



valokuva: osa-aikainen järjestösuunnittelija Henna Siitari

Sisällys

ILONAN-PÄIVÄN MIELIPIDEKIRJOITUS 9.10.2019	1
HALLITUKSEN JÄSENEEN TERVEHDYS	3
TUETTU LOMA	3
PSYKKINEN SAIRAUUS JA PERHEEN KOKEMA STIGMA	5
KAKSISUUNTAISEEN MIELIALAHÄIRIÖÖN SAIRASTU-NEIDEN KUMPPANIT	6
NALLEKARKIT -TEATTERIESITYS KUOPIOSSA	7
OMAISNEUVONTA	9
PUHELIMITSE TOIMIVAT VERTAISRYHMÄT	10
TOIMINTAKALENTERI SYKSY 2019	11
KUOPIO	11
IISALMI	13
VARKAUS	13
MIKKELI.....	14
SAVONLINNA.....	15
YHTEYSTIEDOT.....	16
KUOPION TOIMISTO.....	16
MIKKELIN TOIMISTO	16

ILONAN-PÄIVÄN MIELIPIIDEKIRJOITUS 9.10.2019

Mielenterveysongelmista kärsivän nuoren lähipiirin hätää ei tunnisteta

”Olen taistellut epätoivoisesti koko vuoden saadakseni lapselleni inhimillistä psykiatrista hoitoa Helsingissä.” (HS 27.9.2019)
Tilanne on valitettavan yleinen monelle vanhemmalle. Kun vanhempi hakee apua omalle lapselleen, on raastavaa ja kuormittavaa, että sitä ei ole saatavilla.

Nykypäivän Suomessa mielenterveysongelmista kärsivät nuoret eivät saa tarvitsemaansa apua ajoissa. Palvelut ovat pirstoutuneita, mikä johtaa lopulta siihen, että erikoissairaanhoidon kuormittuu ja jonot ovat pitkiä. Näissä tilanteissa sairastuneiden lasten ja nuorten vanhemmat joutuvat kantamaan kohtuutonta taakkaa.

Hoitojärjestelmä olettaa usein automaattisesti, että vanhemmat ovat yksin vastuussa sairastuneen lapsensa hoidosta. Tämä on ristiriidassa sen kanssa, että vanhemmat joutuvat monesti toimimaan lapsensa apuna ilman riittäviä tukitoimia. Jatkuvässä päivystysvalmiudessa olevalla vanhemmalla on paljon vastuuta, mutta usein vain vähän tietoa ja tukea toimintansa pohjaksi. Näin ei saa olla.

Usein sairastuneen lapsen ja nuoren lähiomaiset kuvaavat mielenterveyspalveluita vaikeasti tavoitettaviksi ja palveluiden kokonaisprosessia lannistavaksi. Pitkät jonotusajat, ongelmien vähättely ja huonot kohtaamiset ammattilaisten kanssa on ongelma, johon kaivataan muutosta.

Kun mielenterveysongelmiin sairastunut nuori ei saa tarvitsemaansa apua, tämä heijastuu voimakkaasti myös hänen lähipiiriinsä. Vastuu sairastuneen nuoren hoidosta jää liian usein vanhempien harteille, mikä vaikuttaa myös heidän hyvinvointiinsa. Tutkimusten mukaan mielenterveysomaisilla on suuri riski

sairastua psyykkisesti myös itse.

Mielenterveyspalvelut ja niiden saatavuus on mitoitettava sen mukaan, mitä sairastuneen hoito vaatii. Mielenterveyspalveluihin on ohjattava nykyistä enemmän resursseja ja psyykkisesti sairastuneiden lasten ja nuorten tulee päästä hoitoon niin, ettei hoitoon pääsy ja vastuu sairastuneen hoidosta kaadu omaisten harteille. Tarvitsemme palvelujärjestelmän uudistamista ja erityisesti matalan kynnyksen ennaltaehkäiseviä palveluita.

Mielenterveysjärjestöjen vireille panema Terapiatakuu-kansalaisaloitteen tavoitteena on nopeampi ja helpompi pääsy mielen-terveyden tuen piiriin ja se tulee toteuttaa kiireellisesti.

Kenenkään sairastuneen lapsen tai nuoren ei tule joutua odottamaan hoitoon pääsyä, vaan riittävää ja oikea-aikaista apua tulee saada ajoissa. Tämä helpottaisi myös sairastuneen läheisten hätää ja huolta.

Pia Hytönen
toiminnanjohtaja
Mielenterveysomaisten keskusliitto – FinFami ry

Tiina Puranen
vastaava omaistyöntekijä
Savon mielenterveysomaiset – FinFami ry

HALLITUKSEN JÄSENEEN TERVEHDYS

Olen Hannu Miettinen Varkaudesta 56-vuotias metsuriyrittäjä. Perheeseeni kuuluu vaimo Virpi ja koira Kalle sekä neljä aikuista lasta, jotka eivät asu enää kotona. Olen touhunnut eri lajien urheiluvallmentaja/-ohjaajana sekä tällä hetkellä olen Varkauden uimareiden puheenjohtajana/valmentajana.

Yritystoimintaa olen tehnyt nyt 20 vuotta, joten metsä on tullut tutuksi ympäristöksi kohta 40 vuotisen metsätyöuran aikana. Mutta metsä on myös voimavara, sinne voi mennä muutenkin kuin työhön joten olemme vaimoni kanssa innokkaita sienestäjiä ja metsässä liikkujia. Kalle-koira on myös innokas metsän kävijä. Tällä hetkellä päivä lyhenee ja illat pimenevät, silti metsässä on valtava väriloisto hienon ruskan ansiosta. Siitä pitäisi päästä kaikkien nauttimaan ja saamaan mielen virkeyttä. Nautitaan kauniista syksystä ja tasaisesta arjesta koko keholla ja mielellä.

Hyvää syksyä kaikille toivottaen Hannu

TUETTU LOMA

Yhdistyksellemme on myönnetty yksi tuettu loma vuodelle 2020 ja sen on Tanhuvaarassa, Savonlinnassa 23.-28.3.2020.

Voimaa vertaisuudesta- loma omatoimisille aikuisille sisältää täysihoidon, majoituksen kahden hengen huoneessa, lomapaikan allasosaston ja kuntosalin käytön, yleisen vapaa-ajan ohjelman ja ryhmän ohjelman. Loman omavastuuosuus on 20 €/vrk aikuisilta, alle 17-vuotiailta ei peritä omavastuuta. Savon mielen terveysomaiset – FinFami ry järjestää STEAn tukeman loman yhteistyössä Maaseudun terveys- ja lomahuollon kanssa.

Lomahakemuksen on oltava perillä viimeistään 12.1.2020.

Hakulomakkeen voi tulostaa netistä mtlh.fi – lomatuen haku –

tulostettava ja postitettava lomatukihakemus. Mikäli haluat, että lomake postitetaan kotiisi, tarvitset neuvoa lomatukihakemuksen täyttämiseen liittyen tai lisätietoja lomasta, ota yhteys omaistyöntekijä Minnaan p. 040 586 7359 tai minna.kurvinen@omary.fi

OMAISTEN HYVINVOINTITUTKIMUS SYKSYLLÄ 2019

Laajalla kyselytutkimuksella halutaan saada uutta tietoa omaisten hyvinvointiin vaikuttavista seikoista sekä omaisten saamien tuen palveluiden alueellisista eroista. Kyselyssä selvitetään mm. omaisten kokemuksia osallisuudesta elämän eri osa-alueilla, sekä mielenterveysongelmiin usein liittyvän stigman eli leimaantumisen kokemuksia. Tutkimuksen tuloksia hyödynnetään mm. kehitettäessä omaisille suunnattua tukea sekä omaisten osallisuutta sairastuneen läheisen hoidossa ja kuntoutuksessa.

Omaisten näkemyksiä kerätään sähköisellä nettikyselyllä. Vastauksia kerätään 31.12.2019 asti.

Tutkimus tehdään osana Lapin yliopiston hallinnoimaa Recovery-toimintaorientaatio mielenterveyspalveluissa -hanketta, jossa FinFami on mukana. Lisätietoja kyselystä antaa FinFamin osahankkeen työntekijä Minna Kallunki p. 045 800 4903, minna.kallunki@finfami.fi

NÄIN OSALLISTUT TUTKIMUKSEEN

vastaa kyselyyn
osoitteessa

[finfami.fi/
hyvinvointitutkimus](http://finfami.fi/hyvinvointitutkimus)

tai

skannaa QR-koodi
puhelimellasi



PSYYKKINEN SAIRAUS JA PERHEEN KOKEMA STIGMA

Pyyntö osallistua tutkimukseen

Omaiset ja läheiset ovat tärkeässä roolissa psykoosisairauteen sairastuneen elämässä. Tutkimukseni lähtökohtana on kiinnostukseni vaikeaa mielenterveydenhäiriötä sairastavien nuorten aikuisten perheenjäsenten kokemaa stigmaa (leimaa) kohtaan. Tarjotuista mielenterveyspalveluista huolimatta perheen tuella on keskeinen merkitys sairastuneen henkilön elämässä.

Teen väitöstutkimustani Itä-Suomen yliopiston yhteiskunta- ja kauppatieteiden tiedekunnassa. Tutkimukseni pääohjaaja on professori Sari Rissanen. Tutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista. Haastattelut teen tutkimukseen osallistuvien toivomassa paikassa ja heidän valitsemana ajankohtana syksyn 2019 aikana.

Tutkimuksen tavoitteena on tuottaa tietoa stigmasta perheenjäsenten (puolison, sisarusten, vanhempien) näkökulmasta ja stigmaa kuvaava merkitysrakenne, lisätä stigmaan liittyvää yleistä tietoisuutta sekä kehittää yhteiskunnallisia palvelurakenteita tutkimustulosten pohjalta.

Kaikki tutkimusmateriaali tulee ainoastaan minun käyttööni. Tutkimukseen osallistuvien henkilöllisyys ei tule esiin missään tutkimuksen vaiheessa. Aineisto käsitellään luottamuksellisesti ja hävitetään sen jälkeen, kun sitä ei enää tarvita.

Etsin tutkimukseeni henkilöitä, joiden läheinen sairastaa vakavaa mielenterveydenhäiriötä (skitsofreniaa, skitsoaffektiivista häiriötä, kaksisuuntaista mielialahäiriötä, vaikeaa masennusta). Sairastuminen on voinut tapahtua äskettäin tai jo aikaisemmin.

Lisätietoja ja tutkimukseen ilmoittautuminen Elma Tainio YTL, erikoissosiaalityöntekijä 0440511478 tai elmat@uef.fi

KAKSISUUNTAISEEN MIELIALAHÄIRIÖÖN SAIRASTUNEIDEN KUMPPANIT

Olemme kättilöopiskelijat Taru Eklund ja Hilikka Juntunen, sekä terveydenhoitajaopiskelija Hanna Hakkarainen. Opiskelemme Savonia ammattikorkeakoulussa Kuopion kampuksella. Teemme opinnäytetyötä kaksisuuntaiseen mielialahäiriöön sairastuneen seksuaalisuudesta kumppanin näkökulmasta.

Tavoitteenamme on kyselyn avulla kerätä tietoa, miten kumppanit kokevat mielialahäiriön erivaiheissa sairastuneen mahdollisesti muuttuvan seksuaalisuuden ja sen tuomat haasteet parisuhteessa. **Kysely toteutetaan sähköisesti webropol-kyselynä, joka aukeaa täytettäväksi marraskuun aikana.** Linkki tullaan jakamaan myös Savon mielenterveysomaiset - FinFami ry:n kotisivuilla, Facebook-sivuilla sekä halukkaille osallistujille sähköpostitse.

Kysymyksiin vastaaminen on vapaaehtoista, nimetöntä ja täysin luottamuksellista! Jos olet kiinnostunut osallistumaan kyselyyn tai haluat lisätietoja, ole yhteydessä: taru.eklund@edu.savonia.fi

ELÄN HETKEN JA PÄIVÄN KERRALLAAN -SEMINAARI OMAISHOIDON JA TYÖN YHTEENSOVITTAMISESTA

Ke 6.11.2019 klo 12-16, Pikseli-talo, Jämsänkatu 2, Helsinki
Seminaariin voi osallistua myös etäyhteydellä.

Maksuttomassa ja kaikille avoimessa seminaarissa käsitellään omaishoidon ja työn yhteensovittamista. Seminaari on tarkoitettu erityisesti omaishoidon tai työelämän aiheiden parissa työskenteleville järjestöjen ja kuntien työntekijöille ja vapaaehtoisille, tutkijoille, omaishoitajille ja muille aiheesta kiinnostuneille. Keskustelemme työelämän joustoista, ja siitä kuinka

omaishoitoystävällistä työkulttuuria voitaisiin luoda. Seminaarissa esitellään järjestöjen, työntekijöiden ja työnantajien kokemuksia. Paikalla puhujina on muun muassa sosiaali oikeuden dosentti Laura Kallioma-Puha ja Väestöliiton toimitusjohtaja Eija Koivuranta.

Ohjelma löytyy <https://omaishoidonverkosto.fi/wp-content/uploads/2019/09/Ohjelma-seminaari-6.11..pdf>

Ilmoittautuminen sekä paikan päälle että etäseurantaa varten 28.10.2019 mennessä linkin kautta:

<https://link.webpolsurveys.com/S/ACD743B07A65614F>

NALLEKARKIT -TEATTERIESITYS KUOPIOSSA

Nallekarkit on Lahtelaisen 1994 syntyneen Iida-Sofia Luusuan nuorena nuorille kirjoittama näytelmäteksti. Vuonna 2016 ilmestynyt pienoisenäytelmä antaa äänen yksinäisille ja hiljaisille porautuen tarkastelemaan häpeän tunnetta sekä mielen moninaisuutta ja kysyy: kuka huolehtii kenestäkin? Nallekarkit kertoo perheestä, jossa on mielenterveysongelmia.

TeatteriTorstain kuusi nuorta näyttelijää (13-18 -vuotiaat) ovat työstäneet tekstistä oman näköisen. Vastaava omaistyöntekijämme Tiina on ollut mukana antamassa vinkkejä omaisnäkökulmaan.

Olemme tilanneet esityksen torstaiksi 7.11.2019 klo 18. Esitys on Kulttuuriareena 44, Kauppakatu 44. Lipun hinta on viisi euroa.



HOPEAREUNUKSEN KAUTTA YHDISTYKSEMME HYVÄKSI MYYTÄVÄT TUOTTEET

Järjestämämme avoimen piirustuskilpailun päiväkotikäisille lapsille voittajiksi hallituksen jäsenet valitsivat Selman piirtämän "Ystävä"-piirustuksen ja Rauhan piirtämän "Pikkuperhosen".

Hopeareunus on suunnitellut molemmista kuvista tuotteet mm. paitoja, kasseja ja magneetteja. Tuotteita voi personoida esim. lahjan saajan nimellä, omalla nimellä, hellittelynimellä jne.

Hopeareunus lahjoittaa jokaisesta myydystä paidasta viisi euroa ja muista tuotteista kaksi euroa yhdistyksellemme. Saadut varat käytetään teidän omaisten vertaistoiminnan ja virkistystyksen järjestämiseen. **Tuotteet ovat myynnissä osoitteessa www.hopeareunus.net.**

OMAISNEUVONTA

Omaisneuvonta on yhdistyksemme omaistyöntekijöiden tarjoama maksutonta keskustelutukea psyykkisesti oireilevien tai sairastuneiden omaisille ja läheisille. Keskustelussa on mahdollista käydä läpi sen hetkistä elämäntilannettaan sairastuneen omaisena. Tavoitteena on tukea omaisen selviytymistä ja löytää ratkaisuja arjen ongelmiin. Omaistyöntekijät ovat sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisia.

Omaistyöntekijöillemme voi soittaa, kirjoittaa sähköpostia tai heiltä voi varata henkilökohtaisen keskusteluajan. Ota rohkeasti yhteyttä, mikäli tarvitset tietoa, tukea tai neuvontaa!

Vastaava omaistyöntekijä Tiina Puranen (Kuopio)
Puh. 040 556 4292 tai tiina.puranen@omary.fi

Omaistyöntekijä Johanna Björn (Pohjois-Savo)
Puh. 040 060 3407 tai johanna.bjorn@omary.fi

Omaistyöntekijä Minna Kurvinen (Etelä-Savo)
Puh. 040 586 7359 tai minna.kurvinen@omary.fi

Omaisneuvonnan päivystyspisteet

- **Iisalmen sairaala Riistakatu 21, 3. krs**
torstaina 7.11. klo 16-19 sekä keskiviikkona 4.12. sovitusti
Varaa aika etukäteen Johannalta p. 040 060 3407
- **Julkulan sairaala Mielen Maja, Puijonsarventie 40, Kuopio** keskiviikkona 13.11. klo 14-17. Varaa aika etukäteen Johannalta p. 040 060 3407.

- **Varkauden psykiatrian poliklinikka, Savontie 55**
maanantaisin 11.11. ja 9.12. klo 12–14.30. tiistaina 5.11.
ja keskiviikkona 27.11. sovitus. Varaa aika etukäteen
Johannalta p. 040 060 3407
- **Savonlinnan keskussairaala, Keskussairaalantie 6,
yhteisötila 6. krs.** torstaisin 14.11. ja 12.12., klo 12-16.
Varaa aika etukäteen Minnalta p. 040 586 7359.
- **Pieksämäen psykiatrian poliklinikka, päihde – ja
mielenterveysyksikön tilat, Tapparakatu 1-3**
keskiviikkoisin 27.11. ja 18.12. klo 13-16.
Varaa aika etukäteen Minnalta p. 040 586 7359.

PUHELIMITSE TOIMIVAT VERTAISRYHMÄT

Yhdistyksemme puhelinvertaisryhmät ovat olleet todella pidettyjä ja ne ovat mahdollistaneet jokaiselle vertaisryhmään osallistumisen asuinpaikasta huolimatta. Puhelinryhmään voit osallistua tavallisella matkapuhelimella ja puhelut ovat osallistujille maksuttomia. Voit osallistua ryhmään anonyyminä. Ryhmiä ohjaavat yhdistyksen omaistyöntekijät. **Lisätietoja ja ilmoittautumiset Johannalle p. 040 060 3407.**



Puhelinryhmiin osallistuneet kokivat tullessaan erittäin hyvin kuulluksi sekä kertoivat vertaistuen ja kokemusten jakamisen samassa tilanteessa olevien kanssa helpottaneen omaa oloaan ja jaksamisestaan.



KUOPIO

ke 13.11. klo 17.30-19 "Kokonainen ihminen"

Hyvinvoinnin iltakoulun avoimessa luento- ja keskustelutilaisuudessa on alustajana näyttelijä-kehopsykoterapeutti Katja Kiuru. Hänen ihmiskuvassaan keho ja mieli ovat yhtä. Iltakoulussa pureudutaan ihmisenä olemisen kokonaisvaltaisuuteen. Ramin konditoria, Puijonkatu 23

Katja on kirjoittanut teoksen näyttelijäntyöstä: Palasina ja kokonaisena. Ihminen näyttämöllä. Kirjaa on mahdollisuus ostaa 20 €/kpl (käteisellä).

to 14.11. Järjestötori klo 12-15 Ajankohtaista tietoa paikallisten järjestöjen tarjoamasta monipuolisesta toiminnasta, palveluista ja osallisuuden mahdollisuuksista työikäisille nuorille ja aikuisille. Raittiustalo, Minna Canthin katu 52-54.

ti 19.11. klo 17-19 "Terveet rajat ja rajojen asettaminen"

Terveiden rajojen löytäminen ja ylläpitäminen. Rajojen asettamisen tärkeys suhteessa stressiin ja hyvinvointiin. Rajojen asettamisen yleisiä haasteita ja näiden mahdollisia taustasyitä. Avoin luento- ja keskustelutilaisuus, alustajana psykologi Kristoffer Hagström. Minnantupa, Minna Canthin katu 43.

to 21.11. klo 10-13 Tervetuloa moikkaamaan meitä OLKA®-järjestöpisteeseen ala-aulaan KYSille

pe 22.11. klo 8.30-15 Tietopäivä itsetuhoisuudesta

KYS auditorio Puijonlaaksontie 2, sisäänkäynti AA-ovesta

- 8.30 Aamukahvi
- 9.00 Tervetuloa
- 9.15 "Nuorten itsetuhoisuus" LT, nuorisopsykiatrian erikoislääkäri Virve Kekkonen
- 10.15 Tauko
- 10.30 "Miten itsemurhia ehkäisevää työtä tehdään Pohjois-Savon alueella?" Kuopion kaupungin hyvinvointikoordinaattori Säde Rytönen
- 11.00 Kokemuspuheenvuoro
- 11.30 Lounas
- 12.30 "Omaisien kokemuspuheenvuoro selviytymisestä" vertaisohjaaja Tuija
- 13.15 "Itsetuhoisuuden anatomia" - kriisityöntekijä Harri Sihvola, Mieli Itsemurhien ehkäisykeskus
- 14.45 Päivän yhteenveto

Kuopion toimisto on muuttanut. Uusi osoitteemme on Asemakatu 16, missä myös ryhmämme kokoontuvat.

Avoin vertaisryhmä aikuisille, joiden vanhempi tai sisarus oireilee tai sairastaa psyykkisesti. Ryhmä kokoontuu yhdistyksen toimitiloissa, Asemakatu 16. Ryhmää ohjaa sosionomi Nina Kauppinen. Lisätietoja vastaava omaistyöntekijä Tiina p. 040 556 4292 tai tiina.puranen@omary.fi.

- ma 25.11. klo 17-19

Avoin ikäomaisten ryhmä kokoontuu yhdistyksen toimistolla, Asemakatu 16. Ryhmää ohjaa lähihoitaja Mirella Mäntyniemi. Lisätietoja vastaava omaistyöntekijä Tiina p. 040 556 4292 tai tiina.puranen@omary.fi.

- ma 18.11. klo 14-16

Suljettu vertaisryhmä vanhemmille, joiden lapsi (18-vuotias tai vanhempi) oireilee tai sairastaa psyykkisesti.

Lisätietoja vastaava omaistyöntekijä Tiina p. 040 556 4292 tai tiina.puranen@omary.fi

Suljettu vertaisryhmä vanhemmille, joiden psyykkisesti oireileva tai sairastava **lapsi tai nuori on alle 18-vuotias.**

Lisätietoja vastaava omaistyöntekijä Tiina p. 040 556 4292 tai tiina.puranen@omary.fi

Suljettu ryhmä puolisoille, joiden kumppani oireilee tai sairastaa psyykkisesti. Lisätietoja vastaava omaistyöntekijä Tiina p. 040 556 4292 tai tiina.puranen@omary.fi

IISALMI

Suljettu vertaisryhmä omaisille kokoontuu Yhdistystalo VAKASSA, Pohjolankatu 4. Lisätietoja omaistyöntekijä Johanna p. 040 060 3407 tai johanna.bjorn@omary.fi

VARKAUS

Suljettu vertaisryhmä omaisille kokoontuu Olohuoneella, Kauppakatu 13. Lisätietoja omaistyöntekijä Johanna p. 040 060 3407.

MIKKELI

ti 12.11. klo 17-18.30 "Suunta hukassa? Motivaatiota metsästäjänässä" Motivaatio on valtava voimavara. Mutta onko se omassa elämässäsi parhaassa mahdollisessa käytössä? Entä jos motivaatio on kokonaan hukassa? Mistä se löytyy ja mikä avuksi? Entä mitä on sisäinen motivaatio? **Hyvinvoinnin ilta-koulun** avoimessa luento- ja keskustelutilaisuudessa alustajana Jyrki Rinta-Jouppi, kouluttaja, Mielen terveyden keskusliitto. Mikkelin yliopistokeskus, auditorio, Lönnrotinkatu 5.

ke 13.11. klo 17-19 "Pitääkö olla huolissaan" Kun läheisen käyttäytyminen muuttuu - mielen muutokset ja uhkaava käyttäytyminen. Omatorilla, Porrassalmenkatu 21 2. krs

la 16.11. Luova lauantai - rentouttava päivä omaisille. Ohjelmassa shindoa klo 10 ja kuvataideterapeutti Pirkko Hämä-läinen. Lisätietoja ja ilmoittautuminen Minna p. 040 586 7359 tai minna.kurvinen@omary.fi. Estery-talo, Otto Mannisenkatu 4

ma 18.11. klo 12-15 Savon mielenterveysomaiset OLKA®-pisteellä Mikkelin keskussairaalassa klo 12-15.

la 30.11. Luova lauantai - aloitetaan aamu terveystoiminta asahilla, kahvitellaan ja iltapäivän ohjelmassa Rumpumatka luontoon, Nature Magics. Lisätietoja ja ilmoittautuminen etukäteen Minna p. 040 586 7359 tai minna.kurvinen@omary.fi. Estery-talo, Otto Mannisenkatu 4

to 19.12. klo 13-15 Tervetuloa nauttimaan jouluglögit Mikkelin toimipisteelle Estery-talolle, Otto Mannisenkatu 4

Suljettu vertaisryhmä puolisoille, joiden kumppani oireilee tai sairastaa psyykkisesti. Ryhmä kokoontuu ESTERY-talolla, Otto Mannisenkatu 4. Lisätietoja omaistyöntekijä Minna p. 040 586 7359 tai minna.kurvinen@omary.fi.

Suljettu vertaisryhmä vanhemmille, joiden lapsi oireilee tai sairastaa psyykkisesti. Ryhmä kokoontuu ESTERY-talolla, Otto Mannisenkatu 4. Lisätietoja omaistyöntekijä Minna p. 040 586 7359 tai minna.kurvinen@omary.fi.

SAVONLINNA

la 23.11. klo 10-14 "Iloa elämään – tapahtuma" Savon mielenterveysomaisten työpajassa valmistetaan itselle huolinukke. Linnalan Setlementin tiloissa Sotilaspojankatu 7.

YHTEYSTIEDOT

KUOPION TOIMISTO

Asemakatu 16, 70100 Kuopio

Vastaava omaistyöntekijä
Tiina Puranen
p. 040 556 4292
tiina.puranen@omary.fi

Omaistyöntekijä
Johanna Björn
p. 040 060 3407
johanna.bjorn@omary.fi

Järjestösuunnittelija
Anna-Kaisa Asikainen
p. 040 583 0536
anna-kaisa.asikainen@omary.fi

MIKKELIN TOIMISTO

Otto Mannisenkatu 4, 50100 Mikkeli
(ESTERY-talo)

Omaistyöntekijä
Minna Kurvinen
p. 040 586 7359
minna.kurvinen@omary.fi



Voit ottaa meihin yhteyttä myös WhatsAppilla!