

## Kriisiapu ja henkinen tuki

### Pohjois-Karjalan Kriisikeskus

Koulutetut kriisityöntekijät tarjoavat keskusteluapua. Kriisiapu on tarkoitettu lyhytaikaiseen, muutaman käynnin kriisitukeen, ehkäisemään kuormituksen kroonistumista ja mielenterveysongelmia.

Ajanvaraus arkisin kello 10–16 numerosta 013 316 244.

Tapaamiset kasvokkain, puhelimitse tai Teams-yhteydellä. Tapaamiset ovat asiakkaille maksuttomia. Tapaamisista ei tehdä kirjauksia, paikalle voi tulla halutessaan anonyyminä.

Asiointikielenä suomi tai englanti, tarvittaessa järjestetään myös tulkkausapua.

### Siun sote

Siun sote on kunnallisten sosiaali- ja terveyspalveluiden järjestäjä Tohmajärvellä. Palvelut löytyvät osoitteesta [www.siunsote.fi/en/web/english](http://www.siunsote.fi/en/web/english).

Sosiaali- ja kriisipäivystys tukee akuutissa tilanteessa, puh. 013 330 9002

Sosiaalitoimistot (työikäisten sosiaalipalvelut) järjestävät palveluohjausta ja neuvontaa 013 330 2810 Kiireellistä toimeentulotukea ja perustoimeentulotukea (esim. ruokaan tai lääkkeisiin) voi hakea Kansaneläkelaitokselta (KELA): [www.kela.fi](http://www.kela.fi).

Mielenterveys- ja päihdepalvelut palvelevat asiakkaita, joilla on psyykinen sairaus tai mielenterveysongelmia. Mielenterveyspalvelujen hoitokoordinaattorit auttavat arkisin etsimään oikeaa ratkaisua psyykkisiin ongelmiin puh. 013 330 2145.

Terveydenhuoltopalvelujen osalta Pohjois-Karjalan keskussairaalan yhteispäivystyksessä palvellaan terveydenhuoltoon liittyvissä akuuttiasioissa ympärivuorokautisesti. Jos terveydenhuollon palveluihin hakeutumisen syynä on infektio-oireet, pyydetään varaamaan etukäteen vastaanottoaika puh. 116 117.

### Ortodoksinen seurakunta

Joensuun ortodoksinen seurakunta tarjoaa henkistä ja hengellistä tukea. Seurakunnan henkilöstöstä löytyy englannin, venäjän, puolan, ukrainan, kreikan, ruotsin ja suomen kielen taitoisia.

Yhteystiedot ja tietoa jumalanpalveluksista:

[www.joensuunortodoksit.fi/по-русски](http://www.joensuunortodoksit.fi/по-русски)

[www.joensuunortodoksit.fi/in-english](http://www.joensuunortodoksit.fi/in-english)

### Luterilainen kirkko Tohmajärvellä

#### Tohmajärven seurakunta

Seurakunnan yhteyshenkilö nuorisotyönohjaaja Ritva Salopuro, puh.

050 5213976, [ritva.salopuro@evl.fi](mailto:ritva.salopuro@evl.fi). Osoite: Maiju Lassilan tie 16, 82600 Tohmajärvi.

## **Valtakunnalliset kriisipalvelut**

### *Suomen mielenterveys ry:n kriisipuhelin*

Kriisipuhelimen päivystäjät ovat kriisityön ammattilaisia, alan opiskelijoita sekä vapaaehtoisia.

Puhelin palvelee suomeksi, ruotsiksi, arabiaksi ja englanniksi.

#### **Suomeksi:**

puh. 09 2525 0111

Avoinna 24 tuntia vuorokaudessa

<https://mieli.fi/>

#### **Arabiaksi ja englanniksi:**

puh. 09 2525 0113 ja WhatsApp 040 195 8202.

ma ja ti klo 11-15,

ke klo 13-16 ja klo 17-21,

to klo 10-15

pe klo 9-13 englanniksi numerossa 09 2525 0112

<https://mieli.fi/en>

<https://mieli.fi/ar>