



Äidit irti synnytysmasennuksesta Äimä ry

VUOSIKERTOMUS 2021

SISÄLLYSLUETTELO

Äimä ry on vapaaehtoisten toimijoiden vertaistukijärjestö.....	3
Toimintaympäristö ja sen muutokset.....	3
Toimintaa ohjaava strategia.....	4
Pidemmän aikavälin tavoitteet.....	5
Toiminnan painopisteet 2021 ja miten ne toteutuivat.....	5
Vapaaehtoistoiminta.....	6
Vertaistukiryhmät.....	6
Tukiäititoiminta.....	6
Vertaistukipuhelin.....	6
Chat-auttaminen.....	8
Äpsy-toiminta.....	8
Vapaaehtoistoiminnan kehittäminen.....	9
Viestintä.....	10
Hallitus.....	10
Muut luottamushenkilöt.....	11
Jäsenet.....	11
Vapaaehtoiset.....	11
Henkilökunta.....	11
Äidille apua -hanke.....	12
Äimä ry:n yhteistyökumppanit 2021.....	13
Tärkeimpiä lukuja/asioita 2021.....	15
Yhteystiedot.....	15

ÄIMÄ RY ON VAPAAEHTOISTEN TOIMIJOIDEN VERTAISTUKIJÄRJESTÖ

Äidit irti synnytysmasennuksesta ry eli Äimä ry on vuonna 1998 perustettu yhdistys ja kansalaisjärjestö, jonka tarkoituksena on tarjota vertaistukea synnytysmasennuksesta kärsiville tai vauva-ajan psykoosiin sairastuneille äideille ja heidän läheisilleen. Vertaistukijat ovat itse läpikäyneet tai seuranneet puolisona vierestä raskausajan masennuksen, synnytyksen jälkeisen masennuksen tai vauva-ajan psykoosin ja haluavat kääntää kokemuksensa avuksi muille samaa kokeville. Hyvinvoiva vertaistukija antaa toivoa toipumiselle omalla esimerkillään. Vertaistuki raskauden aikaiseen ahdistukseen, synnytyksen jälkeiseen masennukseen tai vauva-ajan psykoosiin sairastuneiden parissa on vaativaa vapaaehtoistyötä ja sitä tukevat Äimä ry:n henkilökunta sekä yhteistyö- ja hankekumppanit.

Vertaistukityön lisäksi yhdistyksen tehtävänä on myös tiedottaa raskauden aikaisesta ja synnytyksen jälkeisestä masennuksesta sekä vauva-ajan psykooseista, niiden tunnistamisesta ja toipumisesta. Tiedottaminen suunnataan kaikille tiedosta hyötyville kohderyhmille; sairastuneille, riskiryhmille, läheisille sekä terveydenhuollon ammattilaisille.

TOIMINTAYMPÄRISTÖ JA SEN MUUTOKSET

Tilastokeskuksen mukaan vuonna 2021 Suomessa syntyi 49 583 lasta, mikä on 3 120 lasta enemmän kuin vuonna 2020. Synnytysten määrä on noussut edelleen viime vuodesta, mutta samaan aikaan koronapandemian myötä äitien ahdistuneisuus ja raskaudenaikainen masennus ovat nousussa. Myös monet muut riskitekijät ovat lisääntyneet ja vahvistuneet viime vuosina. Naisen elämänkaarella raskaus, synnytys ja synnytyksen jälkeinen aika hormonaalisine, psyykkisine ja sosiaalisine muutoksineen on herkkää aikaa. Sairastumisen riskiä nostaa esimerkiksi aikaisempi masennus, perintötekijät, synnyttäjien keski-ikänsä nousu, hedelmöityshoitojen yleistuminen, oma ongelmallinen äiti-lapsisuhde lapsuudessa sekä epärealistiset ajatukset vauva-ajasta. Myös maahanmuuttajaäideillä on usein suurentunut riski sairastua, erityisesti jos heillä on traumakokemuksia tai he kokevat olonsa Suomessa eristetyksi tai yksinäiseksi. Vauva-ajan masennuksen tilastoinnissa on edelleen puutteita, mutta THL:n mukaan noin 5000 äitiä sairastuu vuosittain masennukseen joko raskauden aikana tai synnytyksen jälkeen. Vauva-ajan psykoosiin sairastuu noin 50 äitiä vuosittain.

Vuotta 2021 väreitti edelleen jatkuva koronapandemia, haastaen toimintoja sekä työtapoja. Myös Äimä ry:n vuosikokous 2021 pidettiin huhtikuussa etäjäjestelyin Suomessa vallinneen poikkeuslainsäädännön turvin kokouksen turvallisen järjestämisen takia. Äimän toiminta, tarjottu vertaistuki ja toimiston työ muokkautuivat ja sopeutuivat, vertaistuelle löydettiin etämuotoja kohtaamisen sijaan ja rinnalle, koulutukset muokattiin etänä tapahtuviksi ja toimisto jatkoi etätyömallia. Samalla koronan ahdistuksessa etätuen tarve moninkertaistui ja kiitos upeiden vertaistukiäitiemme, tähän pystyttiin vastaamaan. Äidit tarvitsivat tukea, Äimä vastasi.

Vuosi 2021 on ollut niin yhteiskunnassa, järjestökentässä kuin Äimässäkin suuren myllerryksen aikaa. Muutokset päärahoittajamme Veikkauksen ja näitä rahoja järjestöille ohjaavan STEAn käytännöissä on luonut epävarmuutta kaikkialle järjestökenttään. Tulevaisuudessa on todennäköistä, että veikkausvarat pienenevät merkittävästi eli rahoitus pienenee, ellei näitä kompensoida esimerkiksi valtion rahoituksesta. Tämä riski on tunnistettu ja maaliskuussa julkaistiin viiden entisen ministerin muodostaman ns Liikasen työryhmän raportti Suomen hallituksen tilauksesta toimintavaihtoehtoista, miten järjestöjen rahoitukselle käy jatkossa. Työryhmä esitti neljää vaihtoehtoa, joista yksi oli, ettei tehdä mitään, jolloin rahoitus vähenee dramaattisesti ja kolme muuta olivat erilaisia variaatioita ainakin osan järjestöistä siirtämisestä valtion rahoitukseen. Aivan vuoden 2021 loppupuolella tuli tieto, että Äimänkin rahoitus siirtyy osaksi valtion

TOIMINTAA OHJAAVA STRATEGIA

[illegible]

Kuvio 2: Ensi- ja turvakotien liiton strategia 2020 – 2023

- **Rohkeus:** Ennakkoluulottomuutta, ennakkointia ja edelläkävijyyttä; Äimä haluaa käynnistää ja ylläpitää keskustelua vaikeasta sekä monesti vaietusta aiheesta ja olla yhteiskunnallinen vaikuttaja.
- **Osallisuus:** Jokaisella on mahdollisuus vaikuttaa itseään koskevaan päätöksentekoon sekä yhteisön ja yhteiskunnan asioihin. Äimä tukee erityisesti lasten ja heikossa asemassa olevien osallisuuden lisäämistä. Kaikilla on oikeus osallistua voimavarojensa mukaan järjestön toimintaan ja sen kehittämiseen. Ihmisten erilaisuus ja kulttuurien moninaisuus ovat rikkautta
- **Oikeudenmukaisuus:** Jokaista kohdellaan oikeudenmukaisesti, yhdenvertaisesti ja ihmisarvoa kunnioittaen. Äimä on eritoten vaikeissa olosuhteissa elävien lasten ja perheiden tukena, pyrkii turvaamaan heidän oikeuksiaan ja parantamaan heidän asemansa.
- **Turvallisuus:** Koskemattomuutta, luotettavuutta, vahvaa osaamista ja ammattitaidon jatkuvaa ylläpitämistä. Äimän toiminta on turvallista ja yhteisöllistä. Turvallisuus tarkoittaa luottamuksellista ilmapiiriä, keskinäisen yhteyden rakentamista ja yhteisöjen kehittämistä. Lasten hyvinvoinnista huolehditaan erityisesti

- **Inhimillisyyks:** Toivon luominen ja ylläpitäminen. Äimä uskoo muutoksen mahdollisuuteen yksilö-, perhe- ja yhteisötasolla. Järjestössä on tilaa erilaisille näkemyksille ja kaikki kunnioittavat toisiaan, vaikka ei olisi aina samaa mieltä tai hyväksyisi toisen tekoja. Mahdolliset ristiriidat ja jännitteet toimivat kehittämisen voimavarana; uskallamme epäonnistua ja oppia jatkuvasti yhdessä uutta.

ÄIMÄN PIDEMMÄN AIKAVÄLIN TAVOITEET

Osana strategiatyötään Äimä ry määritteli pidemmän aikavälin tavoitteita, jotka ovat ohjanneet toimintaamme vuodesta 2020 alkaen. Nämä ovat:

- vapaaehtoistoiminnan kehittäminen
- viestinnän vahvistaminen
- toiminnan kehittäminen koko perhettä tukevaksi/huomioivaksi

TOIMINNAN PAINOPISTEET 2021 JA MITEN NE TOTEUTUIVAT

Äimä ry saa päärahoituksensa STEAlta Veikkauksen tuotoista. STEA on voimakkaasti uusinnut viime vuosina käytäntöjään ja ohjannut luomaan entistä tarkempia ja mitattavampia tavoitteita jokaiselle vuodelle. Äimä ry:n toimintasuunnitelma ja päätavoitteet vuodelle 2021 hahmoteltiin yhdessä vapaaehtoistemme kanssa syksyllä 2020. Näistä keskusteluista Äimän hallitus linjasi vuoden 2021 päätavoitteiksi:

1. Tarjota tukea ja luoda toivoa raskaus- tai vauva-ajan masennukseen tai äitiyspsykoosiin sairastuneille äideille
 - o Tähän tavoitteeseen vastaavat etenkin vertaistukiryhmät, tukiäititoiminta ja äpsy-toiminta
2. Lisätä vertaistuen valtakunnallista saavutettavuutta etä- ja verkkoauttamistyötä kehittämällä
 - o Tukiäititoimintaa on koronapandemian aikana tehty etänä, myös sähköpostilla ja tukimuotoja on kehitetty, tammikuussa 2021 käynnistyi vertaistuellinen ponnahduschat Äimän sivuille
3. Huomioida koko perhe tukitoiminnassa
 - o Vuonna 2021 tätä tehtiin etupäässä Äimän tapahtumissa kuten perhe- ja parisuhdeviikonloppu
4. Lisätä tietoa ja ymmärrystä perinataalipsykiatrian sairauksista
 - o Tässä suurimpina työvälineinä ovat Äimän viestintä- ja vaikuttamistyö
5. Hälventää raskaus- tai vauva-ajan masennukseen ja äitiyspsykoosiin liittyvää häpeää
 - o Tähän haasteeseen vastaamme etenkin viestinnällä ja sen vahvistamiseksi Äimä tilasi viestintästrategian loppuvuodesta 2021. Suuri merkitys tässä työssä on jokaisella julkisuuteen tuodulla kokemustarinalla.
6. Vastata kasvavaan avuntarpeeseen
 - o Tähän haasteeseen tarvitsemme entistä enemmän vapaaehtoisia, sillä jokaisen auttajan oma aika on rajallinen. Vuonna 2021 Äimään saatiin ennätyselliset 17 uutta vapaaehtoista!
7. Kehittää tukitoimintaa osallistamisen avulla
 - o Tämä tavoite on osa Äimän perustoimintaa, kuuntelemme ja keräämme jatkuvasti palautetta vapaaehtoisilta ja apua saaneilta. Erityisen suuri merkitys on elokuussa vuosittain järjestettävällä vapaaehtoisten suunnitteluviikonlopulla, jossa luodaan pohjasuunnitelma seuraavan vuoden tavoitteille ja kirjataan erilaisia tarpeita ylös.

VAPAAEHTOISTOIMINTA

Äimän toimintaa ei olisi olemassa ilman vapaaehtoisia vertaistukijoita, joiden jaksaminen on Äimän ydinkysymys. Kehitämme jatkuvasti toimintaamme, vapaaehtoisilta tullutta palautetta tarkalla korvalla kuunnellen. Vapaaehtoisten tueksi Äimässä on vapaaehtoistyön koordinaattori ja kaikki työntekijät tukevat vapaaehtoisia osana omaa työtään. Vapaaehtoisilla on ollut mahdollisuus työnohjaukseen ja heille on heinäkuuta lukuun ottamatta lähetetty uutiskirje kerran kuukaudessa.

Vapaaehtoiset vertaistukijat ylläpitävät kaikkia Äimän vertaistuen muotoja, toimiston tuella.

Vertaistukiryhmät

Vertaistukiryhmät ympäri Suomen kokoontuvat yleensä kerran kuussa. Ryhmät on tarkoitettu äideille, mutta tarvittaessa pienen lapsen voi ottaa mukaan. Vuonna 2021 suurin osa ryhmistä oli tauolla tai kokoontui etänä vallitsevien koronarajoitusten vuoksi, ainoastaan Seinäjoen ryhmä pystyi kokoontumaan kohtaavana läpi vuoden. Osa ryhmistä siirtyi jo edellisvuonna hybridimalliin, jossa ryhmä kokoontuu tilanteen niin vaatiessa etänä tai paikalle kokoontuvaan ryhmään on mahdollista osallistua myös etänä. Äpsyjen ryhmään on voinut osallistua etänä korona-ajan alusta lähtien. Äimä on kustantanut ryhmiin käsidesiä, maskeja ja ohjeistanut muutoinkin koronaturvallisuudesta, näitä on noudatettu todella hyvin, jotta äidit voisivat osallistua turvallisesti mielin.

Ryhmien kävijämäärä vuonna 2021 on ollut yhteensä 141 osallistujaa, siinä missä vuonna 2020 se oli 243 osallistujaa. Tässä näkyy eniten koronan vaikutus, tapaamisia on ollut 2-7 alueittain ja osallistujamäärä vaihdellut ryhmäkohtaisesti kolmesta yli pariin kymmeneen.

Tukiäititoiminta

Joillakin paikkakunnilla on mahdollista tavata vertaistukiäitiä kahden kesken 1-3 kertaa. Ensimmäinen tapaaminen on aina julkisella paikalla ja sen jälkeen tapaamispaikka sovitaan yhdessä. Tukiäititoiminta sopii erityisesti niille apua tarvitseville äideille, jotka eivät halua mennä isompaan ryhmään tai soittaa kenellekään.

Vertaistukiryhmien jouduttua tauolle suuressa osassa maata moni vertaistukija teki enemmän etäauttamista tukiäitinä sähköpostilla tai Teamsilla, näin lisääntyneisiin tukipyyntöihin on saatu vastattua äideille eri puolilla maata. Vuonna 2021 tukiäitisuhteita oli 47 (saman autettavan kanssa on voitu vaihtaa useampi viesti, lasketaan yhdeksi autettavaksi), siinä missä tukiäitisuhteita oli 32 vuonna 2020.

Vertaistukipuhelin

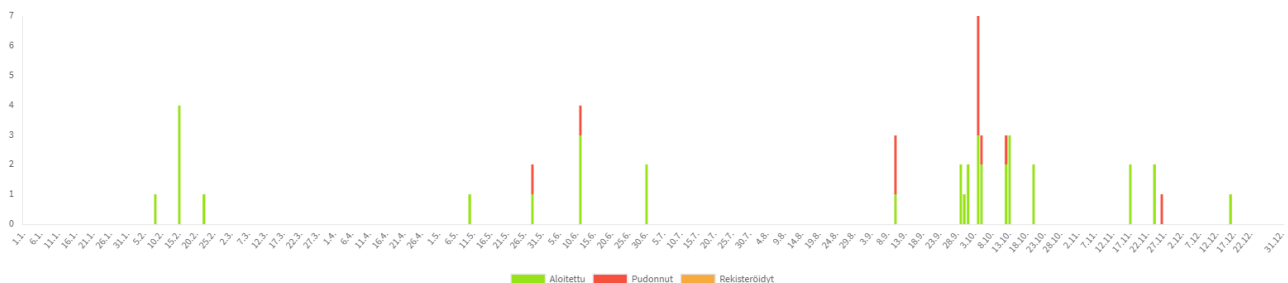
Vertaistukipuhelin numerossa 040 746 7424 vastaa vuoden jokaisena viikkona, on tavoitteemme ja siihen likipitään päästiin vuonna 2021. Puhelimeen vastaavat synnytysmasennuksesta toipuneet tehtävään koulutetut vertaistukiäidit. Vertaistukipuhelimen vastausaika vakioitiin syksyllä 2020 ja vuoden 2021 alusta ajankohta on ollut tiistai-iltaisina ns. Pikku kakkosen aikaan eli klo 17-19. Tämä on nostanut puhelumääriä, ensimmäistä kertaa vuosiin. Vertaistukipuhelimessa päivystettiin vapaaehtoisten toimesta 46 viikkoa (2h/vko) ja soittoja tuli 42, siinä missä edellisvuonna 32.

Vertaistukipuhelimen kohdalla näkyy yhteiskunnallinen muutos, jossa puhelimella puhuminen vähenee. Äimä ry haluaa kuitenkin tarjota puhelintukea, koska se on aidosti valtakunnallinen palvelumuoto, jonka avulla voi soittaa vuoden jokaisena viikkona mistä päin Suomea tahansa. Puhelimeen soittaneet äidit ovat olleet tyytyväisiä saamaansa apuun ja kiitelleet palvelua.

Myös Äimän henkilökunta saa jonkin verran soittoja lähinnä läheisiltä, jotka miettivät kuinka voisi auttaa perhettä, jossa äiti on masentunut. Näiden puheluiden funktio on tarjota kuuntelija ja ohjata äitiä/perhettä avun ja vertaistuen ääreen.

Chat-auttaminen

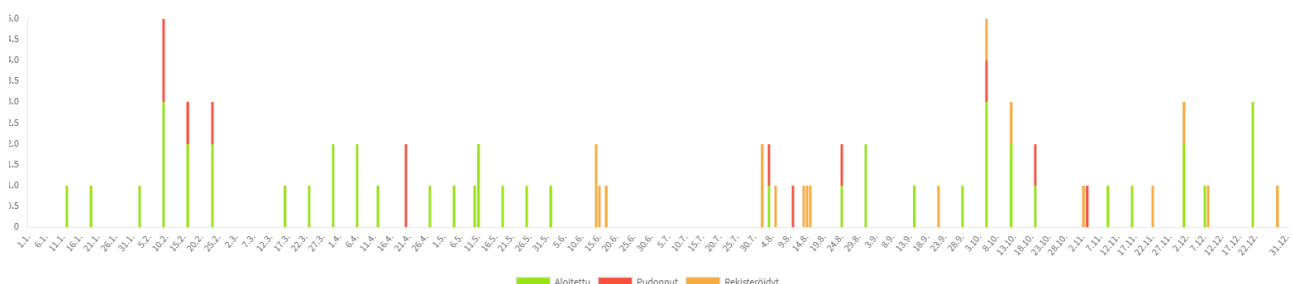
Äimän chat-auttamista tehosti vuonna 2021 avattu vertaistukichat -mahdollisuus sivuillamme. Tammikuussa 2021 sivuillamme aukesi ns. ponnauduschat myös vertaistukijoiden pitämänä työntekijöiden pitämän neuvontachatin rinnalle (voivat olla auki myös yhtä aikaa), tällaista oli toivottu. Vertaistuellinen chat oli auki vain toisinaan vuoden 2021 aikana, vapaaehtoisten omien aikataulujen mukaisesti, mutta autettavat todella löysivät tämän tukimuodon ja kävijämäärät nousivat viikoittain aina kun joku vertaistukija ehti päivystyksiä avata. Vertaistuelliset chatit ovat myös paljon pidempiä kuin työntekijöiden ylläpitämät, keskimääräinen keskustelu-aika oli yli 32 minuuttia. 77 % tulleista yhteydenotoista pystyttiin vastaamaan vuonna 2021. Tämä olisi todella hyvä auttamismuoto ja siihen yritetään löytää lisää väkeä, esimerkiksi jos sähköpostituki on vapaaehtoiselle liian kuormittavaa, toisinaan pidetty chat-vuoro voisi olla suoraa tukea mutta nopeammassa muodossa. Alustana Ninchat on erittäin helppo ja toimiva.



Kuva vertaistukichatin tilaistoista, kysyntä nousee kun se on auki säännöllisesti ja osalle ei pysty aina vastaamaan (näkyvillä punaisella jonossa, vihreä on vastattu, yksittäinen punainen viiva päivälle on koulutukseen liittyvä testi).

Äimän työntekijöiden pitämä neuvontachat toimii samalla alustalla erillisenä linjana, sitä on pidetty joka viikko tiistaisin klo 13-15, pois lukien heinäkuu ja joulun välipäivinä keskiviikkona tiistain sijaan. Tämä on hyvä ja helposti lähestyttävä tukimuoto, vaikka usein yhteyttä ottavat kaipaavat juuri vertaistukea tiedon lisäksi. Ajankohtana tiistaisin klo 13-15 toimii hyvin, vertaistuen hakijat voi ohjata soittamaan vertaistukipuhelimeen samana päivänä klo 17-19.

Ninchatissa eli ponnauduschatissa sivuillamme on myös se hyväksi havaittu toiminto, että sitä kautta Äimälle voi jättää myös yhteydenottopyynnön. Näissä oli katkoa alkuvuodesta ennen kuin päivityksessä tullut vika huomattiin, mutta nyt sitä kautta tuli 18 yhteydenottopyyntöä, joihin työntekijät vastasivat sähköpostitse eli mikäli chat ei ole auki kun äiti sivuille tulee, hän voi jättää tällaisen pyynnön mihin vastataan mahdollisimman pian työajalla.



Sama kuva, työntekijöiden pitämästä neuvontachatista. Tässä punainen yhteydenotto voi olla myös äiti, joka ottaa yhteyttä mutta poistuu kun huomaa vastaajan olevan työntekijä, ei vertaistukija. Oranssit palkit ovat rekisteröityneitä yhteydenottopyyntöjä.

Ryhmächatteja pidettiin alkuvuodesta 2021 entiseen tapaan Väestöliiton Hyvä kysymys -alustalla, mutta loppuvuodesta nämä jäivät pois. Tähän tukimuotoon kaipaisimme myös lisää vapaaehtoisia.

Äpsy-toiminta

Äimä ry:llä on erikseen toimintaa vauva-ajan psykoosin kokeneille äideille. Äpsyen valtakunnallinen ryhmä on kokoontunut Vantaalla joko kokonaan etänä tai etämahdollisuudella. Ryhmän etätapaamiset ovat mahdollistaneet paremmat mahdollisuudet osallistua ja ryhmään on saatu uusia jäseniä. Vuonna 2021 äpsyen toiminnalle käynnistettiin alaryhmä "Bipsyt" eli bipolaarisuuteen sairastuneiden äitien oma ryhmä, joka kokoontuu myös etänä. Äpsyille pystyttiin järjestämään kohtaava tapaaminen syyskuussa 2021 ja pikkujoulut. Joulukuussa 2021 jouduttiin sulkemaan Äpsyen suljettu keskustelupalsta sitä hoitavan vapaaehtoisen ajanpuutteen vuoksi. Korvaavaa toimintamuotoa keskustelupalstalle etsitään 2022.

Tapahtumasuunnittelu ja toteutus vuodelle 2021

Tavoitteidensa toteuttamiseksi Äimä ry oli tehnyt suunnitelman vuodeksi 2021 erilaisten tapahtumien järjestämiseksi kohderyhmälleen. Näitä oli tarkoitus toteuttaa eri puolilla maata, jotta olisimme päässeet lähelle pienten lasten äitejä ja perheitä, mutta pandemian myötä keskitimme tapahtumia alueille, joissa oli eniten kysyntää, vähentääksemme matkustamiseen liittyviä riskejä.

Koronapandemian vuoksi tapahtumat järjestettiin vielä etänä kevätkaudella 2021.

- Keväällä 2021 järjestettiin kuusi etäyhteyksin toteutettua, uupuneille äideille räätälöityä mindfulness-tuokiota jaksamisen tueksi. Näillä paikattiin kohtaavan vertaistuen päivän puuttuminen keväältä 2021. Verkkomindfulness-tuokiot piti Äidille apua -hankkeeseen rekrytoitu Inka Kansi ja tuokioihin osallistui niin apua tarvitsevia kuin vapaaehtoisia.

-Äimä sai Ensi- ja turvakotien liiton kautta apurahaa Hartwallin säätiöltä, alun perin jo vuodelle 2020. Apuraha oli tarkoitettu mukavaan koko perheen toimintaan lapsiperheille ja sille liitto sai anottua muutaman kuukauden lisää käyttöaikaa. Koska koronapandemia ei kuitenkaan hellittänyt odotetusti vuonna 2021 päätettiin Äimässä käyttää tämä raha tarjoamalla etänä striimattua nukketeatteria lapsiperheille, ajatuksella että äiti saa hetken hengähdysaikaa, koko perheelle tarjotaan mahdollisuus yhteiseen tekemiseen ja Äimän kautta rahaa tukee pandemian vuoksi ahdinkoon joutunutta kulttuurialaa. Pyrittiin löytämään esitys, joka budjetin rajoissa voidaan toistaa useampaan kertaan eli jos perheessä ollaan estyneitä tai yhteys on huono, esityksen pääsee katsomaan. Esittäjäksi valikoitui entinen läänintaiteilija, lastenkulttuurin valtionpalkinnon saanut ja kansainvälisesti esiintynyt nukketeatteri Reaktori ja Aapo Repo. Vauvoillekin suunnattu paperiteatteriesitys "Unipuu -mistä unet tulevat ja minne ne menevät" esitettiin kolmesti ja taaperoista alakouluikäisille suunnattu "Siilin talvi" kahdesti striimattuina kevään 2021 aikana. Aapo Repo vielä mahdollisti striimin katsomisen tallenteena muutaman päivän ajan.



Unipuu



Siilin talvi

- Vuosikokous ja sitä edeltänyt vapaaehtoisten koulutuspäivä pidettiin etänä.

Syyskaudella, käytännössä syyskuusta marraskuun loppuun Äimä pystyi järjestämään yleensä koko vuoden ajalle sijoitetut kohtaavat tapahtumat:

- Vapaaehtoisten koulutusviikonloppu 4.-5.9.2021 Helsingissä
- Vauva-ajan psykooseihin sairastuneiden äpsy-äitien viikonlopputapahtuma 2.-3.10.21
- Parisuhdepäivä (ja yöpymismahdollisuus) 2.10.2021 Nuuksiassa, ohjelma yhdessä Parisuhdekeskus Katajan kanssa
- Perheviikonloppu 30.-31.10.2021 Ikaalisten kylpylässä
- Vapaaehtoisten kiittämistilaisuus 20.-21.11.2021 Helsingissä
- Vertaistuen päivä kohtaavana 27.11.2021 Helsingissä.

Vapaaehtoistoiminnan kehittäminen:

- Vapaaehtoistoiminnan mainonnassa ja perehdytyskoulutuksen sisällössä on otettu aiempaa enemmän huomioon myös muiden kuin vertaistukihenkilöiden mahdollisuus toimia vapaaehtoisena.
- Korona muutti vapaaehtoisille järjestettävien tapahtumien suunnitelmia. Vuonna 2021 vapaaehtoisille on järjestetty kolme kaikille vapaaehtoisille suunnattua koulutusta ja uusille vapaaehtoisille yksi perehdytys päiväkoulutuksena keväällä ja useamman illan vastaava kokonaisuus syksyllä, perehdytyksiin etsitty vapaaehtoisille toimivaa tapaa.
- Vuoden 2021 aikana vapaaehtoistyön koordinaattori ehti vierailla kolmella eri paikkakunnalla tapaamassa ryhmänohjaajia.
- Vapaaehtoistoiminnan perehdytykseen sekä vapaaehtoisten chat-koulutukseen on luotu runko sekä materiaalit etäkoulutusta varten, vapaaehtoisten perehdytysmalli kirjattu ylös jo aiemmin.
- Uusia vapaaehtoisia on aloittanut vuoden 2021 aikana 17.
- Vapaaehtoisten vertaistukijoiden kokemuksia Äimän tarjoaman toiminnan hyödyllisyydestä ja autettavien perheiden tarpeista kerättiin useilla tavoin: Google Forms-kyselyllä, haastattelemalla ja vapaaehtoisten koulutuksissa kyselemällä. Näin saatiin arvokasta palautetta ja ideoita missä kaikkialla Äimän tulisi olla ja eri tavoin mukana sairastuneiden äitien ja perheiden auttamiseksi, nämä hyödynnettiin vuoden 2022 toiminnan suunnittelussa. Edellä mainituin tavoin saatiin kokemuksia eri puolilla Suomea toimivilta vapaaehtoisilta. Forms -kyselyssä nousi myös esiin, että

aiempina vuosina Äimän vapaaehtoisten perehdytys ei ole ollut niin hyvällä tasolla kuin nykyisin, eli eräänlaista kertauskoulutusta kaivataan, tähän tartumme 2022.

STEAlle tilastoitu vapaaehtoistyön tuntimäärä 2021:

Äimän koulutetut vertaistukijat käyttivät Äimän auttamistyöhön aikaa tilastojemme mukaan vähintään (osa on voinut käyttää enemmänkin, tilastoidaan aina vähimmäismäärä esimerkiksi ryhmän kesto, ei valmistelu-aikaa ellei ilmoitettu):

Tukiäititoimintaan 104 tuntia eli keskimäärin 2,21 tuntia/tukisuhde

Ryhmätoimintaan 69 tuntia ohjaajana vertaistuellisessa tapahtumassa ja 180 tuntia vertaistukiryhmiin eli yhteensä ryhmätoimintaan 249 tuntia vapaaehtoistyötä.

Puhelin- ja verkkoauttamiseen 46 puhelinpäivystyskertaa (2 tuntia/kerta) = 92 tuntia

ja verkkoauttamiseen 28 päivystyskertaa eli 63 tuntia, yhteensä 155 tuntia.

Tapahtumiin vertaistukijat käyttivät 53 tuntia vapaa-aikaansa ja Äimä ry:n tukitehtäviin v. 2021 309 tuntia.

Suoraan vertaistukeen siis 561 tuntia, kaiken kaikkiaan äimäläiset tekivät 876 tuntia arvokasta vapaaehtoistyötä.

VIESTINTÄ

Äimän tiedotuslehti Äimän Käki ilmestyi vuonna 2021 kerran. Lehti postitettiin kaikille jäsenille.

Äimän esitteet ja oppaat vastaavat edelleen tarvetta eli niihin ei ole tehty suuria muutoksia. Esitteiden päivityksissä on pyritty siihen, etteivät ne vanhenisi esimerkiksi henkilöstövaihdosten yhteydessä. Esitteitä ja oppaita tilataan edelleen runsaasti mm. neuvoloihin.

Valtakunnalliset neuvolapäivät 2021 toteutettiin webinaarina teemasta ”Äitiys- ja mielenterveys”, Äimän virtuaalisella ständillä kävi 90 osallistujaa.

Alkuvuodesta 2021 Äimän verkkosivut toteutettiin tiivistelmien sijasta kokonaan kieliversioina englanniksi ja ruotsiksi. Verkkosivuilla oli 28 689 kävijää, FB ja IG toivat näkyvyyttä ja julkaisuja jaettiin eteenpäin.

Viestinnän tueksi Äimä ry hintavertaili ja valitsi ammattilaiset toteuttamaan Äimälle viestintästrategian loppuvuodesta 2021. Tämän työstö käynnistyi heti tammikuussa 2022.

HALLITUS

Äimä ry:n toiminnan suuntaa suunnittelee ja toteuttaa vertaisäideistä koostuva hallitus, jossa on ja toivotaan jatkossakin olevan eri alojen osaamista ja kokemusta tuen tarpeesta eri vaiheissa. Äimä ry:n hallitus valitaan yhdistyksen vuosikokouksessa. Äimä ry:n hallitus toimeenpanee yhdistyksen kokouksessa tehtyjä päätöksiä. Hallitus vastaa siitä, että Äimä ry toteuttaa sääntöjään ja tarkoitustaan vastaavaa toimintaa tuloksellisesti. Hallitus vastaa Äimä ry:n toiminnan suunnittelusta ja kehittämisestä sekä erilaisista valmistelutoimista, jotka edistävät yhdistyksen tarkoitusta ja tavoitetta. Tehtävät on määritelty tarkemmin Äimän säännöissä.

Vuoden 2021 alussa Äimä ry:n vetovastuussa toimi vuoden 2020 vuosikokouksessa (poikkeuksellisesti pidettynä vasta syksyllä koronapandemian takia 13.8.2020) valittu uusi hallitus: puheenjohtajana jatko Marianna Pere ja muina jäseninä Johanna Wartio (varapuheenjohtaja), Miia Leonsaari (rahastonhoitaja) sekä uusina jäseninä Sanna Silvennoinen ja Emma Catani. Vuosikokouksessa keväällä 13.4.2021 valittiin uusi hallitus: puheenjohtajajääneystyksen perusteella valittiin yksimielisesti Johanna Wartio, sekä muut hallituksen jäsenet Miia Leonsaari, Sanna Silvennoinen, Emma Catani (varapuheenjohtaja) ja Senja Tiikkainen.

Uusi hallitus järjestäytyi kokouksessaan 23.4.2021. Äimän hallitus on kokoontunut vuonna 2021 yhteensä 10 kertaa, joista 7 kertaa on ollut uuden hallituksen kokouksia. Kokoukset on pidetty Teamsissa. Kaikki kokoukset on todettu päätösvaltaisiksi.

MUUT LUOTTAMUSHENKILÖT

Äimä ry:n pitkäaikainen puheenjohtaja Marianna Pere valittiin toistamiseen Ensi- ja turvakotien liiton liittohallituksen varajäseneksi keväällä 2021. Tätä kautta Äimä ry pääsee entistä paremmin vaikuttamaan koko Ensi- ja turvakotien liiton toimintaan ja Äimän asioiden näkymiseen siellä.

JÄSENET

Yhdistyksen päätösvalta kuuluu Äimä ry:n jäsenille. Yhdistyksen varsinaiseksi jäseneksi tai perhejäseneksi voidaan hyväksyä henkilö, joka hyväksyy yhdistyksen tarkoituksen. Kannattavaksi jäseneksi voidaan hyväksyä yksityinen henkilö tai oikeuskelpoinen yhteisö, joka haluaa tukea yhdistyksen tarkoitusta ja toimintaa. Yhdistyksen jäsenet hyväksyy ja erottaa yhdistyksen hallitus. Hallitus voi erottaa jäsenen yhdistyksestä, jos jäsen on jättänyt jäsenmaksunsa maksamatta tai muuten jättänyt täyttämättä ne velvoitukset, joihin hän on yhdistykseen liittymällä sitoutunut tai on menettelyllään yhdistyksessä tai sen ulkopuolella huomattavasti vahingoittanut yhdistystä tai ei enää täytä laissa taikka yhdistyksen säännöissä mainittuja jäsenyyden ehtoja.

Yhdistyksen jäsenet valitsevat yhdistykselle hallituksen ja tilintarkastajan. Yhdistyksen jäsenet vastaavat siitä, että yhdistys toteuttaa sen säännöissä määrättyä tehtävää ja tarkoitusta sekä valvoo sitä, että yhdistys toteuttaa toiminnalle asetetut taloudelliset ja sosiaaliset tavoitteet. Vuonna 2021 Timo Tarkela jatkaa varsinaisena tilintarkastajana ja varalla on tilintarkastustoimisto Ojala & Tarkela tilintarkastusyhteisönä.

31.12.2021 jäseniä oli 370.

VAPAAEHTOISET

Kaiken pandemian tuoman toiminnan muutoksen keskellä Äimän pitkäaikaiset vertaistukijat ovat pysyneet hienosti haasteissa mukana. Vuonna 2021 aktiivisesti mukana toimijoita oli 55 vapaaehtoista ja mukaan koulutettiin ennätyselliset 17 uutta vapaaehtoistoimijaa(!), verrattuna edellisvuoden 8 uuteen. Jokaista tulijaa tarvitaan todella, onhan myös luonnollista, että jossain vaiheessa pitkäaikaisia ja vuosia toimineita vapaaehtoisia jää pois Äimän toiminnasta. Vapaaehtoisemme ovat suurimmaksi osaksi itse sairauden kokeneita äitejä, mutta nyt listoillamme on myös kaksi isää. Muutamilla paikkakunnilla meillä on useampia vapaaehtoisia, mutta monin paikoin vertaistukija on yksin ja saattaa tukiäitinä auttaa isoakin aluetta. Äimällä on vielä matkaa siihen, että kaikilla 21 hyvinvointialueella olisi edes yksi vertaistukiäiti, mutta sitä kohden pyritään.

HENKILÖKUNTA

Äimä ry:n vakituinen henkilökunta Ak-rahoituksella koostuu kolmesta henkilöstä; toiminnanjohtaja, vapaaehtoistyön koordinaattori Heli Mikkola ja järjestösihteeri Sanna Karhula. Vuonna 2021 alussa Äidille apua -hankkeessa toiminut Niina Kettunen siirtyi muihin töihin ja hänen tilalleen hankkeen projektikoordinaattoriksi ja kouluttajaksi palkattiin Inka Kansu, joka otti hanketyön nopeasti haltuun koronapandemian haasteista huolimatta.

Näiden lisäksi Ilona Ojankoski teki Äimän käen keväällä 2021, erillisellä työ sopimuksella.

Äimän toimistolla on hyvä ja toimiva tiimi, yhteishengestä pyritään huolehtimaan monin tavoin koronapandemian ja etätyön haasteista huolimatta. Meillä on töissä osaavia, työlleen sitoutuneita

ammattilaisia, jotka tiiminä ratkovat erilaisia haasteita ja pyrimme levittämään neljän työntekijän resursseilla mahdollisimman moneen yhteistyöverkostoon. Jokainen tietää kuitenkin olennaisimman ydintehtävänsä ja autettavat äidit menevät kaiken ohi kiireellisyysjärjestyksessä. Yhteinen henki on hyvä ja henkilöstön jaksamisesta huolehditaan, työtä on enemmän kuin aikaa sitä tehdä, joten toisinaan joudumme priorisoimaan tehtäviä aika lailla. Hyvä yhteishenki ja se, että Äimä ry on nykyisin aidosti perheystävällinen työpaikka, auttaa jaksamaan.

ÄIDILLE APUA –HANKE

Äidille apua -hanke jatkoi toimintaansa vuonna 2021 uuden projektikoordinaattorin, Inka Kansin, astuttua Niina Kettusen kenkiin maaliskuussa 2021. Hankkeessa järjestettiin vuoden 2021 aikana yhteensä 31 koulutusta ympäri Suomen. Koulutuksiin osallistui yhteensä 478 ammattilaista ja 87 opiskelijaa. Suurin osa koulutuksista järjestettiin etäyhteyksillä, mutta muutamia saatiin koronarajoitteiden puitteissa järjestettyä myös lähikoulutuksina.

Koulutuksilla lisättiin sosiaali- ja terveysalan ammattilaisten sekä opiskelijoiden tietoutta perinataalipsykiatrian sairauksista ja koulutettiin heitä huomaamaan äidin ja perheen tuen tarve sekä ottamaan äidin psyykinen vointi aktiivisesti puheeksi. Uusia kohderyhmiä aiempaan vuoteen verraten olivat kättilöt, vapaaehtoiset (MLL) ja opiskelijat. Koulutusten myötä luotiin käytännön työkaluja tilanteen ja tarvittavien tukitoimien arvioimisen tueksi ja kehitettiin selkeitä käytäntöjä ammattiavun ääreen ohjauksessa. Kohderyhmiä koulutettiin käyttämään puheeksi ottamisen tukena hankkeessa vuonna 2020 luotuja puheeksi ottamisen mallia ja Kuinka sinä voit? -pöytäpuhujia -opasta sekä Itku- ja unitauti -opasta. Vuonna 2021 käännettiin ja toteutettiin Kuinka sinä voit? -pöytäpuhujasta ruotsinkielinen versio. Kättilöille räätälöitiin koulutusmateriaaliin oma osuus, jossa käsitellään aiheen puheeksi ottamista ja äitien oikeanlaista kohtaamista synnytyslaitoksella.

Hankkeen puitteissa tehtiin myös yhteensä 12 vierailuluentoa äitien ryhmiin. Luennot sisälsivät helposti ymmärrettävää tietoa perinataalipsykiatrian sairauksista ja niiden tunnistamisesta, Äimän toiminnasta sekä siitä, miten hakeutua avun piiriin. Luennoilla rohkaistiin äitejä puhumaan olostaan ja korostettiin riittävän hyvän vanhemmuuden riittävyyttä sekä sitä, ettei masennuksessa ole mitään hävettävää. Vierailut sisälsivät myös keskustelua aiheesta.

Projektikoordinaattori tuotti Tukea äideille -verkkokurssin Väestöliiton Hyvä kysymys -alustalle. Kurssi on suunnattu äideille, jotka ovat huolissaan omasta jaksamisestaan ja hyvinvoinnistaan. Se tarjoaa helposti ja yksinkertaisesti saatavilla olevaa tietoa perinataalipsykiatrian sairauksista sekä oloa helpottavia pohdintoja, vinkkejä ja harjoituksia.

Koulutuksista kerättyjen palautteiden mukaan koulutukset lisäsivät ammattilaisten tuntemusta perinataalipsykiatrian sairauksista, niiden tunnistamisesta ja hoitoon ohjaamisesta (169 vastaajaa 181 vastaajasta). Suurin osa palautetta antaneista sanoi kokevansa, että koulutuksen jälkeen aihe on helpompi ottaa puheeksi äitien ja perheiden kanssa (148 vastaajaa 160 vastaajasta). Koulutukset saivat runsaasti erinomaista palautetta, joissa myös monesti mainittiin valtava tarve juuri tämäläisille koulutuksille. Puheeksi ottamisen opas otettiin pääosin vastaan hyvänä uutena työkaluna ja palautteiden mukaan moni koulutuksiin osallistunut aikoi ottaa sen käyttöön työssään. Koulutuksen materiaaleja ja Äimän esitteitä tilattiin lähes jokaiseen koulutettuun yksikköön.

Äidille apua -hanke sai jatkorahoitusta ja jatkaa toimintaansa kevääseen 2023 saakka.

ÄIMÄ RY:N YHTEISTYÖKUMPPANIT VUONNA 2021

Äimä on **Ensi- ja turvakotien liiton** jäsenyhdistys. Liiton kautta Äimä saa tarvittaessa tukea käytännön ongelmissa ja liitto tarjoaa ajankohtaista tietoa niin erilaisiin toimintoihin kuin vaikkapa koulutuksia Äimän työntekijöille ja vapaaehtoisille. Koronapandemian aikana liitto on esimerkiksi tiivistänyt yhteistyötä jäsenjärjestöjen välillä joka toinen tai kolmas viikko pidettävillä toiminnanjohtajien Teams-palaverilla, mitä kautta on saanut neuvoja ja tukea järjestössä ajankohtaisiin asioihin. Lisäksi Äimä on sitoutunut vuonna 2018 liitossa alkaneeseen Vaikuttavuus esiin -hankkeeseen, joka edistää toimintojen vaikuttavuuden mittaamista. Äimän toiminnanjohtaja toimi hankevaiheen ajan hankkeen ohjausryhmässä, tämä työskentely päättyi loppuvuodesta 2021. Äimä on sitoutunut myös liiton kaikki järjestöt kattavaan uuteen yhteistyöhankkeeseen "Vauva- ja väkivaltatyön erityisosaamisen juurruttamiseen osaksi sotekeskuksia ja niiden osana toimivia perhekeskuksia sekä muille hyvinvointialueille ja sisällöllisen erityisosaamisen alueille levitettävien toimintamallien kehittämiseen (Vauva- ja väkivaltatyötä tulevaisuuden sotekeskuksiin 2022-2024)". Äimä ry saa myös Ensi- ja turvakotien liiton kautta erilaisia lahjoituksia ja tapahtumia, joita voidaan suunnata jäsenistön perheille.

Myös muut liiton jäsenyhdistykset ovat yhteistyökumppaneita. Eniten yhteistyötä Äimä ry tekee muiden pienten ja osa myös valtakunnallisesti toimivien ETKLään kuuluvien järjestöjen kuten Kaapatut Lapset ry, Suvanto Suomen turvallinen vanhuus, Lyömätön linja Espoossa sekä Pienperheyhdistyksen kanssa.

Lasten Kesä ry:n kanssa hankeyhteistyö jatkui vielä vuoden 2021 loppuun, koska koronan vuoksi hankerahaa riitti. Lasten Kesä ry:n hallinnoima hanke "Leiritoiminta perheitä tukemassa" tukee perheitä, jotka kokevat tarvitsevansa monenlaista tukea. Hankkeen aikana sama perhe käy läpi aloitusleirin sekä useita jatkoleirejä. Hanke on tarjonnut Äimä ry:n perheille pidempiaikaista, monipuolista ja perheiden tarpeisiin osuvaa tukea. Äimällä oli edustus hankkeen ohjausryhmässä.

Äimä ry on ollut mukana **Lastensuojelun Keskusliiton Perheet keskiöön! –hankkeessa**, jonka pää tavoitteena on kiinnittää järjestöjen tarjoama tuki ja palvelut osaksi perhekeskustoimintaa koko valtakunnan alueella. Hanke kouluttaa perhekeskustoimijoita ja tuottaa materiaalia perhekeskustoimijoiden työn tueksi. Hankkeen nimi Perheet keskiöön! viittaa siihen, miten perhekeskustoiminnan kehittämisessä perheet ovat keskeisessä asemassa. Hankkeen kautta tietoa myös Äimän tuesta on saatavilla valtakunnallisesti. Tässäkin toiminnassa hankevaihe päättyi vuoden lopussa, mutta hyvä työ kantaa ja yhteistyö tulee jatkumaan jossakin muodossa myös tulevaisuudessa.

Äimä ry tekee yhteistyötä **Lahjoittamon** kanssa, joka on Goodwill ry:n voittoa tavoittelematon palvelu, jossa yksityiset lahjoittajat kohtaavat apua tarvitsevat. Sivujen kautta voi lahjoittaa Äimän toimintaan omavalintaisen summan. Näillä varoilla voi tukea esim. väsyneen äidin pelastuspakkauksen hankintaa, auttaa ylläpitämään vertaispuhelinpäivystystä masentuneille äideille tai osallistua ystävän löytämiseen yksinäisille äideille. Valinnaisesti myös pelkkä lahjoitus yleiseen toimintaan on mahdollista. Lahjoitetut varat rekisteröidään sivuilla ja menevät suoraan kohdennettuna avuntarvitsijoille eli Äimän toimintaan. Yhteistyö käynnistyi vuonna 2021 Lahjoittamon pyytäessä Äimää mukaan.

Miessakit ry:n kanssa yhteistyömme kuihtui huomattavasti vuonna 2021, sillä Miessakit ei saanut jatkorahoitusta Äimälle erittäin tärkeälle MASI-hankkeelle, joka auttoi isiä perheissä, joissa on masennusoireita. Tämän vuoksi vuonna 2021 isille tarjottava tuki oli hyvin satunnaista. Äimä kuitenkin tuki toimintasuunnitelmansa mukaisesti Miessakkeja jatkorahoituksen saamisessa toiminnalle ja tämä toi tulosta, Miessakit sai vuodesta 2022 alkaen jatkuvamman rahoituksen tälle toiminnalle ja toivottavasti saavat pian uudestaan tämän toiminnan käyntiin. MASI ylläpitää isien toimintakykyä sekä edistää heidän hyvinvointiaan perheissä, joissa jommallakummalla vanhemmista on masennusta tai siihen viittaavaa oireilua.

Äimä ry tekee yhteistyötä **Parisuhdekeskus Katajan** kanssa. "Kun puoliso sairastaa" on luotu Katajan "Kun lapsi sairastaa"-palvelukokonaisuuden rinnalle. Äimä ry tuo tähän kokonaisuuteen oman osaamisensa mm. synnytyksen jälkeisen masennuksen kohdanneille perheille. Äimän aktiivinen vaihe Parisuhdekeskus Katajan sparrauksessa päättyi vuoteen 2021, mutta koska vapaaehtoisemme kautta nousi paljon lisätarpeita

toiminnalle ollaan yhteistyötä jatkamassa myös vuonna 2022, Katajan ja rintasyöpäjärjestöjen + Äimän yhteisellä verkkokurssilla parisuhteiden tueksi.

Väestöliiton sivusto Hyvä Kysymys tuo suomalaisten järjestöjen tuottamat palvelut ja vertaistuen kaikkien ulottuville. Palvelun tuottaa ja toteuttaa Väestöliitto yhteistyössä kumppanijärjestöjen kanssa Äimä on yksi näistä järjestöistä. Hyvä Kysymys -sivustolta löytyvät Äimän tarjoamat palvelut, tietoa synnytysmasennuksesta ja vauva-ajan psykooseista sekä videoita Äimän toiminnasta. Ryhmächatimme, verkkokurssit sekä yksilöchatit toimivat tällä alustalla.

Äimä ry tekee yhteistyötä myös **kunnallisten ja hyvinvointialueiden toimijoiden** kanssa, vuonna 2021 Äimä ry kutsuttiin kehittämään Hyvinkään sairaalan ja jatkossa myös muiden HUS-sairaaloiden äitiyspoliklinikkojen toimintaa ja syksyllä Itä-Uudenmaan alueen uupuneille perheille tarjottavia palveluita. Olemme aina avoimia tällaisille yhteistyökutsuille, resurssiemme puitteissa.

Suomen perinataalimielenterveys ry:n kautta Äimä pääsi kiinni Suomen eduskuntaan perustettuun, kaikkien puolueiden edustajat ja asiantuntijajäseniä sisältävään **Turvallisen odotus- ja vauva-ajan työryhmään**. Äimä ry hyväksyttiin ryhmään loppuvuodesta 2021, varsinaiseen vaikuttamistyöhön päästiin kiinni keväällä 2022. Äimää edustaa ryhmässä toiminnanjohtaja, sillä kokoukset ovat päiväaikaan ja viestintä välillä hyvin kiivasta/välitöntä reagointia vaativaa, että Äimän näkemykset tulevat kuulluiksi.

Oppilaitosyhteistyö

Äimä ry tekee oppilasyhteistyötä mm. Metropolia Ammattikorkeakoulun sekä DIAKin kanssa.

Äimän jäsenyydet:

EAPN-FIN, Suomen köyhyyden ja syrjäytymisen vastainen verkosto on avoin verkosto köyhyyttä ja syrjäytymistä vastaan toimiville järjestöille, ryhmille ja kansalaisille. (European Anti Poverty Network)

Ensi- ja turvakotien liitto on valtakunnallinen lapsi- ja perhejärjestö, joka auttaa vaikeissa ja turvattomissa oloissa eläviä lapsia ja perheitä sekä tekee perheväkivaltaa ehkäisevää työtä.

Hyvinvointiala HALI ry edustaa yksityistä sosiaali- ja terveysalaa sekä varhaiskasvatuksen palveluja tuottavia yrityksiä ja järjestöjä. Se neuvottelee alan yleissitovat työehtosopimukset ja valvoo jäsenten yhteisiä etuja sekä tarjoaa neuvontaa työoikeudellisissa ja elinkeinopolitiikan kysymyksissä.

SOSTE Suomen sosiaali- ja terveys ry kokoaa yhteen yli 200 sosiaali- ja terveysjärjestöä rakentamaan sosiaalisen hyvinvoinnin ja terveyden edellytyksiä, osallistumismahdollisuuksia sekä oikeudenmukaista ja vastuullista yhteiskuntaa.

Suomen Perinataalimielenterveys ry on uskonnollisesti ja poliittisesti sitoutumaton valtakunnallinen yhdistys, jonka tavoitteena on perheiden mielenterveyden edistäminen raskausaikana ja synnytyksen jälkeen, yhteiskunnallinen vaikuttaminen, tiedon välittäminen ja ymmärryksen lisääminen perinataalipsykiatriasta sekä perinataalipsykiatrisen moniammatillisen yhteistyön ja hoitopolkujen kehittäminen. Yhdistys toimii asiantuntijafoorumina ja kouluttajana sosiaali- ja terveydenhuoltoalan ammattilaisille tutkimus-, asiantuntija- ja kokemusasiantuntijatietoon perustuen. Äimän toiminnanjohtaja - liittyi yhteisöjäseneksi tähän ammattilaisten järjestöön elokuussa 2021, meillä on yhteinen vaikuttamisen tavoite eli saada Suomeen perinataalimielenterveyteen erikoistunut poliklinikka. Äimän vertaistukijat olivat kokemuspuhujina The First Finnish Perinatal Mental Health Conference 21.-22.6.21 webinaarissa, joka oli kansainvälinen konferenssi äitien saaman hoidon kehittämisestä, järjestäjä Suomen perinataalimielenterveys ry.

Varsinais-Suomen lastensuojelujärjestöt VSLJ on lasten, nuorten ja lapsiperheiden parissa työskentelevien järjestöjen alueellinen asiantuntija- ja vaikuttajajärjestö.

Liitteenä vuosikello ja lista erilaisista sote-uudistukseen liittyvistä työryhmistä, joissa Äimän työntekijät ovat mukana.

Tärkeimpiä lukemia/asioita vuodesta 2021:

- Äimän vapaaehtoistyössä aloitti 17 uutta äitiä
- Vertaistuellinen ponnahduschat aukesi Äimän sivuille tammikuussa 2021
- Äimän verkkosivut käännettiin kokonaan englanniksi ja ruotsiksi tiivistelmien sijaan.
- Itseopiskelukurssi äitien tueksi toimitettiin ja aukesi Hyvä kysymys -alustalla
- Äimän kokemusasiantuntijoita ja puheenjohtajaa kuuli 121 ammattilaista kansainvälisesti Suomen perinataalimielen terveys ry:n webinaarissa ”The First Finnish Perinatal Mental Health Conference” 21.-22.6.2021
- Äimä sai toimintansa lopettaneelta Kotilieden kummikerholta 20 000 € lahjoituksen toimintaansa.
- Äimä ry pääsi mukaan Suomen eduskunnan turvallisen odotus- ja vauva-ajan työryhmään asiantuntijajäseneksi.

Yhteystiedot

Äidit irti synnytysmasennuksesta Äimä ry
Asemamiehenkatu 4, 6. krs, 00520 Helsinki
Puh. 040 725 6229
www.aima.fi
Y-tunnus 1650783-4

Toiminnanjohtaja Laura Piirainen puh. 045 845 2713
Järjestösihteeri Sanna Karhula puh. 040 725 6229
Vapaaehtoistyön koordinaattorin sijainen Tanja Laitila puh. 046 923 7643
Äidille apua -projektikoordinaattori Inka Kansi puh. 050 543 7798
Sähköpostit ovat osoitteella etunimi.sukunimi@aima.fi