

**Tukea,  
toivoa,  
mukana**

*Et jää yksin.*

## Ota yhteyttä

**FinFami Etelä-Pohjanmaa ry**  
Kauppakatu 11 A 4 - Omaiskamari  
60100 SEINÄJOKI  
puh. 06 414 8994  
toimisto@finfamiiep.fi  
www.finfamiiep.fi

**Päivi Penttilä**, toiminnanjohtaja  
puh. 050 348 3676  
paivi.penttila@finfamiiep.fi

**Tuija Ikola**, omaisneuvoja  
puh. 040 410 2549  
tuija.ikola@finfamiiep.fi

**Teija Matalamäki**, aluetyöntekijä  
puh. 050 338 0845  
teija.matalamaki@finfamiiep.fi

**Sirpa Paukku**, ikääntyvien omaistyöntekijä  
VIOLA-hanke 2014 - 2017  
puh. 044 709 5737  
sirpa.paukku@finfamiiep.fi



**Elina Vainio**, nuorten omaistyöntekijä  
Paikka Auki -hanke 2016  
puh. 045 231 9505  
elina.vainio@finfamiiep.fi

**KUN YKSI  
SAIRASTUU  
MONEN MAAILMA  
MUUTTUU.**



**KUN YKSI  
SAIRASTUU  
MONEN MAAILMA  
MUUTTUU.**

[www.finfamiiep.fi](http://www.finfamiiep.fi)  
Seuraa meitä myös somessa!



# Mielenterveys- ja päihdeomaisten oma yhdistys

Läheisen sairastuminen koskettaa koko perhettä. Yhdistyksen toiminnan tarkoituksena on edistää omaisten hyvinvointia, elämänlaatua ja arjessa selviytymistä läheisen sairastuessa psyykkisesti. Toimimme yhteistyössä muiden omaisyhdistysten ja mielenterveysalan toimijoiden kanssa.

## Mikä auttaa sinua jaksamaan?

- Tiedon hankkiminen
- Omien tunteiden hyväksyminen
- Myönteinen ajattelu
- Harrastukset
- Omien rajojen tunteminen
- Hyvinvoinnista huolehtiminen
- Ystäville ja vertaisille puhuminen
- Ammattiapu

## Tarjoamme

- Puhelintukea, **puh. 06 414 8994**  
Voit soittaa myös nimettömänä
- Omaisten henkilökohtaisia tapaamisia ajanvarauksella
- Omaisten vertaistukiryhmiä
- Mielenterveys- ja päihdetietoa sekä koulutusta
- Kuntoutus- ja virkistystoimintaa
- Mahdollisuuden toimia vapaaehtoisena
- Edunvalvontaa

## Jäsenetumme

- Yhdistyksen jäsentiedote 3 kertaa vuodessa
- Keskusliiton Labyrintti-lehti 4 kertaa vuodessa
- Vaihtuvia jäsenetuja kulttuurin ja liikunnan parissa
- Voit vaikuttaa osallistumalla toimintaamme

Olemme Mielenterveysomaisten keskusliitto - FinFami ry:n jäsenjärjestö.

Yhdistyksemme toimii koko Etelä-Pohjanmaan alueella.



## Haluan liittyä jäseneksi

- Henkilöjäsen 15 € /vuosi
- Perhejäsenyys 20 € /vuosi
- Yhteisöjäsenyys 25 € /vuosi
- Ainaisjäsenyys 100 €
- Perheainaisjäsenyys 150 €

Perheeseen katsotaan kuuluvan vanhemmat, alaikäiset lapset sekä perheeseen kuuluvat täysi-ikäiset edunvalvottavat.

Jäseneksi liittyessäsi maksa jäsenmaksu tilille: **FI75 4740 1020 0438 29**

Nimi:

Osoite:

Postinro:  Postitoimipaikka:

Sähköposti:

Puh:

Synt. vuosi:  Yhteystietoja käytetään vain jäsenyyteen liittyvissä asioissa.  
Lomake löytyy myös [www.sivuiltamme](http://www.sivuiltamme).

Saatuamme yhteystietosi ja jäsenmaksun, vahvistamme liittymisesi ja postitamme Sinulle viimeisimmän jäsenpostin esitteineen sekä Labyrintti-lehden uusimman numeron.

FinFami  
Etelä-Pohjanmaa ry  
Kauppakatu 11 A 4  
60100 SEINÄJOKI

Vastanottaja  
maksaa  
postimaksun