



# Saimaan kriisikeskus

Tukea ja apua  
vaikeissa  
elämäntilanteissa

 Saimaan kriisikeskus

## mieli

Etelä-Karjalan  
mielenterveys ry

### Keskusteluapua elämän vaikeissa tilanteissa

Saimaan kriisikeskus tarjoaa järjestölähtöistä kriisiapua vaikeissa elämäntilanteissa. Kriisikeskuksen asiakkaaksi voi tulla ilman lähetettä ja käynnit ovat maksuttomia.

Ota yhteyttä kriisikeskukseen, jos sinä tai läheisesi tarvitset tukea ja apua.

- Vastaanotolle voi tulla yksin, puolison tai perheen kanssa.
- Tapaamiset ovat luottamuksellisia ja yksityisyyttä kunnioittavia.
- Kriisikeskuksessa voi asioida nimettömänä.
- Aika voidaan järjestää kriisikeskuksella kasvokkain, puhelimitse tai videon välityksellä.

Älä jää yksin, ota rohkeasti yhteyttä!

[saimaankriisikeskus.fi](https://saimaankriisikeskus.fi)

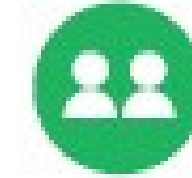
Löydät meidät myös somesta  
[@mieliek](https://twitter.com/mieliek)

Kriisikeskusta ylläpitää  
Etelä-Karjalan mielenterveys ry.

 Saimaan kriisikeskus

# Saimaan kriisikeskus

TUKEA JA APUA  
helposti ja  
nimettömästi



### VASTAANOTTO

#### Ajanvaraus

- 05 453 0020 (ma-to)
- Whatsapp: 050 543 2567
- [toimisto@mieliek.fi](mailto:toimisto@mieliek.fi)
- [saimaankriisikeskus.fi](https://saimaankriisikeskus.fi)

Kristiinankatu 11, 53900 Lappeenranta  
Mahdollisuus myös etävastaanottoon  
videovälitteisesti ja puhelimitse.

### VALTAKUNNALLISESTI



### PUHELIMESSA

#### Kriisipuhelin

- suomeksi 09 2525 0111
- ruotsiksi 09 2525 0112
- arabiaksi ja englanniksi 09 2525 0113

Lisätietoa ja aukioloajat:  
[mieli.fi/kriisipuhelin](https://mieli.fi/kriisipuhelin)



### VERKOSSA

Verkkokriisikeskus Tukinet,  
Sekasin-chat ja oma-apuohjelmat  
[mieli.fi/verkossa](https://mieli.fi/verkossa)



### VERTAISTUKIRYHMISSÄ

[mieli.fi/ryhmat](https://mieli.fi/ryhmat)

## mieli

Suomen Mielenterveys ry

# MIELI ry:n kriisikeskusverkosto

Lyhytaikaista keskustelutukea  
22 paikkakunnalla

Helsinki  
Hyvinkää  
Joensuu  
Jyväskylä  
Kajaani  
Kemi  
Kouvola  
Kuopio  
Lahti  
Lappeenranta  
Mikkeli  
Oulu  
Rauma  
Rovaniemi  
Salo  
Sastamala ja Huitinen  
Savonlinna  
Seinäjoki  
Tampere  
Turku  
Vaasa  
Vihti



[mieli.fi/kriisikeskusverkosto](https://mieli.fi/kriisikeskusverkosto)