

Mikkelin kriisikeskus

TUKEA JA APUA
helposti ja
nimettömästi

Keskusteluapua elämän vaikeissa vaiheissa

Mikkelin kriisikeskus tarjoaa maksutonta, lyhytkestoista keskusteluapua ja tukea silloin, kun tuntuu, etteivät omat voimat yksin riitä.

Voit hakea kriisivastaanotolle ilman lähetettä yksin, puolison tai perheen kanssa. Voit asioida myös nimettömänä.

Ota yhteyttä, jos kaipaat keskusteluapua esimerkiksi:

- arkielämän huolissa ja stressissä
- olet menettänyt läheisen
- parisuhdeongelmissa tai ihmissuhdehaasteissa
- traumaattisissa kokemuksissa
- muussa vaikeassa elämäntilanteessa

Keskusteluapua tarjoavat kriisityöntekijät ja koulutetut vapaaehtoiset.

Toimimme ELOISAN alueella. Kriisikeskusta ylläpitää MIELI Etelä-Savon mielenterveys ry.

www.mielenterveysseurat.fi/mikkeli/
Löydät meidät myös Facebookista ja Instagramista!



VASTAANOTTO

Ajanvaraus

- 015 214 401
- kriisikeskus@mikkelinkriisikeskus.fi
- mikkelinkriisikeskus.fi

Porrassalmenkatu 19 B 31, Mikkelä ja
Tapparakatu 1-3, Pieksämäki

Mahdollisuus myös etävastaanottoon videolla ja puhelimitse.



VERTAISTUKIRYHMISSÄ

mikkelinkriisikeskus.fi



PUHELIMESSA

Kriisipuhelin

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

Lisätietoa ja aukioloajat:
mieli.fi/kriisipuhelin



VERKOSSA

Verkkokriisikeskus Tukinet, Sekasin-chat ja oma-apuohjelmat
mieli.fi/verkossa