

# Mielikioski toimintamallikuvaus



Mielikioskiin voit ottaa yhteyttä, kun

- haluat vahvistaa mielen hyvinvointia ja voimavaroja
- kaipaavat tukea elämäntilanteeseesi
- olet huolissasi omasta mielen hyvinvoinnista tai riippuvuuksista
- olet huolissasi läheisen tilanteesta
- kaipaavat vertaistukea

**Tuen tarve**

**Yhteydenotto**

- Walk in pisteillä
- Chatissa
- Puhelimessa
- Sähköpostilla



- Anonyymiä, luottamuksellista ja maksutonta keskustelutukea
- Vertaistapaamisia
- Mielen terveyden ensiapu - koulutuksia

**Keinot**

**Tukea tarjoavat**

- Psykiatrisen sairaanhoitaja ja sosiaaliohjaaja
- Useat sosiaali- ja terveysalan järjestöt ja heidän koulutetut kokemusasiantuntijansa



- Mielen terveys voimavarana,
- Stigman vähentäminen
- Mielen terveyden vahvistaminen
- Mielen terveysosaamisen lisääminen

**Toiminnan periaatteet**