



**mieli**

Oulun seudun  
Mielenterveysseura

# Keskusteluapua ja tukea koronan aiheuttamiin haasteisiin

Oulun kriisikeskuksesta saat ammatillista kriisiapua (1-5 käyntiä), kun koet koronapandemian vaikuttaneen:

- Psyhykinen kuormituksesi vaikeuttaa elämääsi
- Omat selviytymiskeinot ovat koetuksella
- Olet huolissasi itsestäsi tai läheisistäsi
- Sinulla ei ole muuta olemassa olevaa hoitokontaktia

Palvelu on maksutonta ja voit asioida nimettömänä.  
Ei lääkärin palveluita.

Ethän jää yksin huolien kanssa, vaan tule keskustelemaan niistä luottamuksellisesti.

Ajanvaraus: p. 044 3690 500 (ma-pe klo 9-14)



Oulun kriisikeskus



Kauppurienkatu 23 (5.krs)

[www.mielenterveysseurat.fi/oulu](http://www.mielenterveysseurat.fi/oulu)