



Nuorten mielenterveysseura - Yeesi on Suomen ensimmäinen mielenterveysseura, jossa aivan tavallisilla nuorilla on mahdollisuus edistää ikäistensä mielen hyvinvointia.

Yeesi ohjaa hyvinvoinnin vaalimisessa ja tarjoaa positiivisen meiningin vapaaehtoistoimintaa. Lisäksi Yeesi tiedottaa mielen hyvinvointiin liittyvistä asioista ja ottaa kantaa nuoria koskeviin, ajankohtaisiin teemoihin.

Toiminnan tavoitteena on saada nuoret oivaltamaan mielen hyvinvoinnin merkitys yksilön kokonaisvaltaiselle hyvinvoinnille. Yeesi haluaa tarjota keinoja ja mahdollisuuksia, joiden avulla jokainen voi itse oppia vaalimaan omaa hyvinvointiaan.

Yeesi näkyy ja vaikuttaa siellä missä sen kohderyhmäkin, siksi sen tärkein vaikuttamiskanava on sosiaalinen media. Yeesi kuuluu Suomen Mielenterveysseuraan.

Hallituksen jäsenet vuonna 2012 olivat:

Tuire Joutsenvuo, puheenjohtaja
Emmi Laurila, hallituksen jäsen
Eetu Benson, hallituksen jäsen
Pilvi Mikkonen, hallituksen jäsen
Sanjaana Gavalas, hallituksen jäsen
Asta Munnukka, hallituksen jäsen
Iina Holopainen, varajäsen



Hallitus piti vuoden 2012 aikana kahdeksan kokousta ja sääntömääräisen yhdistyksen vuosikokouksen 30.3.2012. Kulunut toimintavuosi oli yhdistyksen toinen (2).

Vuoden 2012 toiminnan toteutuminen

Vuosi 2012 oli Yeesin toinen toimintavuosi, vaikkakin ensimmäinen kokonainen sellainen. Vuosi 2012 osoittautui monien mahdollisuuksien vuodeksi: jätimme ensimmäisen rahoitushakemuksemme sekä viilasimme toimintamme missiota aina vuoden loppuun asti.



Heti vuoden alusta kolme meistä kävi Hyvinkään seudun mielenterveysseuran järjestämän **Mielenterveyden ensiapukoulutuksen**. Koulutuksen tarkoituksena oli syventää tietoa mielenterveydestä, vahvistaa omia voimavaroja, poistaa mielenterveyden ongelmiin ja häiriöihin liittyvää leimautumista ja madaltaa kynnystä auttaa kanssaihmiä. Koulutus tarjosi meille paljon hyödyllistä tietoa ja taitoa voimavaralähtöisestä mielenterveystyöstä. Lisäksi pääsimme tutustumaan Hyvinkään mielenterveysseuran toimintaan ja toimijoihin sekä luoda näin verkostoja.

Helmikuussa 18. päivä järjestimme ensimmäistä kertaa Yeesin **Talvirieha tapahtuman** Vantaalla, Tikkuraitilla. Yeesissä halutaan tuoda hyvää mieltä ja edistää mielenterveyttä muun muassa liikunnan ja musiikin avulla. Tapahtuman tarkoituksena oli osoittaa, että mielen hyvinvointia voi vaalia positiivisella menolla: innostamalla talvesta ja liikunnan ilosta pelaamalla lumisählyä, heittämällä lumipalloja tai nauttimalla musiikista ja tanssiesityksistä. Tapahtuma sai myös näkyvyyttä Vantaan Sanomissa: <http://www.vantaansanomat.fi/artikkeli/93532-talviriehaa-nuorille-tikkuraitilla>.

Aloitimme myös yhteistyön **Laurea ammattikorkeakoulun** ja **Vantaan ammattiopisto Varian** kanssa. Olimme mukana Laurea ammattikorkeakoulun SHOWROOM – tapahtumassa 20.–22.2. SHOWROOMssa Yeesin tavoitteena oli tuoda esiin mielen hyvinvointia hausalla ja yksinkertaisella hyvän mielen WORKSHOPilla sekä rekrytoida uusia vapaaehtoisia mukaan toimintaan. Olimme mukana myös Laurean hyvinvointipäivillä 1.3.



Variassa puolestaan järjestettiin hyvinvointiviikot lokakuun alussa, jonka yhteydessä olimme pitämässä ständiä. Yhteistyökuvioiden tavoitteena oli lisätä tunnettuutta opiskelumaailmassa.

Yeesi teki myös yhteistyötä Leevi ry:n palvelutalojen kanssa olemalla mukana Leevin järjestämissä hyvinvointipäivissä. Yeesiläiset olivat vapaaehtoisina vetämässä herttaisille vanhuksille rollaattorimarssin sekä tuolijumpan. Iloksemme yhteistyömme jatkui edelleen Kevättanssien merkeissä. Kevättanssit järjestettiin Rumpupolun palvelutalon Ravintola Rummussa perjantaina 9.3 ja Leevin palvelutalon Ravintola Mintussa torstaina 22.3.

Pilvi Mikkonen kävi myös edustamassa meitä Suomen Mielenterveysseuran vuotuisilla **Järjestöpäivillä 14.–15.4.2012**. Järjestöpäivien yhteydessä pidettiin myös Suomen Mielenterveysseuran Liittohallituksen kokous, jonka yhteydessä Yeesin Emmi Laurila valittiin **Suomen Mielenterveysseuran hallituksen varajäseneksi**. Sitten varajäsenyys jouduttiin laittamaan ”tauolle”, sillä Emmi pääsi töihin Suomen Mielenterveysseuraan eteläisen Suomen aluekoordinaattoriksi.

Saimme kutsun **Helsingin Sosiaali- ja terveystieteiden** pienimuotoinen messutapahtuma, jossa sekä muut toimijat esittelivät toimintaansa.

Pihtiputaalainen 16-vuotias Veera Kananen alkoi **maailmalle**. Blogi ilmestyi 1.2.2012 alkaen kahden kirjoittaa blogissaan pääasiassa omasta elämästään. Veeran blogi ilmestyi nettisivujemme lisäksi Vahvistamo on Suomen Mielenterveysseuran voimavarojen ylläpitämisestä sekä selviytymisestä neliä muuta blogia.



oppilaitoksen, Hesoten, Järjestöpäiville 10.5.2012. Kyseessä oli mielenterveys- ja päihdeyöhön erikoistuneet järjestöt ja yhdistykset

tehdä vapaaehtoistyötä Yeesissä kirjoittaen blogia nimeltä **Nuoren ääntä** viikon välein, kesätaukoa lukuun ottamatta, yhteensä 20 kertaa. Veera ja kirjoitusten avulla herättelee tunteita ja ajatuksia erilaisista teemoista. Vahvistamossa (www.vahvistamo.fi).

ylläpitämä nettisivu, jonka sisältö antaa tietoa hyvinvoinnin ja hankalissa elämäntilanteissa. Vahvistamoon kirjoittaa Veeran lisäksi

Nuorten

Kesätapahtuma

järjestettiin 28.7

Esplanadin puistossa yhteistyössä Street and Show Dance Group ry:n kanssa. Tavoitteena oli järjestää nuorille suunnattu ulkoilmatapahtuma, jossa on nuorille suunnattua ohjelmaa ja aktiviteettejä. Näiden avulla tavoitteena oli Yeesin tunnettuuden lisääminen sekä



mielen hyvinvoinnista tiedottaminen helsinkiläisten nuorten keskuudessa.

Elokuussa 25.8 osallistuimme **Pasilan Syysuhinat – perhetapahtumaan**. Tapahtuma tarjosi monenlaista puuhaa lapsiperheille. Ohjelmassa oli mm. kasvomaalausta, leikkimielinen perherata lapsille ja vanhemmille, Hyvän Mielen Onnenpyörä, Tuunaus-sohva, sammutusharjoittelua ja sankoruiskukisailua, nuorten tanssiesityksiä sekä leikkivarjoilua ja katuliitupiirustusta.

Maailman Mielenterveyspäivän tapahtumassa 10.10 sekä **Terveysmessuilla** 19.10.2012 järjestettiin Hyvän mielen – kuvatempaus. Tempauksen tarkoituksena oli tavoittaa nuoria, oivaltaen oma mielen hyvinvointi, yhdistettynä sosiaalisen median hyödyntämiseen. Innostimme nuoria vastaamaan kysymykseen ”Mistä sulle tulee hyvä mieli”. He saivat kirjoittaa vastauksen liitutauluun, jonka jälkeen otimme jokaisesta kuvan ja lataimme sen Facebookiin. Kehotimme osallistujia tykkäämään Yeesistä ja omasta kuvastaan Facebookissa sekä tietysti jakamaan sitä omalle seinälle. Aktiivisuus Yeesin Facebook sivuilla kiihtyi niin paljon, että päätimme toteuttaa samanlaisen kuvatempauksen Terveysmessuilla sekä Vapaaehtoistoiminnan MENU-messuilla.



Vapaaehtoistoiminnan MENU-messut järjestettiin 28.11.2012 Helsingin Vanhalla ylioppilastalolla. Yeesi oli yksi lukuisista näytteilleasettajista, jotka esittelivät pääkaupunkiseudun vapaaehtoistoiminnan mahdollisuuksia. MENU – messut ovat vakiinnuttaneet paikkansa pääkaupunkiseudun vapaaehtoistoiminnan vuosittaisena suur tapahtumana.

Vapaaehtoistoiminta on suurin ja näkyvin osa koko Yeesiä, joten järjestämään **Vapaaehtoisten päivää 4.12** Helsingin keskustaan SOSTEn kanssa. Vapaaehtoisten päivänä muistutettiin vapaaehtoistyön tuottamasta rikkaudesta. Ihmisen vapaaehtoistoiminnan voima on välittämässä, joka torjuu ja luo luottamusta, hyvinvointia ja yhdessä tekemisen mahdollisuuksia. Olimme mukana rakentamassa Mannerheimintielle Käsi kädessä – ketjua yhdessä muiden



lähdimme yhdessä

näkökulmasta yksinäisyyttä

vapaaehtoisten kanssa. Videon tapahtumasta voi katsoa tästä linkistä: http://www.youtube.com/watch?v=vzLjsfNvaRQ&feature=player_embedded

Koulutukset Mielenterveyden ensiapu – koulutuksen lisäksi Yeesin Emmi kävi syksyn aikana seuraavat koulutukset:

Ryhmänohjaajan peruskoulutus osa I antoi valmiuksia uuden ryhmän aloittamiseen ja perustietoa ryhmäilmiöistä. **Tukihenkilökoulutus** antoi valmiudet toimia erilaisissa tehtävissä, esimerkiksi päivystäjänä valtakunnallisessa kriisipuhelimessa, liikunta- ja keskusteluryhmien ohjaajana tai tukijana henkilökohtaisesti vaikeassa elämäntilanteessa oleville ihmisille. **Tukihenkilövastaava – koulutus** puolestaan antoi syventävää tietoa yhdistys- ja vapaaehtoistoiminnasta, valmiuksia henkilöstö- ja taloushallintoon sekä tietoa yhdistyksen tukihenkilötoiminnan vaatimista tilastointi-, turvallisuus- ym. vastuista.

Lisäksi Emmi toimi Yeesin edustajana seuraavilla luennoilla/seminaareissa: Kansalaistoiminnan uudet tuulet – luento, Vapaaehtoistoiminnan tulevaisuusseminaari, Suomen Mielenterveysseuran viestintäkoulutus sekä RAY Sekahaku – seminaarissa. Osana päivätyötään, Emmi teki tutustumismatkan Lontoossa sijaitseviin, mielenterveyden alalla toimiviin vapaaehtoistoiminnan ja mielenterveystyötä tekeviin järjestöihin. Hän kävi tutustumassa Volunteer Centre Westminsterin toimintaan (www.volunteer.co.uk), joka tarjoaa laajan kirjon vapaaehtoistyötä kaikille halukkaille, Westminster Mindin tuetun asumisen palveluihin sekä National Mindiin, joka edistää ja tukee ihmisten mielenterveyttä muun muassa vaikuttamalla ihmisten mielenterveyden ongelmiin liittyvään asenneilmapiiriin ja kannustamalla ihmisiä puhumaan ongelmistaan ja selviytymään niistä.

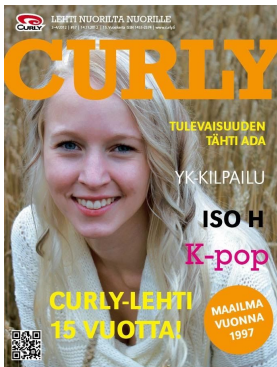
Pilvi kävi keväällä 2012 Mielenterveyden ensiapu I- ohjaajakoulutuksen. Koulutukseen liittyvän ohjausharjoittelun Pilvi suorittaa syksyllä 2013 yhdessä Mielenterveyden ensiapu- koulutuksen kehittäjän, Ritva Karila- Hietalan kanssa. Lisäksi Pilvi aloitti syksyllä 2012 opinnot Humanistisessa Ammattikorkeakoulussa. Pilvistä valmistuu Yhteisöpedagogi AMK- kansalais- ja nuorisotyönohjelmasta. Kansalaistoiminnan ja nuorisotyön koulutusohjelman tavoitteena on kouluttaa laaja- alaisia ja uudistumiskykyisiä pedagogisia osaajia ja yhteiskuntakriittisiä toimijoita kansalaistoiminnan ja järjestö- ja nuorisotyön moninaisille työkentille. Koulutus antaa ja tukee valmiuksia toimia alan ohjaus-, kasvatus-, koulutus-, kehittämis- ja asiantuntijatehtävissä. Pilvi suuntautuu opinnoissaan järjestö- ja vapaaehtoistoiminnan kehittämiseen ja johtamiseen. Opinnot ovat kuin nenä päähän Yeesin toiminnan kanssa.

Tässä olen -kulttuurikurssi ja opinnäytetyö

Yeesin vapaaehtoinen ja hallituksen jäsen, Sanjaana Gavalas, teki Humanistisen ammattikorkeakoulun opintoihinsa kuuluneen opinnäytetyön Tässä olen – kulttuurikurssista. Opinnäytetyön tavoitteena oli konseptoida uusi taide- ja kulttuurilähtöisiä menetelmiä hyödyntävä kulttuurikurssi, joka tavoite on edistää

mielen hyvinvointia ja ennaltaehkäistä mielenterveysongelmia. Kurssilla nostetaan eri kulttuurimuotoja kokemalla esiin syviä tunteita, käsitellään niitä tunnetyöskentelyn avulla ja ilmaistaan kuvataiteen keinoin. Kulttuurikurssista toteutettiin opinnäytetyön produktiksi pilotti Yeesin kautta. Pilotin tavoitteena oli konseptin metodien toimivuuden arvioiminen käytännössä. Selvitys osoitti, että tavoitteiden mukaisesti käytetyillä metodeilla voidaan saavuttaa yhteyksiä omiin syviin tunteisiin, havaita ja käsitellä niitä sekä tuntea vapauttavaa kokemusta niiden konkretisoitumisesta.

Yeesi sai kunnian olla yksi kuudesta hyväntekeväisyiskohteesta, kun kuusi Ravintolakoulu Perhon kokkiopiskelijaa perusti kahvilan Espan lavalle 12.-23.9. Jokainen asiakas sai mahdollisuuden antaa äänensä yhdelle kuudesta kohteesta värikkäillä helmillä. Helmien yhteenlaskettu määrä oli 1657 kappaletta! Yeesi sai näistä äänistä 19 %. Kahvilan tuotto lahjoitettiin lyhentämättömänä hyväntekeväisyyteen! Syödään Hyvin – Tehdään Hyvää Espan lavalla- tapahtuma oli mielen hyvinvointia parhaimmillaan. Kahvilassa sai nauttia hyvästä fiiliksestä, musiikista ja kulttuurista sekä herkutella mainioilla herkuilla. Myös Yeesiläiset kävivät nauttimassa ja fiilistelemässä kahvilassa useamman kerran!



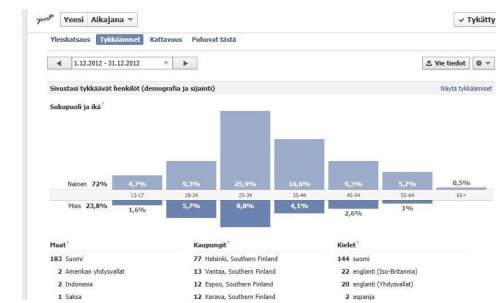
Kaksi vapaaehtoistamme pääsi kirjoittamaan nuorten **Curly** lehteen. Curly ry järjestää mediaan liittyvää harrastustoimintaa 13–20 –vuotiaille nuorille. Yhdistys julkaisee nuorten lehteä, ylläpitää internetsivustoa, tuottaa lyhytelokuvia, ja järjestää mediaan liittyviä kursseja sekä medialeirejä. Yhdistys tarjoaa myös kasvattajille (mm. nuorisotyöntekijät, opettajat ja vanhemmat) tukea ja materiaaleja mediakasvatuksen toteuttamiseen. Curly-lehti on valtakunnallinen nuortenlehti, jota tekevät nuoret itse. Lehti ilmestyy noin neljä kertaa vuodessa ja sen levikki on 10 000 – 25 000 kappaletta. Lehti toimitetaan Helsingin alueen kirjastoihin ja nuorisotaloille, ja sen voi myös tilata ilmaiseksi suoraan kotiin. Lisäksi Curlyä jaetaan kouluihin Koulujen aikakauslehtipäivänä sekä vaihtuvien yhteistyötahojen kautta.

Suomen Mielenterveysseuran kouluhankkeet vievät Yeesin ilosanomaa eteenpäin

Suomen Mielenterveysseuran kouluhankkeet vievät Yeesin mielen hyvinvoinnin ilosanomaa eteenpäin Rovaniemelle II –asteen koulutuspäivään, jossa osallistujia oli yhteensä 60 ja näistä 40 nuorta lähihoitajaopiskelijaa.

LUMIKA-hanke

Yeesi haki toukokuussa 2012 ensimmäistä kertaa Raha-automaattiyhdistykseltä projektiavustusta. Projektiavustuksia myönnetään uusien toimintamallien tai –prosessien luomiseen tähtääviin innovatiivisiin kehittämisprojekteihin. Raha-automaattiyhdistys esitti 20.12.2012 vuodelle 2013 avustusta 776 sosiaali- ja terveysalan järjestölle 1590 eri kohteeseen yhteensä 301 miljoonaa euroa. Yksi näistä kohteista on Yeesin LUMIKA –hanke. LUMIKA –hanke tähtää nuorten tavoittamiseen ja aktivoimiseen kansalaistoimintaan sekä nuorten mielenterveystaitojen kehittämiseen.



Tiedottaminen

Yeesin tärkein vaikuttamiskanava on sosiaalinen media. Yeesin Facebook – sivuilla oli 31.12.2012 183 tykkääjää, joista 72 % oli naisia ja 23,8 % miehiä. Näistä suurin osa 34,7 % oli 25–34 -vuotiaita naisia tai miehiä. 13–17 -vuotiaita oli 6,3 % ja 18-24 -vuotiaita 15 %.

Muutaman kuukauden välein ilmestyvä ajankohtaisista asioista kertova **Yeesi-posti** ilmestyi vuoden 2012 aikana 6 kertaa; tammi-, maaliskuu-, huhti-, kesä-, syys-, ja marraskuussa.

Sharewoodissa julkaisimme 19 uutista pääsääntöisesti 2 kertaa kuussa. Vapaaehtoisporssissa ja muualla internetissä julkaistiin 10 avointa vapaaehtoistyötä. Sharewoodin kautta noin 10 täysin uutta vapaaehtoista löysi meidät. Sharewoodissa voi jakaa vapaaehtoistyökokemuksiaan, joista kaksi tässä: ”Sää oli aivan mahtava tänään Pasilan Syysuhinoilla. Yeesin piste oli nopeasti pystyssä ja meille uusille vapaaehtoisille kerrottiin mikä on homman nimi. Oli tuunattava sohva, hyvän mielen onnenpyörä sekä liikunnallisia tehtäviä koko perheelle. Tehtävänä oli innostaa ihmisiä mukaan ja kertoa mikä Yeesi on. Väkeä ei hyvästä ilmasta huolimatta ollut kovinkaan paljoa liikkeellä, mutta ei siellä kuitenkaan tyhjän panttina tarvinut seistä. Yeesiläiset kertoivat samalla lisää itsestään ja toiminnastaan, sekä hieman tulevista tapahtumista. Kolme tuntinen tapahtuma meni nopeasti mukavien ja aurinkoisten ihmisten kanssa. Oli ilo tutustua heihin ja vetämään toimintaan. Sopivan tilaisuuden tullen mukana olen jatkossakin!”

”Ekaa kertaa kävin vapaaehtoistumassa eikä varmasti jää viimeiseksi. Meininki oli tosi kiva, opin uutta Yeesistä ja tutustuin uusiin mukaviin ihmisiin. Infottiin ihmisiä Yeesistä, pelattiin sählyä, heitettiin palloa ja kuunneltiin Maija Moisiota. Hyvä ja hyödyllinen tapa viettää lauantai-iltaa. Kiitos järjestäjille ja osanottajille.”

Ekonomisti-valmennuskurssit yhteistyö

Teimme yhteistyötä Ekonomisti-valmennuskursseja tarjoavan Eufriksen kanssa markkinoimalla kauppatieteellisen valmennuskursseja Facebookissa ja nettisivuillamme.

Yhteydenottoja

- Peruskoulun liikunnan- ja terveydentiedonopettaja otti yhteyttä kaivaten konsultaatiota mielen hyvinvoinnin opetukseen terveystiedossa.
- Kolme ulkomaalaistaustaista (2 naista ja yksi mies) otti meihin yhteyttä kysellen vapaaehtoistyömahdollisuuksia englanniksi.

- 22-vuotias Vantaalainen poika otti meihin yhteyttä kaivaten apua elämänhallintaan.
- Saimme kyselyn olisiko meidän kauttamme mahdollista järjestää nuorten miesten kokoontumisia.

Vapaaehtoistoiminta, Yeesaja - hyvän mielen levittäjä

Yeesillä on tarjota niin monipuolista vapaaehtoistoimintaa, että jokaiselle löytyy varmasti sopiva toiminnan muoto. Joku voi toimia aktiivisesti oman työn, opiskelun, harrastuksen tai muun vastaavan ohella, toinen käydä vain kerran piipahtamassa "yeesaamassa". Velvoitteita ei ole, mutta aina saa auttaa. Yeesaja pääsee mukaan kannustamaan nuoria mielen hyvinvoinnin tärkeyden löytämisessä ja huomioimisessa.

Tapahtumatuotantojengissä, tapahtumien ja messujen järjestämisessä sekä promoamisessa oli vuonna 2012 yhteensä 20 vapaaehtoista 52 vapaaehtoiskertaa (vapaaehtoiskerta = vapaaehtoistehtävä/tapahtuma).

Tapahtumissa mukana olleita vapaaehtoisia artisteja oli yhteensä 4, 6 eri vapaaehtoiskerralla.

Verkkovapaaehtoisina toimi yhteensä 12 vapaaehtoista. Näistä yksi toimi bloggaritiimissä, yksi kirjoitti Yeesi-postia, kaksi kirjoitti lehteen ja loput olivat luomassa uusia nettisivuja.

Talous- ja kirjanpitotehtävissä vapaaehtoisina toimi 2 vapaaehtoista.

Aktiivisia vapaaehtoisia (enemmän kuin 2 kertaa) oli vuoden aikana yhteensä 14 vapaaehtoista.

Passiivisia vapaaehtoiset (käyneet 1- 2 krt) oli yhteensä 14 vapaaehtoista.

Yeesi lukuina

- Äänioikeutettuja jäseniä 33 kpl
- Kannatusjäseniä 8 kpl
- Yrityskannattajia 3 kpl
- Vapaaehtoisia 28 kpl
- Tapahtumia 14 kpl

Lopuksi

Yeesin ensimmäinen kokonainen toimintavuosi oli erittäin aktiivinen siihen nähden, että yhdistys toimi vapaaehtoisvoimin. Olimme paljon esillä erilaisissa tapahtumissa, verkostoiduimme oppilaitosten kanssa ja kouluttauduimme. Koimme myös onnistuneemme verkkovapaaehtoisuuden kehittämisessä sekä sosiaalisen median hyödyntämisessä niin Nuoren ääntä maailmalle – blogin avulla kuin Hyvän mielen kuvatempauksilla.

Vuoden aikana havaitsimme, että Facebookissa tykkääjät ovat aktiivisimpia silloin kun Facebookiin päivitetään kuvia ja videoita. Voimmekin tulkita, että tämän tapainen interaktiivisuus iskee nuoriin paremmin kuin tavallisimmat tekstipäivitykset. Nuorten tavoittamista sosiaalisen median kautta tulee kehittää ja etsiä uusia väyliä ylipäänsä nuorten tavoittamiseen netin avulla. Uusien jäsenten hankkiminen sekä jäsenhuolto ovat asioita, joihin meidän tulee panostaa tulevien vuosien aikana. Myös vapaaehtoisten suunnitelmallisempi koordinointi, keskustelu sekä heistä huolehtiminen ovat kehitettävien asioiden listalla. Näihin haasteisiin ensi vuonna alkava LUMIKA – hanke pyrkii osaltaan vastaamaan.

Lopuksi täytyy todeta, että olemme suunnattoman ylpeitä Yeesistä sekä itsestämme, että meille myönnettiin RAY:n projektiavustus näin nopeasti toiminnan alettua. Sen täytyy kertoa ainakin siitä, että viemme Yeesiä eteenpäin suurella sydämellä, raikkaalla uudella tavalla, nuorilta nuorille.

Emmi Laurila ja Pilvi Mikkonen