



FinFami

Pohjanmaa ry / Österbotten rf

Vapaaehtoiset Snapchatissä – Kuule mua-chatti

Katrin Björklund, FinFami Pohjanmaa



FinFami

Pohjanmaa ry / Österbotten rf

FinFami Pohjanmaa

Mielenterveysomaisten yhdistys

Perustettu 1991

Kaksikielinen ja kaksi toimipistettä: Vaasa ja
Kokkola

Toimintaa monelle eri ikäryhmälle

Kuule mua-chatti

Tausta:

- Korona kevät -> nuorisotoiminta Snapchat ja TikTok
- Uusi vapaaehtoinen
- Ruotsinkielinen lokakuu 2020 alkaen
- Suomenkielinen joulukuu 2020 alkaen



KUULE MUA-CHAT

Avoim chatti nuorille

Milloin: Joka tiistai klo 18-20

Kenelle: 11-29 vuotiaille nuorille

Chatissa vastaavat FinFamin koulutetut vapaaehtoiset. Voit laittaa viestiä täysin anonyymisti. Älä epäröi, vaan ota yhteyttä. Mikään huoli ei ole liian pieni!

Löydät meidät Snapchatista nimellä @finfaminuoriso



"Kaverini viiltelee, mitä voin tehdä?"

"Minua ahdistaa, mitä voin tehdä?"

"Olen huolissani isästäni!"

"Äitini on masentunut, mutta onko minulla silti oikeus olla onnellinen?"

"Huolehdin kaikesta kotona. Pitäisikö sen olla niin?"

"Ystävälläni on masennus, miten voin auttaa häntä?"



Hör mig-chat

Öppen chat för unga

När: Svenskspråkig chat varje torsdag kl. 18-20

För vem: Unga i åldern 11-29

I chatten svarar FinFamis utbildade frivilliga. Om du vill, kan du vara helt anonym i chatten. Tveka inte att ta kontakt. Inget problem är för litet!

Du hittar oss på Snapchat med namnet @finfaminuoriso



"Min kompis är trött hela tiden, hur kan jag hjälpa hen?"

"Jag har ångest, vad kan jag göra?"

"Jag är orolig över min pappa"

"Min mamma är deprimerad, har jag rätt att vara glad trots det?"

"Jag sköter om allt hemma. Ska det vara så?"

"Min kompis skär sig.."

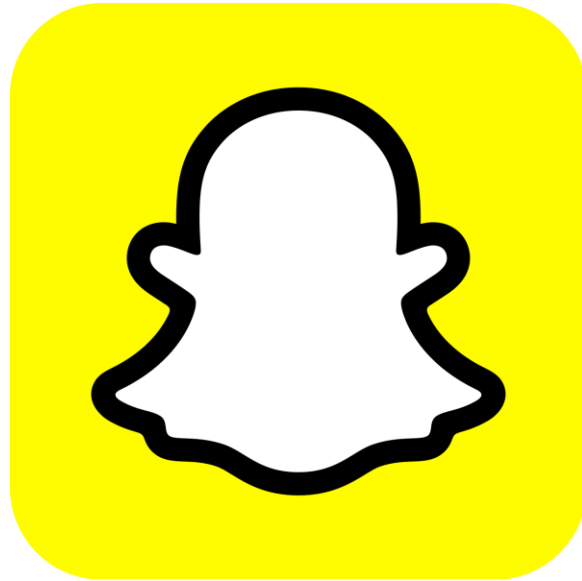


Kuule mua-chatti: nuorten näkökulmasta

- Joka viikko: tiistaisin klo 18-20 suomeksi ja torstaisin klo 18-20
- Lisää @finfaminuoriso Snapchatissa ja lähettää viestin
- Saa vastauksen kysymykseen tai pääsee purkamaan ajatuksiaan turvallisen aikuisen kanssa

Kuule mua- chatti vapaaehtoisen näkökulmasta

- Käy koulutuksen ja tapaaminen yhdistyksen
 - Perustietoa mielenterveydestä ja mielenterveysomaisista
 - Mahdolliset haastavat tilanteet
 - Miten toimii vakaavissa tilanteissa
- Sovittuun aikaan kirjautuu Snapchattiin ja odottaa
- Työntekijä koko ajan taustalla tavoitettavissa
- Työnohjausta ja vertaistukea päivystäjien kesken



Lisää tietoa

Katrin Björklund, omaiskoordinaattori
044-7634 101
katrin.bjorklund@finfamipohjanmaa.fi

Kaarlelankatu 21, 67100 Kokkola

www.finfamipohjanmaa.fi

