

mieli

Lakeuden
mielenterveys ry

Kenenkään ei tarvitse jaksaa yksin

Seinäjoen Kriisikeskus Mobilessa saat keskusteluapua mieltäsi painaviin huoliin. Voit ottaa yhteyttä pieneltäkin tuntuvassa asiassa paikkakunnastasi riippumatta.

- Asiakkaaksi voi tulla ilman lähetettä.
- Käynnit ovat maksuttomia.
- Vastaanotolle voi tulla yksin, puolison tai perheen kanssa.
- Tapaamiset ovat luottamuksellisia ja yksityisyyttä kunnioittavia.
- Kriisikeskuksessa voi asioida nimettömänä.

Mielekästä vapaaehtoistoimintaa

Tule meille vapaaehtoiseksi! Tue ja auta vaikeassa elämäntilanteessa olevaa Kriisipuhelimessa tai chatissa. Voit toimia myös esim. viestijänä, yhdistysaktiivina tai apuna tapahtumissa.

kriisikeskussjk.fi

Kriisikeskusta ylläpitää MIELI Lakeuden mielenterveys ry

 Kriisikeskus Mobile Seinäjoki

Kriisikeskus Mobile

TUKEA JA APUA
helposti ja
nimettömästi



VASTAANOTTO

Ajanvaraus

- 050 4767 276 (arkisin klo 10.30–12.30) tai jätä viesti (myös Whatsapp)
- mobile@kriisikeskussjk.fi

Alvar Aallon katu 3 A 2. krs.
60100 Seinäjoki

Etävastaanotto videolla ja puhelimitse.

VALTAKUNNALLISESTI



PUHELIMESSA

Kriisipuhelin

- suomeksi **09 2525 0111**
- ruotsiksi **09 2525 0112**
- arabiaksi/englanniksi **09 2525 0113**

Lisätietoa ja aukioloajat:

mieli.fi/kriisipuhelin



VERKOSSA

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



VERTAISTUKIRYHMÄT

mieli.fi/ryhmat