



VUOSIKERTOMUS 2023



PARISUHDEKESKUS
Kataja

TOIMINNANJOHTAJAN TERVEISET



Vuosi 2023 oli järjestössämme vahvan vaikuttamisen, verkostojen kasvun ja uusien aluevaltauksien vuosi. Yhteistyökumppaneidemme, upean tiimimme, hallituksemme ja vapaaehtoistemme avulla saimme tehtyä kansallisesti näkyvää ja vaikuttavaa työtä.

Olen erittäin kiitollinen rahoittajamme STEA:n myöntämästä avustuksesta tälle toimintavuodelle. Tämän turvin tiimimme kasvoi ja pystyimme laajentamaan valtakunnallisia matalan kynnyksen palveluitamme tarjoamalla kokopäiväisesti maksutonta verkkovälitteistä Parivoima - parineuvontaa asiakkaille.

Järjestömme koordinoima Valtakunnallinen Parisuhdeverkosto kasvoi merkittävästi ja saimme tuoda verkoston jäsenien kanssa parisuhde- ja muita ihmissuhdeteemoja valtakunnallisesti esille. Turvallisuus ja parisuhde oli teemamme vuoden Valtakunnallisella Parisuhdeviikolla ja toimimme yhdessä teemaa näkyväksi verkoston kanssa.

Saimme kunnian myös olla järjestämässä Eduskunnan Parisuhdeverkostoa, jonka puheenjohtajana toimi vuonna 2023 Hilikka Kemppi. Verkoston taustalla toimii järjestömme koordinoima Valtakunnallinen Parisuhdeverkosto.

Parisuhde voimavaraksi -toiminnassamme yhteistyökumppaneidemme kanssa toimimme laajalti näkyviin sairauden ja parisuhdeiden teemoja edistääksemme ihmisten hyvinvointia haasteellisessa elämäntilanteessa. Asiaa ihmissuhteista - hankkeessamme (2022-2024) kehitimme toimintamalleja, jotta voimme tukea nuorten aikuisten hyvinvointia ja vaikuttaa ennaltaehkäisevästi ihmissuhdeongelmista johtuviin mielenterveyden haasteisiin.

Sinulle jäsenemme, haluan lähettää tässä kohtaa erityiskiitokset koko järjestömme puolesta, tuestasi vahvistavalle parisuhdetyölle ja perheiden hyvinvoinnin edistämiseksi.

On ilo ja kunnia edistää yhdessä kaikenlaisten perheiden ja parisuhdeiden tukea yhteiskunnassamme!

Suvi Laru

toiminnanjohtaja, Parisuhdekeskus Kataja ry

SISÄLLYS

05

PARISUHDEKESKUS KATAJA RY

07

PAREILLE SUUNNATTU TOIMINTA

09

PARISUHDE VOIMAVARAKSI -TOIMINTA

10

VAPAAEHTOISTOIMINTA

11

ASIAA IHMISSUHTEISTA -HANKE

12

AMMATTILAISILLE SUUNNATTU
TOIMINTA

13

KANSALLINEN VAIKUTTAMISTYÖ

15

VALTAKUNNALLINEN
PARISUHDEVIKKO

17

YHDISTYKSEN TOIMINTA

**VUOSI 2023
LUKUINA**

5113

Parisuhteen tuen
toimintaan
osallistuneet

1041

ammattilaista
koulutuksissa

60

toimijaa
Parisuhde-
verkostossa

303

Asiaa ihmissuhteista -
hankkeen toiminnoissa
mukana olleita

9

hallitusjäsentä

8

työntekijää

14

vapaaehtoista

7

harjoittelijaa

PARISUHDEKESKUS KATAJA RY

Parisuhdekeskus Kataja ry on toiminut 29 vuoden ajan ennaltaehkäisevän ja vahvistavan parisuhdetyön valtakunnallisena toimijana.

Tuemme pareja ja koulutamme vapaaehtoisia ja ammattilaisia. Lisäksi teemme vaikuttamistyötä, koska haluamme edistää keskustelua hyvinvoivan ja turvallisen parisuhteen merkityksestä yksilön ja koko perheen hyvinvoinnille, sekä rakentaa yhteiskuntaa, jossa parisuhteelle saa tukea ennaltaehkäisevästi ja haastavissa tilanteissa.

Järjestön **rahoitus** muodostuu STEA:n myöntämästä avustuksesta (90 %), yhdistyksen omasta rahoituksesta (10 %) sekä pienimuotoisesta Helsingin kaupungin tarjoamasta järjestöavustuksesta.

Järjestöllemme myönnettiin jo kolmantena vuotena peräkkäin Mieli ry:n toimesta **Hyvän mielen työpaikka -merkki**, koska vaalimme työilmapiiriä, jossa on turvallista oppia uutta, tehdä virheitä, ottaa kantaa ja keskustella avoimesti. Työn ja perheen sekä erilaisten elämäntilanteiden yhteensovittaminen on meille tärkeä arvo. Keskustelemme mielenterveyttä kuormittavista ja edistävästä asioista yhdessä. Näemme inhimillisyyden, välittämisen ja vaikeuksissa tukemisen vahvuutena.



Järjestössä oli **työntekijöinä** vuoden 2023 aikana: toiminnanjohtaja Suvi Laru, järjestöpäällikkö Nina Autio, viestinnän asiantuntija Petra Vesalainen, Parisuhde voimavaraksi -toiminnassa asiantuntijat Laura Huuskonen ja Niina Vilkmann, Parivoima – parineuvontaa teki asiantuntija Riina Nissinen, Asiaa ihmissuhteista -hankkeessa asiantuntijana Lotta Liimatainen sekä järjestötyöntekijänä Paikka auki -toiminnassa Riina Poikkilehto ja Julia Autio.

Yhdistyksen **hallinnosta** vastaa vapaaehtois pohjalta toimiva hallitus, johon kuuluu syyskokouksessa valitut puheenjohtaja ja kuusi varsinaista jäsentä sekä kaksi varajäsentä. Hallitusten varsinaisten jäsenten toimikausi on kaksi vuotta ja varajäsenten yksi vuosi.

Parisuhdekeskus Katajan **jäseniä** on kolmessa jäsenryhmässä: varsinaiset jäsenet, kannatusjäsenet ja kunniajäsenet. Varsinaiset jäsenet jakautuvat kahteen ryhmään: henkilöjäsenet ja yhteisöjäsenet. Lisäksi yhdistyksellä on kunniajäseniä, jotka koostuvat yhdistyksen perustajajäsenistä tai yhdistystä pitkään palvelleista henkilöistä.



HALLITUS 2023

- Marianne Heikkilä (pj)
- Killi Jokila (vpj)
- Riitta Alatalo
- Terhi Lahdensalo
- Hanna Kinnunen
- Jarmo Kokkonen
- Anna Moring
- Risto Jyrkkä (vj)
- Kasper Valtakari (vj)

JÄSENET 2023

Henkilöjäsenet 116
Kannatusjäsenet 17
Kunniajäsenet 12
Yhteisöjäsenet 51

PAREILLE SUUNNATTU TOIMINTA



Tarjosimme **Parivoima – neuvontaa** valtakunnallisesti verkon välityksellä. Perhe- ja pariterapeutin tarjoamaa neuvontaa tarjottiin tänä vuonna kokopäiväisesti 1-3 tapaamiskertaa per pari.

Tukea neuvonnasta haettiin erityisesti seuraaviin haasteisiin: haastava vuorovaikutus, ristiriidat, eron uhka, seksuaalisuuden haasteet, vanhemmuus, mielenterveyden pulmat, sekä uskottomuus. Muita neuvontapalvelussa näyttäytyneitä teemoja olivat mm. riippuvuuden teemat, haasteet luottamuksessa, neurokirjon piirteet parisuhteessa, sekä suhteiden moninaisuuden kysymykset. Yhteydenotoissa korostui tilanteiden nopea muuttuminen, jonotusajan ollessa muutaman kuukauden, suhde oli saatettu jo lopettaa. Vuoden aikana näyttäytyi vahvasti myös ongelmien kasautuminen, kriisi- ja traumataustat, jaksamisen haasteet, sekä avun hakeminen myöhäisessä vaiheessa.

Neuvonnasta muodostui hyvä kokonaisuus ja kolme kertaa antoi meille konkreettisia työkaluja haastavien tilanteiden ratkaisuun ja selkeän suunnan, jota kohti edetä. Olemme kiitollisia maksuttomasta neuvonnasta, koska nuorena opiskelijaparina meillä ei olisi ollut juuri nyt taloudellisesti mahdollista maksaa käynneistä.

100%

Parineuvontaan osallistuneista koki omien keinojen vaikuttavan suhteen hyvinvointiin lisääntyneen.

Asiantuntija sai meidän kiinnittämään huomiota oikeisiin asioihin ja saimme hyviä vinkkejä ja "kotitehtäviä", jotka laittoivat meidät miettimään hyvin tarkasti käsittelemiämme asioita. Hyvä kokemus, kiitos.



Toimintavuoden aikana järjestettiin **luentoja ja kurssitoimintaa**. Toiminta on vakiintunut viime vuosien aikana suurimmalta osin verkkoon, joka on lisännyt parisuhteen tuen saatavuutta entistä laajemmin. Lisäksi järjestimme muutamia kohtaavia ryhmiä. Luennoista, kursseista ja ryhmistä valtaosan ohjasi järjestömme vapaaehtoiset.



Päivystyschat ja ajanvarauschat tarjosivat matalan kynnyksen tukea parisuhteen kysymyksissä ja ne toteutettiin Väestöliiton Hyvä kysymys -verkkoalustalla. Keskusteluissa esiin nousi erityisesti ristiriidat ja vuorovaikutuksen haasteet sekä erotilanne tai eron uhka.



Maanantaisin päivystävä **Parisuhdepuhelin** tarjosi asiantuntijan tukea parisuhteen haasteissa. Myös puhelimen keskusteluissa esiin nousi erityisesti ristiriidat ja vuorovaikutuksen haasteet sekä erotilanne tai eron uhka.



Olimme myös mukana Espoon kaupungin koordinoimassa **Parisuhteen pelastusrenkaassa**. Pelastusrengas tarjoaa espoolaisille pareille matalan kynnyksen neuvontaa ja palveluohjausta parisuhteen kysymyksissä. Asiantuntijamme päivysti vuoden aikana kerran Espoon perhekeskuksessa. Neuvonnasta sai apua 2 paria.



Olimme yhdessä kumppanin kanssa luennolla. Luennon jälkeen keskustelimme kauan aiheen tiimoilta, ja totesimme että aiheesta oli nyt luontevampaa, turvallisempaa ja objektiivisempaa keskustella koska olimme saaneet hyvän luennon alle. Luento ja yhteinen osallistuminen vahvisti tapaamme keskustella ja olla läsnä samassa keskustelussa.

PARISUHDE VOIMAVARAKSI -TOIMINTA

Parisuhde voimavaraksi – toiminnassa tehdään yhteistyötä eri toimijoiden kanssa, jotta parisuhdetyö- ja osaaminen juurtuisi osaksi perheiden ja parien kohtaamista elämän kriisitilanteissa. Koulutusten, luentojen ja tapahtumien kautta työntekijöillä sekä vapaaehtoisilla on valmiuksia tukea yksilöitä ja pareja parisuhteen kysymyksissä.

Vuoden aikana teimme yhteistyötä kahdeksan potilasjärjestön sekä HUS:in Uuden lastensairaalan, Ehyt ry:n, Kirkkohallituksen sairaalasielunhoidon sekä Terveyskylä-sivuston kanssa. Kumppaneina toiminnassa olivat Aivovammaliitto ry, Autismiliitto ry, CP-liitto ry, Suomen Gynekologiset syöpäpotilaat ry, Vammaisten maahanmuuttajien tukikeskus Hilma ry, Syömishäiriöliitto ry, Sylva ry, Syöpäjärjestöt ry.

Parisuhde ja neuropsykiatriset haasteet -teemaviikolla järjestettiin ammattilaisille suunnattu webinaari teemaan liittyen ja lisäksi kaikille avoin Autismi ja parisuhde -webinaari ja Parisuhde, kun lapsella on nepsy haasteita instalive.

Julkaisimme Ehyt ry:n kanssa toteutetun Kun kumppanin päihteidenkäyttö huolestuttaa -testin ja Äimä ry:n ja Rintasyöpäyhdistyksen kanssa toteutetun Kun kumppani sairastaa - verkkokurssin.

Potilasjärjestöverkosto kokoontui neljä kertaa ja järjestömme jatkoi jäsenenä Kehitysvammaisten palvelusäätiön koordinoimassa Pähkinänsärkijät-verkostossa sekä teimme yhteistyötä Syömishäiriöliiton Läheisten hankkeen kanssa.

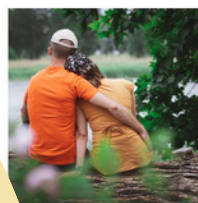
Tapahtumiin osallistuneista 97% sai ajatuksia parisuhteen hyvinvoinnin tueksi ja lähes 80% sai välineitä parisuhteen tukemiseen.

Testi kumppanin päihteiden käytön vaikutuksesta parisuhteeseen

Tämä testi kannattaa tehdä, jos kumppanin päihteiden käyttö mietityttää. Kysymyksiin vastattuasi saat tiedoksi kokonaispisteet ja palautteen omasta tilanteestasi. Testi on tarkoitettu tilanteen kartoittamiseen ja oman pohdinnan tueksi. Tarvittaessa saat ohjeita jatkoavun hakemiseen. Testin ovat laatineet yhteistyössä EHYT ry:n ja [Parisuhdekeskus Kataja ry:n](#) asiantuntijat.

Kun kumppani sairastaa

Tämä verkkokurssi on suunnattu suhteessa oleville, kun kumppani sairastaa. Kurssi on toteutettu yhteistyössä Parisuhdekeskus Katajan, Äidit irti synnytysmasennuksesta Äimä ry:n ja Rintasyöpäyhdistyksen kanssa. Kurssilta löydät apua ja tukea,...



Tuottanut
Äidit irti synnytysmasennuksesta Äimä ry

Lue lisää >

Parisuhdekriisi saattaa lähteä purkaantumaan tästä luennosta. 11v yhdessä. Ehkä molemmilla autismikirjon piirteitä. Arjessa suuria haasteita. Antoi lisää ymmärrystä <3 Ja toivoa!

AMMATTILAISILLE SUUNNATTU TOIMINTA

Ammattilaisille tarjottuja koulutuksia järjestömmme omassa toiminnassa vuonna 2023 olivat Perusasiaa parisuhteesta -koulutus erilaisista parisuhteeseen vaikuttavista ilmiöistä, Värikäs tunnekartta -koulutus tunnetaidoista sekä koulutus uskottomuudesta ja lähisuhdeväkivallasta. Lisäksi ammattilaisille tarjottiin maksuttomia luentoja mielenterveyden ja parisuhteen teemasta sekä vanhempien parisuhteen yhteydestä lasten hyvinvointiin.

Teimme myös koulutusyhteistyötä Helsingin kaupungin, Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueen ja Pohjois-Suomen osaamiskeskuksen kanssa Perusasiaa parisuhteesta-, Parisuhteen palikat- ja vuonna 2023 kehitetyn uuden Monimuotoiset perheet, parisuhteet ja vanhemmuus -koulutuskokonaisuuksien muodossa.

Lisäksi pääsimme kouluttamaan ammattilaisia Kirkon varhaiskasvatuksen neuvottelupäivillä, Helsingin kaupungin Itäkadun perhekeskuksen Perheiden päivässä sekä opiskelijoita tilausluennoilla Metropolia ammattikorkeakouluun ja Turun yliopistolle.

97%

koulutuksiin osallistuneista
koki saaneensa
työvälineitä parisuhteen
tukemiseen

*Kiitos kouluttajalle miellyttävästä, selkeästä ja
lempeästä esiintymisestä ja koulutuksen
luotsaamisesta. Koulutuksen sisältö oli tiivis ja
hyvin koostettu työkaluksi. Arvostan sitä, että
jaatte tietoaanne ja mahtavia materiaalia auliisti
yhteiseksi hyväksi.*

VAPAAEHTOISTOIMINTA

Parisuhdekeskus Katajan vapaaehtoiset toimivat aktiivisesti erilaisissa tehtävissä. Toimintavuoden aikana he toimivat luennoitsijoina, verkkokurssin ohjaajina, vertaisryhmän ohjaajina. Vapaaehtoiset toimivat myös tapahtuma-avustajina ammattilaisille suunnatussa Parisuhdepäivä -koulutuspäivässä. Lisäksi vapaaehtoiset olivat mukana yhteistyökumppaneiden tilaisuuksissa puhumassa parisuhteen eri teemoista. Vapaaehtoiset olivat mukana myös yhteistyökumppaneiden (MLL Pukinmäki, Espoon monikulttuuriset lapset ja nuoret ry.) tilaisuuksissa, joissa he alustivat parisuhteen teemoista.

Vapaaehtoisista 100% koki toiminnan merkityksellisenä ja omaa hyvinvointia lisäävänä. Parisuhteessa olevat vapaaehtoiset kokivat vapaaehtoisena toimimisen vahvistavan myös omaa parisuhdetta.

Vapaaehtoisille tarjottiin virkistystoimintaa vuoden aikana.

Toiminnassa oli mukana **14**
vapaaehtoista ja heidän avulla

1827

osallistujaa sai tukea
parisuhteeseensa.

*"Saan vapaaehtoisena toimimisen
kautta kokemusta ja oppia itselleni
sekä tilaisuuden toimia parisuhteen
hyvinvoinnin edistäjänä. Se on hyvin
palkitsevaa!"*



ASIAA IHMISSUHTEISTA -HANKE

Asiaa ihmissuhteista -hankkeen (2022-2024) tavoitteena on kehittää ja tuottaa yhteistyökumppaneiden kanssa uusia toimintamalleja ja materiaaleja nuorten aikuisten ihmissuhdetaitojen vahvistamiseksi. Toiminnalla vaikutetaan ennaltaehkäisevästi ihmissuhdeongelmista johtuviin mielenterveyden haasteisiin. Materiaalien teemoja ovat mm. ristiriitojen ratkaisutaidot, läheisyys ja seksuaalisuus sekä tunnetaidot.

Pidimme kuusi valtakunnallista verkkoiltaa kohderyhmälle hankkeen teemoista ja yhden työpajan Helsingin Diakonissalaitoksen Olohuoneella yksin maahan tulleille nuorille aikuisille. Vuosi sisälsi aktiivista sosiaalisen median viestintää. Perustimme Instagram ja Tiktok-tilit ja teimme viestinnällistä yhteistyötä Nuorten mielenterveysseura Yeesin ja Sekasin-chatin kanssa. Kymmenen videon kokonaisuus ihmissuhdeteemoista valmistui ja vuoden viimeisellä viikolla aloitettiin somekampanja, joka käynnistyi MTV3 Huomenta Suomessa vierailulla.

Hanke oli myös mukana THL:n Mielenterveyden edistämisen foorumissa ja hankkeessa tuotetut videot näytillä Lastensuojelun Keskusliiton, Perheet keskiöön! -toiminnan, THL:n ja Kirkkohallituksen Valtakunnallisessa perhekeskuskonferenssissa.

Hankkeessa on yksi työntekijä ja ohjausryhmä, joka kokoontui vuoden aikana neljä kertaa. Ohjausryhmä koostuu Yeesi ry:n, Nyyti ry:n, Mielenterveysseura ry:n, Sateenkaari-ihmisten perhesuhdekeskuksen, Vantaan kaupungin ja Väestöliiton edustajista. Toiminta oli antoisaa ja palaute oli positiivista. Hankkeessa oli mukana vuoden aikana seitsemän nuorta aikuista harjoittelijana.

Instagram ja Tiktok-tilit
tavoittivat yhteensä
437 640 henkilöä.



Todella hyvää ja tärkeää sisältöä! Teemasta olisi voinut kuunnella pidempäänkin ja herätti todella paljon ajatuksia omiin kohtaamisiin. Ihanat ja osaavat kouluttajat <3



KANSALLINEN VAIKUTTAMISTYÖ

Osallistuimme parisuhteen hyvinvointiin liittyvään ajankohtaiseen julkiseen keskusteluun ja kansalliseen vaikuttamistoimintaan monikanavaisesti eri tavoin vuoden aikana. Järjestö näkyi ja kuului valtakunnallisesti useissa eri medioissa TV, radio, podcast ja aikakauslehdissä. Järjestön asiantuntemusta perisuhdeteemoista pyydettiin mukaan laajasti valtakunnallisiin tilaisuuksiin, uusiin verkostoihin, teksteihin ja kirjallisiin julkaisuihin.

Teimme aktiivista sosiaalisen median viestintää eri kanavissa: Instagram, Facebook, LinkedIn, X (ent. Twitter) ja YouTube. Järjestön omia sosiaalisen median kampanjoita oli neljä. Teimme sosiaalisessa mediassa myös aktiivisesti Eduskuntavaaleihin liittyvää vaalikampanjointia.

102

lehtihaastattelua/
mainintaa

16

TV haastattelua

4

Mielipide-
kirjoitusta

2

Kannanottoa

2

Radio/Podcast
haastattelua

**SUOMI
AREENA**

Olimme myös mukana **Suomen Psykologiliiton** SuomiAreena keskustelu-tilaisuudessa tiistaina 27.6. Teemana: **Kun pahoinvointi on pinnalla, uppoaako hyvinvointi?**



Järjestömme on koordinoanut vuodesta 2004 **Valtakunnallista parisuhdeverkostoa**, joka edistää toiminnallaan vahvistavan parisuhdetyön yhteiskunnallista näkymistä. Verkosto on mukana vuosittaisen Valtakunnallisen Parisuhdepäivien ja Parisuhdeviikon suunnittelussa ja toteutuksessa.

Vuonna 2023 parisuhdeverkosto teki tiivistä yhteistyötä **MTV3 Huomenta Suomen** kanssa. Valtakunnallisen parisuhdeverkoston toimijoiden asiantuntijuus ja ajankohtaiset teemat näkyivät kuukausittain Huomenta Suomen lähetyksissä.



**Parisuhdeverkostossa yhteensä
60 toimijaa**

41 toimijaa vuonna 2022

Järjestömme sai myös kunnian olla järjestämässä **Eduskunnan parisuhdeverkostoa**. Verkoston perustamiskokous järjestettiin 13.9.2023. Verkoston puheenjohtajana toimi Hilikka Kemppe ja varapuheenjohtajina Eeva-Johanna Eloranta ja Pihla Keto-Huovinen. Verkostoon liittyi 18 kansanedustajaa, 8 eri puolueesta ja taustalla toimii Valtakunnallinen parisuhdeverkosto. Lokakuun kokouksen teemana oli Turvallisuus parisuhteessa. Teemasta tuotettiin kannanotto: Väkivallattoman parisuhteen tuki on saatava perhekeskuksiin ja neuvoloihin.

Lisäksi järjestömme kutsuttiin mukaan STM koordinoimaan Lasten ja nuorten näyttöön perustuvien psykososiaalisen tuen menetelmien juurtumisen vahvistamisen valtionavustushankeen seurantaryhmään ja Krista Kiurun kutsumana pyöreän pöydän keskusteluihin syntyvyydestä.

Toimimme yhteistyössä ja työryhmissä 12 eri hyvinvointialueen kanssa sekä monissa eri organisaatioiden koordinoimissa verkostoissa ja luottamustehtävissä.

Uuteen hallitusohjelmaan tuotiin näkyväksi ennaltaehkäisevän matalan kynnyksen parisuhteen tuen kehittämisen tarve, josta olemme erityisen kiitollisia.



VALTAKUNNALLINEN PARISUHDEVIIKKO

Valtakunnallinen Parisuhdeviikko on vuosittainen valtakunnallinen teemaviikko, jonka tavoitteena on nostaa esille hyvinvoivan ja turvallisen parisuhteen merkitystä perheen ja yksilön hyvinvoinnille. Viikon suunnittelee ja toteuttaa Parisuhdekeskus Kataja ja Valtakunnallinen Parisuhdeverkosto.

Viikon 2023 teemana oli **Parisuhde ja turvallisuus**. Viikolla halusimme nostaa esille, että turvallisuus parisuhteessa vahvistaa yksilöiden ja koko perheen hyvinvointia. Teema näkyi valtakunnallisesti eri medioissa, kuten TV, radio, sanoma- ja aikakauslehdet.

Viikon aikana järjestettiin verkkoluentoja, ajanvarauksella tapahtuvia ajanvarauschatteja puhelinneuvontaa, Iltta parisuhteelle -verkkotapahtuma, Parivoima-neuvontaa asiakkaille. Uutena toimintana ammattilaisen tarjoamaa ilmaista matalan kynnyksen Pop up -parineuvontaa verkkovälitteisesti asiakkaille.

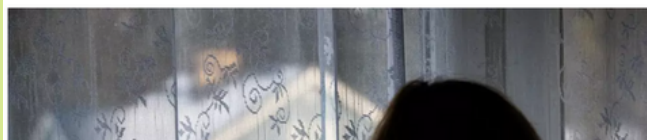
Toteutimme vuoden aikana kyselyn henkisen väkivallan kokemuksista parisuhteessa Naisten Linjan ja Miessakit ry:n kanssa. Kyselyyn vastasi n. 1300 henkilöä ja tulokset julkaistiin Parisuhdeviikolla. Tuloksia nostettiin mediassa mielipidekirjoituksen muodossa, MTV Huomenta Suomessa, Radio Helsingissä ja tiedotteena.



Mielipide | Lukijan mielipide

Henkiseen väkivaltaan tulee suhtautua vakavasti

Avun saaminen uhkaavissa tilanteissa ei saa estyä siksi, ettei henkistä väkivaltaa tunnisteta palveluissa tai sitä vähätellään.



VANHEMPIEN
TURVALLINEN PARISUHDE
TUKEE LASTEN
TURVALLISTA KASVUA

#PARISUHDEVIIKKO2023

134. Turvallisuus parisuhteessa

Psykopodiaa

Nina Lyytinen

LISTEN ON Spotify

Kuuntele palvelussa
supla

Suvi
Laru

Kuuntele palvelussa
Apple Podcasts

VALTAKUNNALLINEN PARISUHDEPÄIVÄ

Parisuhdekeskus Kataja on organisoinut ammattilaisille suunnatun koulutuspäivän Valtakunnalliset Parisuhdepäivät yli 19 vuoden ajan. Vuonna 2023 koulutuspäivän **teema oli Parisuhde ja turvallisuus**. Päivän aikana useat eri ammattilaiset ja kokemustoimijat toivat parisuhteen ja turvallisuus- teemaa näkyviin puheenvuoroissaan ja päivässä esiteltiin myös yhteistyökumppaneiden kanssa yhteistyössä tuotettu kysely Henkisestä väkivallasta. Koulutuspäivä järjestettiin Musiikkitalolla Helsingissä ja tapahtuma striimattiin etäkatsojille.



Valtakunnallisessa parisuhdepäivässä myönnettiin **Vuoden Parisuhdeteko- palkinto**. Palkinto myönnetään vuosittain henkilölle tai yhteisölle, joka on toiminnallaan vaikuttanut parisuhteiden hyvinvointiin tai parisuhteen hyvinvointia vahvistavaan yhteiskunnalliseen keskusteluun. Palkinnon saajan valitsee Parisuhdekeskus Kataja ry:n hallitus. Vuonna 2023 Vuoden parisuhdeteko- palkinto myönnettiin **MTV3 Huomenta Suomi -ohjelmalle**. Ohjelma on nostanut esille ihmissuhdeteemoja aktiivisesti lähetyksissään ja toiminut Valtakunnallisen Parisuhdeverkoston tiiviinä kumppanina syksystä 2022 alkaen.

YHDISTYKSEN TOIMINTA

Yhdistyksen toiminta kattoi n. 10 % osuuden koko järjestön toiminnasta. Yhdistyksen tuotto muodostui jäsenmaksuista, tuotemyynnistä sekä koulutus-, kurssi- ja luentotuotoista.

Yhdistys sai Helsingin kaupungilta järjestöavustusta **lapsiperheiden vanhemmille tarjottavaan parisuhdeneuvontaan** toisena vuotena peräkkäin. Neuvontaa toteutettiin järjestössämme kehitetyn Parisuhteen kriisit -mallin mukaan. Palautetta antaneista pareista jokainen koki saaneensa tukea parisuhteen pulmakohtiin.

Toiminnassa toteutettiin myös seuraavat **koulutukset**: Solmuja parisuhteessa -menetelmäkoulutus Helsingissä, kaksi Parisuhteen kriisit -koulutusta sekä Parisuhteen palikat-koulutus verkossa. Lisäksi yhdistyksen toiminnassa toteutettiin luennot Selkäydinvammaiset Akson ry:lle ja Finfami Uusimaa Ry:lle.

Yhdistys myi **verkkokaupassa** parisuhdekirjallisuutta sekä Parisuhteen palikat -työvälinettä. Lisäksi vuonna 2023 yhdistys toteutti parisuhdeteemaiset kuvakortit yhteistyössä CupOfTherapy yrityksen kanssa. Yhteistyön tiimoilta toteutettiin yhteinen sosiaalisen median kampanja ja kortit tulivat myyntiin molempien toimijoiden verkkokauppoihin.



Oli tosi ihana päästä purkamaan arjen ongelmatilanteita ulkopuolisen kanssa. Tämä pitäisi ehdottomasti ottaa osaksi kaikille tarjottavaa neuvolaa, välttyttäisiin monelta avioerolta vauvavuonna.



KIITOS!

Vuoden 2023 aikana saimme vahvistettua toimintojamme edelleen ja iloksemme saimme mukaan uusia osallistujia ja yhteistyökumppaneita. Olemme erityisen kiitollisia kaikille toiminnassa mukana olleille.

Toimintaamme ohjaa strategiamme mukaiset arvot ja haluamme edistää helposti lähestyttävyyttä ja ihmisläheistä toimintaa. Arvostamme ja hyödynnämme vapaaehtoisuutta, vertaisuutta ja asiantuntijatietoa. Haluamme olla luomassa turvallista tilaa kaikille.

Jatkamme ilolla toimintaamme missiomme mukaisesti vahvistaen parisuhteiden hyvinvointia kaikenlaisissa perheissä.

Toivottavasti mahdollisimman monet löytävät toimintaamme mukaan myös ensi vuonna 30-vuotisjuhlavuotenamme!