



□ Mielenterveysyhdistys Pilke ry tarjoaa tukea vertaiselta vertaiselleen. Yhdistyksen 20-vuotista taivalta juhlittiin Rinkilänmäellä.

## Pilke ry tarjonnut 20 vuotta vertaistukea

Mielenterveysyhdistys Pilke ry on pieni, mutta toimiva yhdistys, jonka jäsenistö pitää huolta toisistaan. Pilkkeen väki kokoontuu kahden viikon välein Kiteen Tarinatuvalle ja kerran kuussa Korttelituvalle. Toiminta laajentui puolitoistavuotta sitten myös Kesälahdelle, jossa kokoonnutaan kerran kuussa.

Toimintaa Pilkkeellä on paljon suhteessa 60 hengen jäsenmäärään.

– Toimimme pääasiassa Kiteellä, mutta jäsenyys ole paikkakuntasidonnaista, yhdistyksen puheenjohtaja **Marja Juvonen** korostaa.

Pilkkeen toiminta perustuu vapaaehtoisuuteen ja vertaisuuteen. Porukka pitää huolta toinen toisistaan kuulumisia kysellen, tukien ja välittäen.

### Ansioituneille kunniakirjoja

Rinkilänmäelle Pilkkeen juhliin saapui salin täysi sekä yhdistyksen omaa että yhteistyötahojen väkeä. Juhlassa **Marja Juvonen** ja **Anne Pitko** jakoivat kunniakirjat ja ruusut yhdistyksen pitkäaikaisille ja ansioituneille vastuunkantajille.

Muistamiset saivat yhdistyksen perustajajäsen ja nykyinen sihteeri **Eija Vermasvuori**, vuodesta toiseen eri tehtävissä tunnollisesti työtä yhdistyksen hyväksi tekevä ja nykyinen rahastonhoitaja **Pentti Silvennoinen**, Pilkkeen internet-aikakauten johdattanut tiedottaja **Jaakko Juvonen** sekä **Ulla Kivistö**, joka jaksaa lähteä mukaan toimintaan aina riippumatta siitä sataako vai paistaa.



Pilke ry palkitsi juhlassa pitkäaikaisia järjestön aktiivisia jäseniä.

### Osaaminen saatava käyttöön

**Raimo Matikainen** oli aikanaan kiteeläisten apuna perustamassa Pilkettä. Hän muisteli lämmöllä yhdistyksen alkuaikojia ja otti kantaa siihen, miten mielenterveystyöhön yhteiskunnassamme suhtaudutaan. Järjestötyö voi olla tärkeä askel kuntoutumisen tiellä.

– Kuntoutuminen alkaa siitä, kun ihminen uskaltaa taas olla kansalainen. Kun uskaltaa sanoa sanottavansa, esittää mielipiteensä tai kertoa vaikkapa kritiikkiä jostakin asiasta, **Matikainen** totesi.

– Me pidämme selvänä, että

on reilua kanssaihmissä kohtaan kertoa muille vaikkapa, että on sairastunut dementiaan. Samoin pitäisi olla, jos on mielenterveysongelmia. Ei sairaus ole rikos!

– Mielenterveyskuntoutuksilla on paljon osaamista. Ihmisarvo ei rakennu sillä, että kuntoutujia juoksutetaan luukulta luukulle. Se rakentuu sillä, että osaaminen saadaan käyttöön.

– Maamme mielenterveysyhdistyksissä on ihmisiä, jotka ovat toimineet kymmeniä vuosia yhdistyksen vastuunkantajina ja siitä huolimatta heitä saatetaan pitää yhteiskunnalle muka kelvottomina.

**Matikainen** muistutti myös siitä, että mielenterveysongelma ei ole pysyvä tila.

– Meillä on esimerkkejä ihmisistä, jotka ovat saattaneet olla jopa 15-20 vuotta eläkkeellä mielenterveysongelmien vuoksi, mutta jotka ovat kuntoutuneet ja palanneet takaisin työelämään, **Matikainen** kertoi.

### Kärsiä-termi ei ole aina totta

Sosiaalityöntekijänä, vanhainkodin johtajana, päihdetyössä ja psykiatrian alalla työskennellyt **Raimo Ruttonen** peräänkuulutti puheenvuorossaan aitoa yhteisöllisyyttä

mielenterveystyön saralle. On aika panostaa siihen, että omaiset, ammattilaiset ja kuntoutujat itse yhdistävät voimansa yhteisen päämäärän saavuttamiseksi.

– Jokaisessa meistä on mahdollisista sairauksistamme huolimatta myös terveyttä ja tasavertaisuutta. Se pitäisi saada yhteiseen jakoon.

Juhlan päätteeksi **Eija Vermasvuori** kertoi valloittavalla tyyllillään oman vaiherikkaan elämäntarinansa, jossa on vaihdelleet hyvinkin erilaiset jaksot. Välillä **Eija** ei uskaltanut vuosikausiin poistua Kiteetä kauemmaksi ja vointi on vaatinut välillä myös sairaalajaksoja. **Eija** kokee sii-



**Raimo Matikainen** oli 20 vuotta sitten apuna yhdistyksen perustamisessa. Miehellä on edelleen sanansa sanottavana mielenterveystyön tilasta maassamme.

tä huolimatta, että hän elänyt aina täyttä elämää. Hän on löytänyt rinnalleen rakastavan puolison, opiskellut kunnianhimoisesti, saavuttanut lukuisia päämääriään, toteuttanut unelmiaan ja matkustellut ulkomaita myöten.

– Usein puhutaan ja kirjoitetaan niin, että se ja se kärsii mielenterveyden ongelmista tai sairaudesta. Se ei pidä aina paikkaansa. Eivät kaikki välttämättä kärsi. Voi olla ongelmia tai sairaskin, mutta niiden asioiden kanssa voi silti elää ihan hyvää elämää ilman kärsimystä, **Eija** muistutti.

Tulevaisuuteen katsoessaan **Eija** toivoo sitä, ettei mielenterveyspalveluista karsittaisi enää yhtään.

– Kasvamassa on rikko-naisten lasten ja nuorten sukupolvi, joka tulee tarvitsemaan tukea ja apua.

**Niina Nyrhinen**