

Alta löytyvät yhdistyksemme tapahtumat ja toiminnot. Tietoa tapahtumista saa jakaa eteenpäin. Mikäli tahdot poistua postituslistaltamme, laita sähköpostia osoitteeseen: toimisto@finfamiiep.fi

VASTUULLISESTI YHDESSÄ

Lue ohjeistus koronariskin minimoimisesta toiminnassamme osoitteessa: www.finfamiiep.fi/ajankohtaista

OMAISNEUVONTA



Oletko huolissasi läheisesi mielenterveydestä ja omasta jaksamisestasi? Omaisneuvonta on sinua varten! Maksutonta keskusteluapua on saatavilla ajanvarauksella:

- tapaamisena toimistollamme
- videoyhteydellä (Teams)
- puhelimitse

Varaa sinulle sopiva aika ajanvarauskalenterista www.finfamiiep.fi/varaa, soita tai lähetä soittopyyntö teksti- tai WhatsApp -viestillä numeroon 040 410 2549.

Tuija Ikola, omaisneuvoja, psyk.sh.
tuija.ikola@finfamiiep.fi

DIAGNOOSINA IHMINEN



Seinäjoen mielenterveys ja päihdepalveluiden asiakasraati järjestää avoimen keskustelu- ja yhteiskehittämistilaisuuden. Tilaisuuteen ovat tervetulleita kaikki mielen-terveys- ja päihdepalveluiden

nykyiset ja entiset asiakkaat, läheiset, työntekijät ja päättäjät. Tilaisuudessa kuullaan alustuksia ja käydään keskustelua teemaan liittyen. Tilaisuus pidetään Seinäjoen Kaupunginkirjaston Jaaksi -salissa, os. Koulukatu 21. **Ilmoittautumiset:** 4.9. mennessä toimisto@finfamiiep.fi. Tilaisuuteen mahtuu 20 osallistujaa ilmoittautumisjärjestyksessä.

PUHU MULLE! -NUORTEN FOORUMI



Järjestämme maksuttoman Puhu mulle! -Nuorten foorumin 15-24 -vuotiaille nuorille. Päivään kuuluu tutustumista, yhteisiä ruokailuja, työskentelyä koko ryhmänä sekä pienryhmissä. Foorumi on

Seinäjoen Nuorisokeskuksella os. Puskantie 3. Lisätietoja tapahtumasta: Tommi Kamppinen, p. 045 268 0127, tommi.kamppinen@finfamiiep.fi. **Ilmoittautumiset:** <https://bit.ly/puhumulle>

NUORTEN VERTAISTAPAHTUMAT

Kunahra -hankkeen toiminnallisissa vertaistapahtumissa on syyskuussa luvassa keilausta. 15-18 -vuotiaiden vertaistapahtuma on **ke 16.9. klo 17-18:30** ja 18-24 -vuotiaiden tapahtuma on **ke 23.9. klo 17-18:30**. Lisätiedot tapahtumista löytyvät kotisivuiltamme www.finfamiiep.fi/kunahra. **Ilmoittautumiset:** bit.ly/keilaamaanseinajoki

YHDISTYKSEN KEVÄT- JA SYYSKOKOUS



Yhdistyksen kevät- ja syyskokouksessa päätetään sääntömääräisistä asioista. Kokous järjestetään Ravintola Trahteerissa os. Huhtalantie 2, 60220 Seinäjoki. Osallistuminen mahdollista myös etänä

Ilmoittautumiset 18.9. mennessä hallitus@finfamiiep.fi tai p. 050 348 3676. Ilmoita samalla osallistutko etänä vai kokouspaikalla.



KUUKAUSITIEDOTTEEN LUKIJAKYSELY

Suoritimme elokuussa kyselyn kuukausitiedottemme lukijoille. Kyselyyn vastanneista 75% kiinnostus tiedotetta kohtaan on ammatillinen ja 25% omaiskohtainen. Vastaaajista 75% kertoi-kin hyödyntäneensä tiedotetta työssään.

Kiitos kaikille vastanneille.

UUSI JÄRJESTÖAVUSTAJA



Yhdistyksessä on aloittanut uusi järjestöavustaja Hilda Anttila. Hilda on koulutukseltaan kulttuurituottaja (AMK) ja järjestöavustajana hänen työkuvaansa kuuluu pääasiassa viestinnästä huolehtiminen. Hilda

vastaa myös toimiston sähköposti- ja puhelin-

SYYSKAUDEN TIEDOTE

Syyskauden tiedottemme julkaistiin heinäkuun lopussa. Tiedotteen pääsee lukemaan osoitteessa <https://www.finfamiep.fi/>

JÄRJESTÖJEN TOIMINNASTA OLI TUKEA POIKKEUSAIKANANA

26.8

”Poikkeusaika toi esiin kiinni pitävien ja tukea antavien, pientenkin kohtaamisten sekä palveluiden merkityksen. Päihdetyössä asiakkaiden, joilla oli kontakteja järjestötoimintaan,

huomattiin olleen kriisin keskellä vahvemmilla.” Kotisivuillamme julkaistussa artikkelissa kerrotaan poikkeusajan eri vaikutuksista ihmisiin. Lue koko artikkeli osoitteessa:

<https://www.finfamiep.fi/ajankohtaista/jarjestojen-toiminnasta-oli-tukea-poikkeusaikana/>

Seuraa meitä somessa!



@finfamiep

TULEVIA RYHMIÄ - VARAA PAIKKASI TAI KERRO ETEENPÄIN

Puro – puoliso-ryhmä omaisille, Lapua

Neljän kokoontumiskerran ryhmä, joka on suunnattu henkilöille, joiden puoliso oireilee/sairastaa psyykkisesti. Iltojen teemoina mm. tunteet, voimavarat, sekä toipuminen. Ohjaajina vapaaehtoiset ryhmänohjaajat. Ensimmäinen kokoontuminen ke 2.9. klo 17:30-19.

Virta, Seinäjoki

Vertaistukiryhmä on vanhemmille, joiden noin 13-25-vuotiaalla nuorella on psyykkistä oireilua. Osallistuminen ei vaadi nuoren hoitokontaktia tai diagnoosia, huoli riittää. Kokoontumisissa käsitellään mm. vanhemman tunteita ja vuorovaikutusta lapsen kanssa toipumisnäkökulmaa etsien. Ohjaajana vertaisohjaaja. Ensimmäinen kokoontuminen ti 8.9. klo 17:30-19.

Lempeää liikettä ja mielen hyvinvointia, Alajärvi

Kehon kautta voidaan vaikuttaa myös mieleen - voimaannutaan lempeällä liikkeellä ja mielen hyvinvointiharjoituksilla. Kevyttä liikuntaa ilman välineitä. Läsnäolon ja tietoisuuden harjoituksia. Yhteistyössä Järvi-Pohjanmaan kansalaisopiston kanssa. Omavastuu kurssista 5 €. Ensimmäinen kokoontuminen ti 22.9. klo 18-19.

Ilmoittautumiset: <https://opistopalvelut.fi/jarvipohjanmaa/course.php?l=fi&t=3467>

LÄHIPALVELUISTA ETÄPALVELUIHIN

Päihde- ja mielenterveysjärjestöt ryhtyivät järjestämään palvelujaan uudella tavalla koronaviruksen aiheuttaman poikkeustilan vuoksi keväällä 2020. Matalan kynnyksen palvelujen tilalle perustettiin virtuaalikohtaamispaikkoja, verkkoryhmiä ja puhelinrinkejä. Tuore MIPA artikkeli käsittelee järjestöjen työntekijöiden kokemuksia siitä, mitä etäpalveluilla tavoitettiin ja ketkä jäivät niiden ulkopuolelle.

Myönteisimpiä kokemukset etäpalveluihin siirtymisestä olivat omaistyötä tekevissä järjestöissä, joissa verkkovertaistuen oli koettu palvelleen asiakkaita yleisesti ottaen hyvin. Etäpalveluina tarjottu psyykinen tuki oli sen sijaan usein riittämätöntä vakavammista päihde- ja mielenterveysongelmista kärsiville.

Jurvansuu, S., Kaskela, T. & Tourunen, J: (2020): Lähipalveluista etäpalveluihin. Päihde- ja mielenterveysjärjestöjen työntekijöiden kokemuksia koronapoikkeustilan aikana. Tietopuu: Katsauksia ja näkökulmia 3/2020. Julkaistu 14.8.2020. https://tiedostot.a-klinikksaatio.fi/tutkittua/tietopuu_katsauksia_3_2020_lahipalveluista_sahkoihin_etapalveluihin.pdf