

**ÄLÄ JÄÄ  
ONGELMAN  
KANSSA YKSIN,  
VARAA ROHKEASTI  
AIKA!**

**POHJOIS-KARJALAN  
KRIISIKESKUS**

Siltakatu 14 A 11  
80100 Joensuu

Ajanvaraus:  
arkisin klo 10–14  
p. 013-316 244

[www.pohjoiskarjalankriisikeskus.fi](http://www.pohjoiskarjalankriisikeskus.fi)

**mieli**

Pohjois-Karjalan  
mielenterveysseura  
kriisityön tukena



**POHJOIS-  
KARJALAN**

**KRIISIKESKUS**

**AJANVARAUS:**  
arkisin klo 10–14  
p. 013-316 244

[www.pohjoiskarjalankriisikeskus.fi](http://www.pohjoiskarjalankriisikeskus.fi)



## TIETOA POHJOIS-KARJALAN KRIISIKESKUKSESTA:

- Suomessa yli 20 kriisikeskusta täydentävät julkisten palveluiden verkostoa, taustalla Suomen mielenterveysseura, ylläpitäjinä paikalliset mielenterveysseurat
- Asiakkaat käyvät meillä keskimäärin 3 kertaa
- 70 % asiakkaista ei tarvitse muuta apua – tarvittaessa järjestämme jatkohoidon yhdessä asiakkaan kanssa
- 93 % asiakkaista olivat tyytyväisiä tai erittäin tyytyväisiä kriisiapuun

**Varaa vastaanottoaika kriisikeskukselle  
tai videovälitteiseen tapaamiseen  
puhelimitse p. 013-316 244  
arkisin klo 10-14.**

- Vastaanotto 1–3 arkipäivän sisällä ajanvarauksesta
- Videovälitteinen tapaaminen järjestyy oman tietokoneen tai tabletin välityksellä
- Maksuttomat 1–5 tapaamiskertaa, asiakkaan tarpeen mukaan
- Asioiminen vastaanotolla on mahdollista myös nimettömänä

## POHJOIS-KARJALAN KRIISIKESKUS

Kriisikeskuksemme palvelee erilaisiin kriiseihin ja elämän ongelmatilanteisiin joutuneita pohjois-karjalaisia asiakkaita. Meillä työskentelee tehtävään koulutettuja ammattihenkilöitä kriisityössä ja vapaaehtoisia puhelin- ja kriisityöissä.

### **Meille hakeutumisen syitä voivat olla**

- parisuhde- ja perheongelmat
- läheisen menetyt
- arkielämän huolet ja stressikuormitus
- työelämän ongelmat
- masentuneisuus, ahdistuneisuus
- väkivalta, impulssikontrollin ongelmat
- traumaattiset kokemukset
- muut asiakkaan kokemat elämänongelmat

**MEILLE VOI TULLA YKSIN,  
PARISKUNTANA TAI PERHEENÄ.**