kieliversiot</li> <li>- Halicard (su, ru, en)</li> </ul> <p>Suunnitellaan uusia markkinointimateriaaleja:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- pöytäkolmiot opiskelijaravintoloiden pöydille</li> <li>- julisteet</li> </ul>		<p>Tietoisuus Nyytin toiminnasta lisääntyy ja Nyytin tunnettuus opiskelijoiden mielenterveyden asiantuntijajärjestönä vahvistuu.</p>	<p>Jaettujen markkinointimateriaalien määrä.</p>

Toimenpiteet 2020	Määrälliset tavoitteet (tuotokset)	Tulokset ja vaikutukset	Seurannan ja arvioinnin toteutus
<b>KAMPANJAT</b>			
<p>Toteutetaan yhdessä OPHY-verkoston kanssa kolmatta kertaa valtakunnallinen Opiskelijoiden mielenterveyspäivä. Kampanjalla herätetään keskustelua opiskelijoiden mielenterveydestä sekä kutsutaan kaikki mukaan toimimaan mielen hyvinvoinnin puolesta. Kampanjassa haastetaan opiskelijoita, opiskelijajärjestöjä ja oppilaitoksia osallistumaan siihen somessa sekä paikallisilla tempauksilla ja tapahtumilla.</p>	<p>Opiskelijoiden mielenterveyspäivää vietetään 23.4.2020. Kampanjointi 14. - 24.4.2020 välillä. Min. tavoite (vertailu aina edellisvuoden toteutuneisiin lukuihin) Noin 50 tapahtumaa, joissa noin 2000 osallistujaa. Noin 100 000 tavoitettua somessa (eli Nyytin some-kanavissa jaetuilla kampanjapostauksilla tavoitettua). 500 kpl kampanjatunnisteilla merkittyä postausta somessa. 20 mediajuttua. Kampanjamateriaalit kolmikielisesti sähköisessä (painettavaksi soveltuvassa) muodossa.</p>	<p>Tietoisuus Opiskelijoiden mielenterveyspäivästä ja sen teemasta lisääntyy.</p> <p>Opiskelijat ja opiskeluyhteisöt kokevat, että opiskelijoiden mielenterveydestä on kampanjan ansiosta herännyt keskustelua.</p> <p>Opiskeluyhteisöissä järjestetään toimintaa mielenterveyden edistämiseksi.</p> <p>Opiskelijoiden mielenterveyspäivä on otettu myönteisesti vastaan.</p> <p>Nyytin tunnettuus ja kiinnostavuus vahvistuu.</p>	<p>Kampanjaan liittyvien tapahtumien ja toimintojen määrä, sekä niihin osallistuneiden määrä.</p> <p>Kampanjointiin somessa osallistuneiden sekä tavoitettujen määrä.</p> <p>Mediajuttujen määrä.</p> <p>Muut mahdolliset tunnusluvut.</p> <p>Kampanjasta saatu palaute.</p> <p>Itsearviointi.</p>

<p>Toteutetaan osallistavia somekampanjoita ja osallistutaan aktiivisesti yhteistyötahojen kampanjoihin</p>	<p>Vuosittain 2 kampanjaa, joista toinen järjestetään kevätkaudella osana Opiskelijoiden mielenterveyspäivää ja toinen syyskaudella osana Maailman mielenterveyspäivää.</p> <p>Opiskelijoiden mielenterveyspäivän kampanjoinnin tavoitteet on mainittu edellä. Maailman mielenterveyspäivän kampanjoinnin tavoitteet riippuvat kunkin vuoden kampanjan sisällöistä. Mikäli tehdään oma osallistava somekampanja valtakunnalliseen kampanjaan osallistumisen lisäksi, niin tavoitteena on tavoittaa sosiaalisessa mediassa noin 10 000 ja kerätä noin 100 varsinaista osallistumista somessa.</p>	<p>Opiskelijoiden tietoisuus mielenterveyteen ja opiskelukykyyn liittyvistä aiheista lisääntyy. Opiskelijat saavat osallistumisen ja vaikuttamisen kokemuksia. Nyytin tunnettuus ja kiinnostavuus on vahvistunut.</p>	<p>Kampanjan tunnusluvut (mm. somessa osallistuneet ja tavoitetut). Saatu palaute ja itsearviointi.</p>
---	--	---	---

## 5 HANKKEET JA HANKEYHTEISTYÖ

### 5.1 YHDESSÄ YHTEISÖKSI 2018-2020 -HANKE

Toimenpiteet vuodelle 2020	Määrälliset tavoitteet (tuotokset)	Tulokset ja vaikutukset	Seurannan ja arvioinnin toteutus
Jatketaan aktiivista yhteistyötä ja verkostoitumista alan toimijoiden kanssa.			Hanke saa puhujapyyntöjä ja yhteistyötä muiden vastaavien hankkeiden & toimijoiden kanssa.
Jatketaan monipuolista hankeviestintää (mm. sidosryhmäviestintä, viestintä ohjausryhmälle ja sosiaalinen media) sekä aloitetaan hankkeen päättävän viestintäkampanjan suunnittelu ja toteutus.	Viestintäkampanja esimerkiksi teemalla "Hyvä kiertämään".	Hankkeen Instagram-tilillä on joulukuussa 2020 550 seuraajaa.	Hankkeen Instagram-tilillä on joulukuussa 2020 550 seuraajaa, jolloin joulukuun 2018 luvut (250 seuraajaa) on 2,2 kertaistettu. (Tilillä elokuussa 2019 435 seuraajaa.)
Koulutus- ja tukimateriaalipakettien testaamisen, jatkokehittämisen ja levittämisen aloittaminen.	Tukimateriaalipaketteja on tehty korkeakoulujen henkilökunnalle, tutoreille ja opiskelija- ja ylioppilaskunnille. Pakettien pohjalta järjestetään 8 koulutusta (4 JYU:ssa ja 4 Laureassa).	Materiaalipaketit jäävät hankkeen jälkeen yhteistyökorkeakouluihin osaksi yhteisöjen kehittämistä. Lisäksi koulutus- ja tukimateriaalipaketit integroidaan osaksi Nyytin koulustustoimintaa.	Koulutuksiin osallistuu yhteensä 200 osallistujaa.
Aloitetaan uusia yhteisöllisyyttä lisääviä toimintoja ja kokeiluja ja jatketaan jo syksyllä 2019 aloitettuja. Toimitaan siten, että testattavia toimintoja tulee suunnitelman mukaisesti yhteensä 20 kappaletta (=pilotointi).	Vuoden 2020 loppuun mennessä 20 toteuttamiskelpoisinta ideaa on testattu ja niiden mallinnus on aloitettu.	Jyväskylän yliopiston ja Laurea-ammattikorkeakoulun toimijat ovat testanneet yhteisölleen sopivimpia toimintoja ja ottavat nämä osaksi omaa toimintaansa ja sen suunnittelua.	Pilotteja toteuttavat tahot suorittavat arviointia ja seurantaa toimintojen sopivuudesta omalle yhteisölleen.



## 5.2 TAKAISIN OPINTOIHIN 2029-2021 -HANKE

Toimenpiteet vuodelle 2020	Määrälliset tavoitteet (tuotokset)	Tulokset ja vaikutukset	Seurannan ja arvioinnin toteutus
<p><b>Mentorointi</b></p> <p>Vertaismentorointi alkaa korkeakouluissa alkuvuodesta 2020. Jokainen mentori-aktori-pari tapaa 5-10 kertaa kevään aikana.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Koulutukset on suunniteltu ja ensimmäiset toteutettu yhteistyökorkeakouluissa syksyllä 2019. Aktorit on rekrytoitu syksyllä 2019.</li> <li>- Helsingin yliopistossa mentorointikoulutukset liitetään osaksi työelämäopintoja valtiotieteellisessä ja teologisessa tiedekunnassa.</li> <li>- Humakissa mentorointikoulutukset pääasiassa yhteisöpedagogien opintoihin.</li> </ul> <p>-Humakin mentorit voivat mentoroida ketä tahansa opiskelijaa pk-seudun ammattikorkeakouluista.</p> <p>-Helsingin yliopiston mentorit voivat mentoroida ketä tahansa opiskelijaa Helsingin yliopistosta.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Mentorointitoiminnan arviointi ja kehittäminen ensimmäisen mentoroinnin pohjalta</li> </ul>	<p>Mentorikoulutuksiin osallistuu 40 mentorikoulutettavaa pilottikorkeakouluista.</p> <p>Aktoreita osallistuu mentorointiin 40</p>	<p>Aktorit ovat käyneet mentorointiprosessin läpi ja mahdollisesti kiinnittyneet opintoihinsa.</p> <p>Korkeakouluissa on kokeiltu matalankynnyksen vertaistoimintaa.</p> <p>Vertaismentoroinnin myötä opintoihin kiinnittyminen on parantunut.</p>	<p>Kerätään määrällistä ja laadullista tietoa mentorointiprosessista, jonka pohjalta tuodaan näkyväksi millaisia mekanismeja, mentorointi tuotti ja millaisissa konteksteissa mentorointi tapahtui.</p> <p>Määrällinen tieto sisältää aktoreilta kerättäviä perustietoja, ikä, sukupuoli, opintojen vaihe, ym. Lisäksi kysytään opintojen keskeyttämisen syytä ja kuinka pitkään on ollut pois opinnoista.</p> <p>Laadullinen tieto kerätään haastatteluiden avulla. Haastatteluissa käydään läpi, millaisia muutoksia mentorointi on mahdollisesti saanut aikaan aktoreiden opintoihin kiinnittymisessä. Kysytään lupaa jatkohaastatteluun, joka tapahtuu esim. kolmen kuukauden kuluttua mentorointiprosessin päättymisestä.</p> <p>Mahdollisen seuranta-haastattelun yhteydessä aktorit täyttävät kyselyn, jossa arvioivat omaa opintoihin kiinnittymistä.</p> <p>Tarkoituksena on tuottaa ohjelmateoria mentoroinnista</p>

<p>-Mentoroinnin toinen koulutus alkaa keväällä. Siinä koulutetaan syksyn 2020 mentorit</p> <p>- Aktoreiden rekrytointi syksyn 2020 mentorointiin</p> <p>- Syksyn mentorointi: Jokainen mentori-aktori-pari tapaa 5-10 kertaa kevään aikana.</p> <p>Mentoroinnista viestiminen yhdessä mentorointiin osallistuneiden opiskelijoiden kanssa mitä tehty, miten toteutettu, mitä kokemuksia</p>			
<p><b>Koulutukset henkilökunnalle</b></p> <p>Koulutuksia on pilotoitu Helsingin yliopiston henkilökunnalle syksyllä 2019.</p> <p>Koulutukset on suunniteltu yhteistyössä kohdekorkeakoulujen kanssa syksyllä 2019.</p> <p>Helsingin yliopistossa järjestetään kolme koulutusta keväällä 2020, joihin voi osallistua maksimissaan 60 henkilöä. Syksyllä järjestetään kaksi koulutusta, joihin voi osallistua 40 henkilöä.</p> <p>Humakissa järjestetään kolme koulutusta keväällä 2020, kolmella eri Humakin kampuksella Kuopiossa, Turussa ja Jyväskylässä. Koulutuksiin voi osallistua 60 henkilöä. Syksyllä koulutuksia järjestetään Haagan ja Nurmijärven kampuksilla. Niihin voi osallistua yhteensä 40</p>	<p>Henkilökunnan koulutuksiin osallistuu 80-200 opetus- ja tutkimushenkilökuntaan kuuluvaa</p>	<p>Korkeakoulujen henkilökunta on käynyt koulutuksissa ja saanut niistä tutkimustietoon pohjautuvan työkalun opintoihin palaavien ja mielenterveys syistä opinnoissa jumiin jääneiden opiskelijoiden ohjaamiseen.</p> <p>Henkilöstön tietoisuus mielenterveyden häiriöiden vaikutuksesta opiskelukykyyn on lisääntynyt.</p>	<p>Koulutuksista kerätään palautetta, jossa arvioidaan koulutuksen tavoitteen toteutumista. Tavoitteena on saada henkilökunta ottamaan käyttöön uusia ohjaustyökaluja omaan työhönsä.</p> <p>Haastatellaan henkilökunnan jäseniä työkalujen mahdollisesta käyttöön ottamisesta heti koulutuksen päättymisen jälkeen ja esim. Kolme kuukauden päästä koulutuksen läpikäymisestä.</p>

<p>henkilöä.</p> <p>Henkilökunnalle suunnitellaan mentorointikoulutus, joka tarjoaa työkaluja mentorikoulutuksen järjestämiseen.</p>			
<p><b>Opintoihin palaamiseen liittyvän tietoisuuden ja ymmärryksen lisääminen opiskeluyhteisöissä, pilotti korkeakouluissa, yhteistyötahoissa ja laajemmin yhteiskunnassa</b></p> <p>Koala-ryhmän kanssa tehdään viestinnällistä yhteistyötä ja heidän asiantuntemustaan hyödynnetään koulutusten suunnittelussa ja toteuttamisessa.</p> <p>Yhteiskehittämisessä Klubitalojen opiskelijaryhmä mukana koko hankkeen ajan.</p> <p>Vuoden 2020 aikana järjestetään keskustelutilaisuus hankkeen teeman tiimoilta.</p> <p>Vuoden 2020 aikana osallistutaan hankkeen kannalta tärkeisiin yhteiskunnallisiin keskusteluihin, tapahtumiin ja verkostoihin.</p> <p>Vuoden aikana kertynyttä tietoa hyödynnetään tietopakettien koostamisessa: Nostetaan esille tutkittua ja kokemustietoa opiskelijoiden opintoihin palaamiseen liittyen. Hyödynnetään mentori- ja henkilökunnan koulutuksista esille tulevia ratkaisuja mielenterveyden häiriöiden kanssa kamppailevien</p>	<p>Keskustelutilaisuus hankkeen teemoista</p> <p>2-4 kokemososaajan kertomusta videona/tarinoina</p> <p>2-4 nettikirjoitusta hyvistä käytännöistä korkeakouluissa</p> <p>2-4 käytännön vinkkiä opiskelijoiden ohjaamiseen ja kohtaamiseen (esim. nettisivuilta ladattava pieni opas/painettu esite).</p>	<p>Yhteistyötahojen näkyvyys ja vaikuttavuus on lisääntynyt:</p> <p>Koalaryhmän tekemä työ opiskelijoiden mielenterveyden hyväksi tulee näkyvämmäksi ja mahdollisesti tavoittaa laajemman joukon opiskelijoita.</p> <p>ESKOT-opintovalmennus tulee tunnetummaksi opiskelijoiden keskuudessa erityisesti pilotti korkeakouluissa.</p> <p>Opintoihin palaamiseen liittyvää tietoa ja työkaluja, joita voidaan ottaa matalalla kynnyksellä käyttöön korkeakouluissa, opiskelijajärjestöissä, kolmannella sektorilla ja yksittäisen opiskelijan toimesta.</p>	<p>Sosiaalisen median tunnusluvut viestintäkampanjoiden aikana.</p> <p>Tapahtumiin osallistuneiden määrä. Tapahtumista saatu palaute</p> <p>Yhteistyötahojen palaute näkyvyyden lisääntymisestä</p> <p>Kyselyt ja yhteydenotot matalankynnyksen työkaluihin liittyen</p> <p>Opintoihin palaamista käsittelevät kirjoitukset/mielipidekirjoitukset herättävät yhteiskunnallista keskustelua.</p>

<p>opiskelijoiden ohjaamiseen liittyen.</p> <p>Tuodaan näkyville muissa korkeakouluissa Suomessa ja kansainvälisesti tehtyjä toimenpiteitä opintoihin palaamiseen liittyen.</p> <p>Hankkeessa tuotetaan hankkeen toimintojen pohjalta erilaisia toimintaehdotuksia korkeakouluille.</p>			
---	--	--	--

### 5.3 MYÖTÄTUNTOA KORKEAKOULUIHIN 2019-2021 - HANKE

Toimenpiteet vuodelle 2020	Määrälliset tavoitteet (tuotokset)	Tulokset ja vaikutukset	Seurannan ja arvioinnin toteutus
<p>Myötätunnosta hyvinvointia – koulutusten toteutus</p> <p>Henkilöstökoulutus Itä-Suomen yliopiston henkilöstölle</p> <p>Henkilöstökoulutusten käsikirja</p> <p>Henkilöstökoulutusten juurruttamissuunnitelma</p> <p>Opiskelijoiden myötätunto-vertaisryhmätapaamiset Jyväskylän yliopistolla keväällä ja syksyllä</p> <p>Ryhmien ohjaajien yhteiset purku- ja reflektointitapaamiset kevään ja syksyn aikana.</p> <p>Opiskelijoiden Tehdään hyvää-projektitoiminnan suunnittelu,</p>	<p>Henkilöstökoulutus väh. 20 hengelle JyU keväällä 2020</p> <p>Kevään pilotin pohjalta kehitelty henkilöstökoulutuskonsepti ja koulutuksen II aallon toteutus väh. 20 hengelle syksyllä 2020</p> <p>Henkilöstökoulutus väh. 20 hengelle Itä-Suomen Yliopisto keväällä 2020</p> <p>Henkilöstökoulutusten juurruttamissuunnitelma</p> <p>Harjoitteiden, interventioiden ja toimintamallin kokoaminen käsikirjamuotoon</p> <p>Opiskelijoiden vertaismentorointiryhmiin osallistuu vuoden aikana yhteensä 60 opiskelijaa</p>	<p>Henkilöstön itsemyötätunto- ja myötätuntotaidot vahvistuvat</p> <p>Henkilöstön valmiudet ja rohkeus edistää myötätunnon ilmenemistä korkeakoulu yhteisöissä, opiskelijoiden hyvinvointia sekä opintojen sujumista vahvistuvat</p> <p>Myötätunto -ryhmävertaismentorointitoimintaan osallistuneiden opiskelijoiden -ymmärrys myötätunnosta ja -innosta ja sen merkityksestä kasvaa -valmiudet toimia myötätuntoisesti ja -intoisesti muita ja itseä kohtaan vahvistuvat -kyky vastaanottaa ja huomata myötätuntoa kasvaa</p> <p>Ryhmän ohjaajina toimivat kokevat, että heillä on kyky vaikuttaa ja palvella yhteisössään</p>	<p>Ohjausryhmän toteuttama seuranta</p> <p>Henkilöstökouluusten arviointimenetelmät: Self-compassion scale (SCS) sekä tunnetaitojen arviointiin E + Fear of expressing compassion for others –scale. Lisäksi koulutusten alkutilanne- ja loppukyselyt</p> <p>Opiskelijoiden vertaisryhmämentoroinnin arviointimenetelmät: Alku- ja loppukysely ryhmänohjaajille ja osallistujille. Lisäksi laadullista arviointitietoa saadaan ryhmänohjaajien reflektiotehtävästä sekä ryhmäkeskustelusta ryhmien ohjaajien keskinäisissä tapaamisissa.</p> <p>Tehdään hyvää-toiminnan arviointimenetelmä: loppukysely</p>

<p>starttityöpajat ja toiminta sekä toimintaan liittyvien Hyvä käytäntö-kuvausten keruu Jyväskylän yliopistolla.</p> <p>Aalto-yliopiston toisen vuosikurssin sähkötekniikan opiskelijoille kurssimoduuli itsemyötätuntotaidoista opiskelussa.</p> <p>Tarkennetun projektiaikataulun laatiminen vuodelle 2021</p>	<p>Vertaismentorointiryhmien ohjaajina toimii yhteensä 12 opiskelijaa</p> <p>Vertaisryhmämentoroinnin materiaalien ja menetelmien kokoaminen yhteen</p> <p>Tehdään hyvää-toimintaan osallistuu 20 opiskelijaa ja projekteja toteutetaan 5-10.</p> <p>Hyvä käytäntö -kuvauksia laaditaan 5-10.</p> <p>Tarkennettu projektisuunnitelma vuodelle 2021</p>	<p>"Tehdään hyvää" - projektitoimintaan osallistuneiden opiskelijoiden rohkeus, kyvyt ja halu harjoittaa myötätuntoa vahvistuvat</p> <p>Myötätuntoinen toimintakulttuuri vahvistuu koko korkeakouluuyhteisössä</p>	
--	--	--	--

## 5.6 JAKSAA JAKSAA? 2019-2021 - HANKE

Toimenpiteet vuodelle 2020	Määrälliset tavoitteet (tuotokset)	Tulokset ja vaikutukset	Seurannan ja arvioinnin toteutus
<p>Jaksaa, jaksaa? -koulutusten sisällön suunnittelu sekä sopiminen toteutuksesta pilottioppilaitosten kanssa</p> <p>Ideointityöpajojen suunnittelu ja toteutuksesta sopiminen oppilaitosten kanssa</p>	<p>Toteutuneiden koulutusten ja työpajojen määrä, koulutuksiin osallistuneiden lukumäärä</p> <p>Työpajassa paikannetaan 1-3 kehittämiskohdetta</p>	<p>Henkilöstön ymmärrys opiskelu-uupumuksesta lisääntyy ja siihen osataan tarjota apua</p> <p>Henkilöstö saa lisää työkaluja käsitellä omaa kuormitustaan</p> <p>Työpajoissa nousseisiin kehittämiskohteisiin löydetään konkreettisia ratkaisuja.</p>	<p>Koulutuksista kerätty palaute</p> <p>Työpajoista kerätty palaute</p> <p>Työpajoissa ideoitujen kokeilujen toteutuksen seuranta</p>