

MIELENTERVEYSPALVELUT KAARINALAISILLE



*Mielenterveystyön kehittämisryhmä
2009*

SISÄLLYS

Johdanto	3
Alle kouluikäiset	4
Koululaiset.	5
Nuoret ja opiskelijat	6
Aikuiset	7
Vanhukset	9
Muita mielenterveystoimijoita	11
Netti-infoa	12
Auttavia puhelimia	13

Johdanto

Tämän oppaan tarkoituksena on antaa tietoa eri-ikäisten kaarinalaisten mielenterveyspalveluista ja helpottaa yhteystietojen löytämistä.

Tämä opas on syntynyt osana Kaarinan mielenterveystyön kehittämisryhmän toimintaa. Kehittämisryhmä koostuu kunnallisista ja kolmannen sektorin toimijoista Kaarinassa.

Tämä opas on päivitetty 29.1.2010 ja jatkossa se päivitetään puolivuosittain.

Kenelle	Mitä	Yhteystiedot	Miten pääsee
<u>Alle kouluikäiset</u>	Selvittely ja tuki varhaisissa vuorovaikutushäiriöissä, kehitystasotutkimukset, osallistuminen kuntoutussuunnitelmien tekoon päivähoidon kanssa, koulumuodon ja tukitoimien arviointi	Terveyskeskuspsykologit Kaarinan terveystakeskus puh. (02) 588 2388 www.kaarina.fi/terveys	Ajanvarauksella
	Erityinen tuki päivähoidossa	Konsultoivat erityislastentarhanopettajat: puh. 050 373 2538 050 373 2515 050 373 2822	Suora puhelinkontakti
	Keskustelut, tutkimukset, terapiat ryhmät	Perheneuvola puh. (02) 588 4000 ma-pe 10.30-11.00 www.kaarina.fi/perhe_ja_sosiaalipalvelut	Ajanvarauksella lapsiperheille
	Kouluvalmiuden, -muodon ja tukitoimien arviointi, psykologiset tutkimukset	Johtava koulupsykologi puh. (02) 588 4207, 050 373 2689 Koulupsykologit puh. 050 373 2613 puh. 050 340 5290	Erityispäivähoidon lapsille tai ajanvarauksella
	Psykiatrinen erikoissairaanhoito	Kaarinan lastenpsykiatrian poliklinikka puh. (02) 276 6842	Lääkärin läheteellä
	Lastensuojelun avohuollon tukitoimet, sijaishuolto, lastenvalvojan palvelut, tuki, ohjaus, taloudellinen tuki, ryhmätoiminta, perhetalo	Sosiaalipalvelut, perhetyön yksikkö puh.(02) 588 4000 kello 9-10 www.kaarina.fi/perhe_ja_sosiaalipalvelut	Ajanvarauksella
	Perhetalon palvelut alle kouluikäisten lasten vanhemmille	Perhetalo Murula, perhetyön yksikkö os. Varastomiehenkatu 6 perheohjaaja, puh. 050 373 2488 lastentarhanopettaja, puh. 050 373 2594	Avoin toiminta tiistaisin, keskiviikkoisin ja perjantaisin 9.30-13
	Perhekahvila, pienten lasten kerhoja, ryhmätoimintaa, vauvaperhekahvila	Perhekeskus Nuppula, os. Kirkkopuistontie 5, MLL:n Piikkiön yhdistys, puh. 050 431 0282 www.nuppula.com	Perhekahvila avoinna maanantaisin klo 9.30-11.30, vauvaperhekahvila parillisten viikkojen tiistaisin klo 9.30-11.30, muihin toimintoihin ilmoittautuminen

Kenelle	Mitä	Yhteystiedot	Miten pääsee
<u>Koululaiset</u>	Kouluterveydenhuolto	Koulukohtainen www.kaarina.fi/terveys	Ajanvarauksella
	Oppimisvaikeuksien kartoittaminen; psykologiset tutkimukset, neuvottelut erityisopetukseen siirtymisestä, tukikäynnit	Johtava koulupsykologi puh. (02) 588 4207, 050 373 2689 Koulupsykologit puh. 050 373 2613 puh. 050 340 5290	Ajanvarauksella peruskoululaisille
	Luokkailmapiiriin, oppilaiden välisten ongelmien ja sosiaalisten suhteiden selvittely, tukikäynnit	Koulukuraattorit puh. 050 373 2571 050 373 2673 050 314 5289	Ajanvarauksella peruskoululaisille
	Lääkärin vastaanotto ja psykologipalvelut	Kaarinan terveyskeskus puh. (02) 588 2000 www.kaarina.fi/terveys	Ajanvarauksella
	Keskustelut, tutkimukset, terapiat, ryhmät	Perheneuvola puh. (02) 588 4000 ma-pe 10.30–11.00 www.kaarina.fi/perhe_ja_sosiaalipalvelut	Lapsiperheille ajanvarauksella
	Psykiatrinen erikoissairaanhoito	Kaarinan lastenpsykiatrian poliklinikka puh. (02) 276 6842 Kaarinan nuorisopsykiatrian poliklinikka puh. (02) 276 6842	Alle 13-vuotiaille, lääkärin lähete Yli 13-vuotiaille, lääkärin/ koulupsykologin läheteellä
	Lastensuojelun avohuollon tukitoimet, sijaishuolto, lastenvalvojan palvelut, tuki, ohjaus, taloudellinen tuki, ryhmätoiminta	Sosiaalipalvelut, perhetyön yksikkö, puh. (02) 588 4000 kello 9–10 www.kaarina.fi/perhe_ja_sosiaalipalvelut	Ajanvarauksella
	Kerhoja, leirejä lapsille ja nuorille	Kaarinan seurakunta varhaisnuorisotyö puh.(02) 261 7312 www.kaarinanseurakunta.fi Piikkiön seurakunta puh. (02) 261 7377 www.piikkionseurakunta.fi	Puhelin-ilmoittautumiset
	Pajakoulu, vaihtoehtoinen tapa suorittaa peruskoulu	Kaarinan Nuoret Pajamestarit puh. (02) 478 6800 www.pajamestarit.net	8–9 luokkalaisille erityisopetus siirron kautta

Kenelle	Mitä	Yhteystiedot	Miten pääsee
<u>Nuoret ja opiskelijat</u>	Opiskelijaterveydenhuolto: kouluterveydenhoitaja, koululääkäri (Kaarinan lukio, KSTO, Varsinais-Suomen maaseutuoppilaitos)	Terveystietä puh 050 595 4015 Lukio: maanantai, tiistai ja perjantai klo 9-11 KSTO: maanantai iltapäivisin ja keskiviikkoisin Varsinais-Suomen maatalousoppilaitos: torstaisin	Terveystietä hoitajalla vastaanottoajat, lääkärille terveydenhoitajan kautta
	Keskustelut ja tukikäynnit lukiolaisille	Johtava koulupsykologi puh 050 373 2689 / (02) 588 4207 Koulukuraattori puh 050 314 5289	Ajanvarauksella
	Keskustelut ja tukikäynnit KSTO:n opiskelijat	Koulukuraattori puh 050 373 2571	Ajanvarauksella
	Lääkärin vastaanotto ja psykologin palvelut, päihdeterapeutin palvelut	Kaarinan terveyskeskus puh (02) 588 2000	Ajanvarauksella
	Keskustelut, tutkimukset, terapiat, ryhmät	Perheneuvola puh. (02) 588 4000 ma-pe 10.30-11.00 www.kaarina.fi/perhe_ja_sosiaalipalvelut	Ajanvaraus lapsiperheille
	Psykiatrinen erikoissairaanhoito	Kaarinan nuorisopsykiatrian poliklinikka puh (02) 276 6842	13 - 18-vuotiaille, lääkärin/ koulupsykologin läheteellä
	Sosiaalityö, työllistäminen, kuntouttava työtoiminta, päihdetyö, elatusturva, toimeentulotuki	Sosiaalipalvelut, aikuissosiaalityön yksikkö, puh (02) 588 4000 kello 9-10 www.kaarina.fi/perhe_ja_sosiaalipalvelut	Ajanvarauksella
	Lastensuojelun avohuollon tukitoimet, sijaishuolto, lastenvalvojan palvelut, tuki, ohjaus, taloudellinen tuki, ryhmätoiminta, tukiasuminen	Sosiaalipalvelut, perhetyön yksikkö, puh (02) 588 4000 klo 9-10 www.kaarina.fi/perhe_ja_sosiaalipalvelut	Ajanvarauksella
	Nuorten ihmissuhdetaitokoulu leirejä, keskusteluapua	Kaarinan seurakunta /nuorisotyö puh (02) 261 7312 www.kaarinanseurakunta.fi Piikkiön seurakunta nuorisotyö puh (02) 261 7377 www.piikkionseurakunta.fi	Puhelin-ilmoittautumiset
	Työttömille nuorille valmennusta työelämään ja arjen hallintaan	Kaarinan Nuoret Pajamestarit puh (02) 478 6800 www.pajamestarit.net	Työvoimatoimiston tai sosiaalitoimiston kautta

Kenelle	Mitä	Yhteystiedot	Miten pääsee
<u>Aikuiset</u>	Lääkärin vastaanotto, psykologin ja päihdeterapeutin palvelut Psykiatrin konsultaatio	Kaarinan terveyskeskus puh (02) 588 2000 www.kaarina.fi/terveys	Ajanvarauksella
	Psykiatrinen erikoissairaanhoito vaikeista mielenterveyshäiriöistä kärsiville yli 18-vuotiaille	Kaarinan aikuispsykiatrian poliklinikka puh (02) 276 6866	Lääkärin läheteellä
	Perheneuvolan palvelut: keskustelut, tutkimukset, terapiat, ryhmät	Perheneuvola, puh (02) 588 4000 ma-pe klo 10.30–11.00 www.kaarina.fi/perhe_ja_sosiaalipalvelut	Ajanvaraus lapsiperheille
	Sosiaalityö, työllistäminen, kuntouttava työtoiminta, päihdetyö, toimeentulotuki, elatusturva	Sosiaalipalvelut, aikuissosiaalityön yksikkö, puh (02) 588 4000 klo 9–10 www.kaarina.fi/perhe_ja_sosiaalipalvelut	Ajanvarauksella
	Lastensuojelun avohuollon tukitoimet, sijaishuolto, lastenvalvojan tuki, ohjaus, taloudellinen tuki, ryhmätoiminta	Sosiaalipalvelut, perhetyön yksikkö, puh (02) 588 4000 klo 9–10 www.kaarina.fi/perhe_ja_sosiaalipalvelut	Ajanvarauksella
	Mielenterveys- ja päihdepalveluita, sosiaalityö	Mielenterveys- ja päihdeyksikkö Vintti Psykiatri Päihdeterapeutti puh (02) 588 2404 Psykologi puh (02) 588 2339 tai (02) 588 2388 Sosiaalityöntekijä puh (02) 588 4609	Ajanvarauksella, Psykiatrille lääkärin läheteellä/ Vintin työntekijän ohjaamana
	Mielenterveys- tai päihdeasiakkaan kotona asumisen tukeminen	Mielenterveys- ja päihdeyksikkö Vintti Almi-tiimi puh 050 373 2687 puh 050 373 2472	Hoitavan tahon tai jonkun muun työntekijän ohjaamana, yhteydenotot klo 9-15
	Tietoa päihdehuollon tukiasunnoista Kiinteistö oy Kaarinan Vuokratalojen asukkaille apua vuokraelka-asian tai häätöuhan selvittelyyn	Asumisneuvoja Puhelinaika ma, ti, to, pe klo 9-10, ke klo 9-15 puh 050 373 2653	Ajanvaraus
	Avotyö ja tuettu työ eläkkeellä tai kuntoutustuella oleville mielenterveyskuntoutujille	Monitoimikeskus Tikli, vammaistyönohjaaja puh 050 373 2522	Tiedustelut vammaistyön ohjaajalta

Kenelle	Mitä	Yhteystiedot	Miten pääsee
	Työtä ja toimintaa ja työhön valmennusta	Monitoimikeskus Tikli Toimintakeskuksen johtaja puh (02) 588 4700	Tiedustelut toimintakeskuksen johtajalta
	Ryhmiä, leirejä, keskusteluapua, vertaistukiryhmiä	Kaarinan seurakunta puh (02) 261 7312 www.kaarinanseurakunta.fi Piikkiön seurakunta puh (02) 261 7377 www.piikkionseurakunta.fi	Keskusteluajan varaukset puhelimitse, tilaisuudet avoimia
	Palveleva puhelin	Turun ja Kaarinan seurakuntayhtymä puh 10 071 joka päivä klo 18–24 www.palvelevanetti.fi	Suora puhelinkontakti
	Pariterapia, tukea parisuhteen ongelmissa ja erotilanteissa	Perheasiain neuvottelukeskus Turun ja Kaarinan seurakuntayhtymä puh. (02) 261 7249	Ajanvarauksella
	Sinkkutoimintaa	Turun ja Kaarinan seurakuntayhtymä sinkkutyöntekijä puh (02) 261 7338 www.turunseurakunnat.fi	Tiedustelut sinkkutyöntekijältä
	Työtä ja valmennusta työelämään ja arjen hallintaan	Kaarinan Nuoret Pajamestarit puh (02) 478 6800 www.pajamestarit.net	Työttömille aikuisille työvoimatoimiston tai sosiaalitoimiston kautta
	Viriketoimintaa, ruokaa, kahvia, saunaa, pyykkäystä, keskustelua ja retkiä	Toimintakeskus Nappi & Plätty, Mäkitupalaisenkuja 2 toimintakeskuksen johtaja (02) 588 4672 keittiön ohjaaja (02) 588 4670 verstaan ohjaaja (02) 588 4671 www.kaarina.fi > Päihdetyö	Kaikille avoin, aktiivoinneissa yhteys toimintakeskuksen johtajaan.
	Matalan kynnyksen kohtaamispaikka päihdeongelmallisille, henkilökohtaista tukea ja ohjausta sekä ryhmiä	Toimintakeskus TALO Pohjanpellonkatu 9 puh 050 373 2725	Avoimet ovet keskiviikkoisin 9-16 tai ota yhteyttä ohjaajaan
	Kohtaamispaikka Kasevan Kiesi, avointa toimintaa ja ryhmiä. Päivätoimintaa jonka tavoitteena asiakkaan arjenhallinnan tukeminen	Palveluyhdistys Kaseva ry / Kohtaamispaikka Kasevan Kiesi Kiesikatu 8, puh (02) 243 4120 avoinna ma–to 10 - 15 ja pe klo 10–14 www.kaseva.info	Kohtaamispaikka, kaikille avoin. Päivätoiminnan osalta tiedustelut ohjaajalta

Kenelle	Mitä	Yhteystiedot	Miten pääsee
<u>Vanhukset</u>	Lääkärin vastaanotto	Kaarinan terveyskeskus Pääterveysasema puh (02) 588 2430 Piikkiön terveysasema puh (02) 588 2531 Littoisten terveysasema puh (02) 588 2540	Ajanvarauksella
ks. myös ikäihmisten palveluopas www.kaarina.fi i > OmaKaarina > Seniorit ja omaiset	Mielenterveys- ja päihdepalveluita, sosiaalityö	Mielenterveys- ja päihdeyksikkö Vintti Psykiatri Päihdeterapeutti puh (02) 588 2404 Psykologi puh (02) 588 2339 tai (02) 588 2388 Sosiaalityöntekijä puh (02) 588 4609 Asumisneuvoja puh 050 373 2653	Ajanvarauksella Psykiatrille lääkärin läheteellä/ Vintin työntekijän ohjaamana
	Tukea elämän arkeen, palveluohjausta	Ikäihmisten neuvola palveluohjaaja ma - to klo 9.-10.00 puh (02) 588 4659 Terveystoiminta ma - to klo 11.30 - 12.00 puh (02) 588 2528 Piikkiön toimipiste Tupasvilla, Hepojoentie 7, Piikkiö palveluohjaaja ke ja pe klo 13.00 - 14.00 puh 050 462 1421	Tiedustelut puhelimitse
	Kotihoito: hoivaa, huolenpitoa, ravitsemuksesta, hygieniasta ja lääkehuollosta huolehtiminen sekä tukipalvelujen tuottaminen	Kotihoidon sairaanhoitajat: puhelinaika klo 12-13 aluejako ja yhteystiedot löytyvät www.kaarina.fi > OmaKaarina > Seniorit ja omaiset puh 050 3782 038 Kotihoidon palveluohjaaja puh (02) 588 4651 puhelinaika klo 9-10 tukipalvelut, SAS-ryhmä ja palveluasuminen Kotihoidon johtaja puh 050 314 5215	Tiedustelut puhelimitse
	Omaishoidon palveluohjaus, palveluohjaajan kotikäynnit, palvelukokonaisuuden suunnittelu, tilanteen seuranta, tiedotus Visiitin kuntosali	Omaishoidon palveluohjaaja puh (02) 588 3601 Omaishoidon tukikeskus Visiitti puh (02) 588 3600 Vanhuspalveluiden fysioterapeutti puh 050 373 2899	Ajanvaraus puhelimitse Tiedustelut puhelimitse

Kenelle	Mitä	Yhteystiedot	Miten pääsee
	<p>Palveluasuminen, tehostettu palveluasuminen, ryhmäkodit</p> <p>Vanhusten päivähoito (Päiväklubi), kotihoidon osoittamille asiakkaille</p> <p>Avoin päivätoiminta, viriketoiminta, virkistystoiminta, tukipalvelutoiminta, palveluohjaus</p>	<p>Kaarinan Vanhusten Palvelukeskuksen säätiö puh (02) 588 4710 tai (02) 588 4722 www.kaarinanpalvelutalot.fi</p> <p>kotihoidon palveluohjaaja puh (02) 588 4651 puhelinaika klo 9-10</p> <p>Hovirinnan Palvelukeskus Isännänkatu 4, Kaarina puh (02) 588 4715</p> <p>Kuovinkadun toimintakeskus kuovinkatu2, Piispanristi puh (02) 588 4716</p> <p>Palvelutalo Värttinä Luhakatu 1, Littoinen puh (02) 588 4720</p>	<p>Palveluasunto hakemuksella SAS-ryhmän kautta</p> <p>Tiedustelut puhelimitse</p> <p>Kaikille eläkeläisille</p>
	<p>Palveluasuminen, ryhmäkotiasuminen, palveluohjaus</p> <p>Vanhusten päivähoito kotihoidon osoittamille asiakkaille</p> <p>Avoin päivätoiminta, palveluohjaus</p>	<p>Piikkiön Vanhustenkotisäätiö / Piikkiön Hoivataito Oy puh 040 733 0841</p> <p>Kotihoidon palveluohjaaja puh (02) 588 4651 puhelinaika klo 9-10</p> <p>Tupasvilla, Hepojoentie 7, Piikkiö puh 050 462 1414</p>	<p>Palveluasuntohakemuksella SAS-ryhmän kautta</p> <p>Tiedustelut puhelimitse</p> <p>Kaikille eläkeläisille</p>
	<p>Psykiatrinen erikoissairaanhoito</p>	<p>VSSHP / Halikko Vanhuspsykiatrian poliklinikka puh (02) 314 5000</p> <p>Kaarinan aikuispsykiatrian poliklinikka puh (02) 276 6866</p>	<p>Lääkärin läheteellä</p> <p>Lääkärin läheteellä</p>
	<p>Ryhmiä, leirejä, keskusteluapua, vertaistukiryhmiä</p>	<p>Kaarinan seurakunta diakoniatyö puh (02) 261 7312 tai (02) 261 7180 www.kaarinanseurakunta.fi</p> <p>Piikkiön seurakunta puh 040 341 7724 www.piikkionseurakunta.fi</p>	<p>Eläkeikäisille</p>
	<p>Senioripysäkkiryhmä yli 60-vuotiaille</p>	<p>www.senioripysakki.fi puh 040 341 7432</p>	<p>Haastattelun kautta</p>

Muita mielenterveyspalvelutoimijoita

Mielenterveyskeskus Itu	Hämeenkatu 28, 20700 Turku puh.(02) 277 8778
Monipalvelukeskus Tsemppi	Vanha Hämeentie 29, 20540 Turku puh. (02) 071 88390
Omaisets mielenterveystyön tukena	Aninkaistenkatu 12 D 85, 20100 Turku puh. (02) 251 8484
Tietopalvelu Propelli	Mielenterveyden keskusliitto, Läntinen Pitkäkatu 35, 2. krs, 20100 Turku Palvelunumero 0203 91920 ma, ti, to 9–14, ke 9–16
TUNMKY:n sosiaalitoiminta	Tiedustelut: Sosiaalitoiminnanjohtaja Tommi Kantonen Sirkkalankatu 27 B, 20700 Turku puh. 050 344 7790

Netti-infoa

www.apua.info

Kriisikeskus internetissä

www.secure-tukinet.net/index.tmpl

- auttamis- ja tukipalvelujen hakemisto, keskusteluryhmiä, Net-tuki –palvelu, jonka välityksellä voit saada yksityisen, luottamuksellisen, nimettömän yhteyden kriisikeskuksen koulutettuihin tukihenkilöihin ja ammattiauttajiin.

www.mielenterveysseura.fi

www.mielimaasta.fi

www.mll.fi

www.nyyti.fi (opiskelijoiden tukikeskus)

www.traumaterapiakeskus.com

Puhelinnumeroita

Valtakunnallinen kriisipuhelin	puh. 010 1190 5202 ma - pe 9–06, la 15–06, su 15–22
Nuorten kriisipiste	Kriisipuhelin 12–29-vuotiaille puh. (09) 2525 2740 ti - to 9-13
AA:n puhelinpäivystys	puh. (09) 750 200 joka päivä 9–21
Neuvontapuhelin huumeista	puh. 0800 9 0045 asiaa huumeista ja apua käyttäjille 24 h
Palveleva puhelin	puh. 010 19 0071 Internetsivulla päivystysajat teleliikennealueittain Ruotsinkielinen puhelin 010 19 0072