

# Oulun seudun mielenterveysseuran/Oulun Kriisikeskuksen vapaaehtoistyöstä

---

MAIJA KYLMÄNIEMI

KRIISITYÖNTEKIJÄ, VAPAAEHTOISTYÖNKOORDINAATTORI

OULUN KRIISIKESKUS

22.8.2019

# Tukea ja apua elämän kriiseissä

Oulun kriisikeskuksesta saat ammatillista kriisiapua (1-5 käyntiä):

- kun olet kohdannut odottamattoman, järkyttävän tapahtuman
- omat selviytymiskeinot eivät riitä
- sinulla ei ole muuta olemassa olevaa hoitokontaktia

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

Asiointi vain ajanvarauksella:  
p. 044 3690 500 (ma-pe 9-14)

 **Oulun kriisikeskus**

Kirkkokatu 19 A 10 (3.krs)  
[www.mielenterveysseurat.fi/oulu](http://www.mielenterveysseurat.fi/oulu)



# Verto-hanke

**1.1.2018 - 31.12.2020**

---

Matalan kynnyksen yhteisöllistä ja arkea tukevaa vertaistoimintaa huumeiden käyttäjille, sekä heidän läheisilleen

**Kenelle:** täysi-ikäiset huumeiden käyttäjät, huumausaineriippuvuudesta kuntoutuvat, korvaushoidossa olevat ja huumeiden käyttäjän läheiset

**Lähtökohtana:** Yhteisön jäsenten ja heidän läheisten osallisuuden vahvistaminen omassa elämässä ja yhteiskunnassa, sekä kokemustiedon ja vertaisuuden hyödyntäminen

**Rahoitus:** STM tukee Veikkauksen varoilla

**Perustuu:** Anonymiteettiin ja vapaaehtoisuuteen

# Vapaaehtoistyön muodot

---

- Valtakunnallinen kriisipuhelin
- Sekasin chat
- Ryhmät
- Yksilötukisuhteet
- LauluLiisat ja Lassi
- Kampanjat
- Some

# Vapaaehtoisten tukeminen

---

- Työparettain työskentely
- Purkukeskustelut
- Tarjottavat
- Työnohjaus
- Kehityskeskustelut
- Virkistystoiminta
- Koulutukset

# Palaute

---

- Kiitos hyvin jäljestetystä vapaaehtoistoiminnasta!
- Mukavaa myös kun koko kriisarin porukka osallistuu kesäjuhliin yms. tapahtumiin.
- Suuri kiitos kaikesta vaivannäöstä meidän vapaaehtoisten eteen, tulee todellakin sellainen olo että saa tehdä "työtä", millä on merkitystä. Kiitos <3
- Varsinkin laadukkaat tarjoilumme tunnetaan Kriisikeskuksen ulkopuolellakin:))
- Se on ainakin positiivista että voi aina vapaaehtoisesti valita itselle sopivat päivystysajat.
- Lämmin kiitos ihanasta yhteisöstä ja erittäin toimivasta vapaaehtoistyön mahdollisuudesta sekä antoisista koulutuksista!

KIITOS! 😊

<https://www.youtube.com/watch?v=8xp8LFRf-vo>