



Kriisikeskus Mobilen uutiskirje sisältää ajankohtaisia kuulumisiamme, tietoa toiminnastamme, työmuodoista, tilastoista sekä työntekijä-, vapaaehtois- ja/tai opiskelijablogitekstejä.

Tilaa neljästi vuodessa ilmestyvä uutiskirje **Mobilen palaute- ja yhteydenottolomakkeen** kautta jättämällä sähköpostiosoitteesi ja teksti "uutiskirje".



Matarankatu 2 (D-ovi)  
40100 Jyväskylä

## Vuodesta 2022

Kriisikeskus Mobilessa tehtiin vuonna 2022 perustehtävän mukaista matalan kynnyksen kriisityötä sekä vastattiin kriisi- ja väkivaltatyön yhteydenottoihin yli 7100 ja rikosuhripäivystyksessä yli 610 kertaa.

Yhteydenotoista suurin osa oli asiakasyhteydenottoja. Lisäksi yhteydenottajina olivat mm. asiakkaan läheiset, sosiaalityö, terveydenhuolto sekä poliisi ja järjestötoimijat. Yhteydenotoissa oli 17 % lisäys vuoteen 2021 verrattuna.

Kriisikeskuksesta oli mahdollista saada järjestölähtöistä kriisiapua koko Keski-Suomeen - eniten yhteydenottoja tuli Jyväskylästä, Laukaasta, Jämsästä, Muuramesta, Äänekoskelta, Saarijärveltä, Joutsasta sekä Keuruulta ja Viitasaarelta.

Asiakastilanteiden taustalla ensisijaisina syinä olivat:

- ✓ elämän kriisit 2072 kpl (mm. ero, yksinäisyys, parisuhdeongelmat, huoli läheisestä, ihmissuhdekriisi, kriisiytynyt perhetilanne, sairaus),
- ✓ traumaattiset kriisit 1729 kpl (mm. kuolema, aikuisen itsemurhayritys, läheisen itsemurha, äkillinen sairastuminen, henkirikos, onnettomuus),
- ✓ mielenterveyteen liittyvät syyt 1251 kpl (mm. akuutti ahdistuneisuus, itsetuhoisuus, masentuneisuus, diagnosoitu sairaus),
- ✓ väkivalta 1021 (mm. lähisuhdeväkivalta, perheväkivalta, väkivallan uhka),
- ✓ rikos 282 (mm. pahoinpitely, seksuaalirikos, lähisuhdeväkivalta, seksuaalinen väkivalta, uhkailu),
- ✓ päihteet ja riippuvuudet 78 (mm. alkoholi, huumeet, lääkkeet) ja
- ✓ lastensuojelu 54 (mm. huolto- ja tapaamisasiat, huoli lapsesta, perhetilanne, neuvonnan tarve).

Ensisijaiset yhteydenotot tapahtuivat pääosin puhelimitse (80%) sekä suorina asiakaskäynteinä. Asiakaskäyntejä kriisi-, väkivalta- ja Linity-työhön Matarankadulle oli vuoden 2022 aikana yhteensä 1327. Kasvokkaisissa asiakastilanteissa oli yli 72% lisäys vuoteen 2021 verrattuna. Koti- ja laituskäyntejä Mobilesta tehtiin 48 kpl.

Vapaaehtoisvuoroja kriisityön koulutuksen saaneet vapaaehtoiset tekivät 105 kpl ja lisäksi vapaaehtoisia

toimi rikosuhripäivystyksessä tukihenkilöinä. Kriisityön päivystysvuorojen lisäksi vapaaehtoisia osallistui erilaisiin tapahtumiin, verkostoihin, koulutuksiin, työnohjauksiin ja yhteisiin tapaamisiin.

## Ajankohtaista keväässä 2023

Tammi-helmikuussa yhteydenottoja Kriisikeskukseen on tullut jo 1198, joista kasvokkaisia asiakastilanteita on ollut 266. Meidät tavoittaa ma-to klo 8-20 ja pe 8-17 ja meihin voi ottaa yhteyttä elämän eri kriisitilanteissa puhelimitse, pop up chatin kautta sekä asioimalla kasvokkain kriisikeskuksen tiloissa. Viitasaaren Perhetuvan kanssa tehdään yhteistyötä jalkautumalla sovitusti kesäkuun loppuun saakka kerran kuussa - jalkautumispäivistä sekä pilotoinnista lisätiedot [tästä](#). Myös väkivaltatyön yksilötyöt niin väkivaltaa kokeneiden kuin väkivaltaisesti käyttäytyneiden kanssa ovat jatkuneet - väkivaltatyöhön pääsee joko hakeutumalla itse tai yhteistyötahon ohjaamana. Viime vuonna hankittiin osaamista Linity (lyhytinterventio itsemurhaa yrittäneelle)- ja Lapset puheeksi -menetelmiin, joita toteutetaan sekä juurrutetaan osaksi asiakastyötä. Apua Ajoissa! -hankkeen työ jatkuu 30.6.2023 saakka. Puhutaan Elämästä - Itsemurhien ehkäisy Keski-Suomessa (2023-2024) -hankkeen työ on käynnistynyt tammikuun alussa ja hanketyön kuulumista lisää kehittäjäkriisityöntekijä Miian kirjoittamana tässä uutiskirjeessä. [Lisätietoja hankkeista](#).

Yhdistyksemme vapaaehtoistyö kriisikeskuksessa jatkuu ja vapaaehtoisilla on mahdollisuus työskennellä ammatillisten kriisityöntekijöiden työpareina. Tämä mahdollistaa merkityksellisen kansalaistoiminnan osana järjestötyötä. Uusien vapaaehtoisokoulutettavien haku on käynnissä. [Lisätietoja ja hakuohjeet](#).

Jsms ry:stä/Kriisikeskus Mobilesta ollaan useissa verkostoissa mukana ja aktiivisena toimijana. Myös kevään eduskuntavaalien vaikuttamistyöhön liittyen olemme mukana järjestämässä Tule kääntämään laiva! - Suunta kohti paremmin voivaa yhteiskuntaa järjestöjen kanssa - vaalitulaisuutta 14.3. klo 17-19. Tervetuloa osallistumaan tilaisuuteen joko paikan päälle kansalaistoimintakeskus Mataraan tai osallistumaan etänä. [Lisätiedot](#).

MIELI ry:n vaaliteemoihin voi tutustua tarkemmin [tästä](#).

### Kumppanuuspöydän terveisiä

Keski-Suomen järjestöjen ja maakunnan kumppanuuspöytä sai 8.3. Keski-Suomen hyvinvointialueen hallitukselta pyynnön laittaa jäsenhaun Järjestöjen vaikuttamistoimielimeen 2023-2025 väliseksi ajaksi. Haku on avoinna 8.-16.3.2023 välisellä ajalla. Lisätiedot hausta, kriteereistä sekä [linkki hakulomakkeeseen](#). Eri järjestöjen toivotaan tiedottavan hausta omilla verkostoissaan sekä some-kanavissaan. Järjestöjen vaikuttamistoimielimen jäsenvalinnat vahvistaa Keski-Suomen hyvinvointialueen aluehallitus maaliskuun lopussa.

Kumppanuuspöytä suosittaa, että eduskuntavaaleihin liittyvässä järjestötiedottamisessa Keski-Suomessa käytetään hashtagia [#järjestöillääönväliä](#), jota on aiemminkin käytetty yhteisenä vaikuttamishashtagina. Lisäksi Kumppanuuspöydän 23.2. kokouksessa sovittiin, että keski-suomalaisen järjestöjen yhteisenä vaikuttamisteesinä voi käyttää eduskuntavaalivaikuttamisessa lausetta: ”Tulevaisuususkoo horjuttavassa maailmantilanteessa hyvinvointiyhteiskunta ei selviä ilman ihmisten hyvinvointiin, terveyteen ja osallisuuteen vaikuttavia järjestöjä.”

*Kevätpäivien valoa, Tuija Hauvala, kriisikeskuksen johtaja*

## Järjestölähtöistä kriisiapua

Keski-Suomen hyvinvointialueella

arkisin ma-to klo 8-20 ja pe 8-17.

Ota yhteyttä elämän eri kriisitilanteissa.

Tavoitat meidät:

👉 puhelimitse 044 7888470,

👉 kasvokkaiset asiakastapaamiset kriisi-, väkivalta- ja itsemurhien ehkäisytyössä Matarankatu 2, Jkl sekä

👉 Chat avoinna työtilanteiden salliessa - chatissa myös videopuhelumahdollisuus.

[Kriisikeskus Mobilen](#) yhteydessä toimii myös [Rikosuhripäivystyksen Keski-Suomen palvelupiste](#). Rikosuhripäivystyksen valtakunnallinen puhelin 116 006 palvelee suomeksi ma-pe kello 9-20 ja ruotsiksi ma-pe klo 12-14. Rikosuhripäivystyksen chat on auki arkisin 9-15 ja lisäksi ma 17-19 sivustolla: [www.riku.fi](http://www.riku.fi), jossa myös lisätietoja RIKUn palveluista.

## Muita auttavia tahoja:

Akuuteissa tilanteissa Hätäkeskus 112

Keski-Suomen sosiaali- ja kriisipäivystys 014 266 0149  
(24/7)

Keski-Suomen turvakoti

Perheasiain neuvottelukeskus

Lisää auttavia tahoja



# KRIISIKESKUS MOBILE

Matarankatu 2D  
40100 Jyväskylä  
[www.kriisikeskusmobile.fi](http://www.kriisikeskusmobile.fi)

**mieli**    
Jyväskylän seudun  
mielenterveyskeskus

arkisin ma-to 8-20, pe 8-17

**Järjestölähtöistä kriisiapua  
Keski-Suomen hyvinvointialueella**

# 044 7888 470

**Yksilötyötä väkivaltaa kokeneille:  
044 528 0276 tai 050 452 2925**  
**Yksilötyötä väkivaltaa käyttäneille:  
050 531 3339**

## Mobilen tilastoja 1.1.-28.2.2023

Kriisikeskus Mobilessa oli tammi-helmikuun aikana yhteydenottoja yhteensä 1198. Yhteydenotoista suurin osa tuli asiakkailta. Lisäksi yhteydenottajina olivat mm. asiakkaan läheiset, sosiaalityö, terveydenhuolto, poliisi sekä järjestötoimijat.

Kriisikeskus Mobilesta on mahdollisuus saada järjestölähtöistä kriisiapua Keski-Suomen hyvinvointialueella. Eniten yhteydenottoja tuli Jyväskylästä, Laukaasta, Äänekoskelta, Muuramesta, Jämsästä, Joutsasta, Petäjävedeltä sekä Keuruulta.

Yhteydenottojen taustalla ensisijaisina syinä olivat

- ✓ elämän kriisit 364 kpl (mm. ero, kriisiytynyt perhetilanne, parisuhdeongelmat, huoli läheisestä, yksinäisyys, ihmissuhdekriisi),
- ✓ mielenterveyteen liittyvät syyt 271 kpl (mm. akuutti ahdistuneisuus, pitkäaikainen ahdistuneisuus, itsetuhoisuus, masentuneisuus),
- ✓ traumaattiset kriisit 247 kpl (mm. kuolema, aikuisen itsemurhayritys, läheisen itsemurha, äkillinen sairastuminen),
- ✓ väkivaltaan 180 (mm. lähisuhdeväkivalta),
- ✓ rikoksiin 38 (mm. vainoaminen, lähisuhdeväkivalta),
- ✓ päihteisiin ja riippuvuuksiin 14 (mm. alkoholi) ja
- ✓ lastensuojeluun 13 (mm. huolto- ja tapaamisasiat, kriisiytynyt perhetilanne) liittyneet syyt.

Ensisijaiset yhteydenotot tapahtuivat pääosin puhelimitse (75,5%) sekä suorina asiakaskäynteinä. Asiakaskäyntejä kriisi-, väkivalta- ja itsemurhien ehkäisytyöhön Matarankadulle oli yhteensä 266.



Yhteistyötahoihin asiakaskäyntejä Mobilesta tehtiin neljä.

Vapaaehtoisvuoroja kriisityön koulutuksen saaneet vapaaehtoiset tekivät kriisityössä tammi-helmikuun aikana yhteensä 30 kpl, lisäksi vapaaehtoisia toimi rikosuhripäivystyksessä tukihenkilöinä.

## Puhutaan Elämästä -hankkeen kuulumisia

Vuoden alussa 1.1.2023 Mobilessa käynnistyi [Puhutaan Elämästä -itsemurhien ehkäisy Keski-Suomessa \(2023-2024\) -hanke](#). Hankkeessa keskitytään itsemurhien ehkäisyyn ja vähentämiseen järjestölähtöisen asiakastyön, viestinnän ja verkostotyön keinoin. Hanke on kaksivuotinen ja nojaa kehittämistyöhön, jossa huolehditaan erityisesti itsemurhaa yrittäneen lasten, perheen ja muiden läheisten auttamisesta ja tukemisesta. Hankkeen myötä on tarkoitus vahvistaa entisestään Kriisikeskus Mobilen tarjoamaa keskustelutukea itsetuhoisille ja heidän läheisilleen sekä tarjota itsemurhaa yrittäneille matalalle kynnyksellä [Linity \(lyhytinterventio itsemurhaa yrittäneelle\)](#)-työskentelyä. Verkosto- ja tiedotustyö ovat kiinteä osa hanketta.

Hankkeen rahoitus tulee pääosin [Keski-Suomen liitolta](#). Keski-Suomen liitto myönsi hankkeelle kaksivuotisen rahoituksen Keski-Suomen kestävän kasvun ja elinvoiman tukemiseen kansallisesta kehittämisrahoituksesta (AKKE-rahoitus).

Uusimpana työmenetelmänä mukaan tullut Linity-työskentely on asettunut hyvin osaksi Mobilen tarjoamia tukimuotoja. Linity-työskentely muodostuu kolmesta yksilökäynnistä ja mahdollisesta läheistapaamisesta.



PUHUTAAN  
ELÄMÄSTÄ

**Itsemurhien ehkäisy Keski-Suomessa  
(2023-2024) -hanke**

Yksilökäyntien aikana keskitytään asiakkaan tarinaan siitä, kuinka hän päätyi yrittämään itsemurhaa ja pyritään yhdessä tunnistamaan tekoon johtaneita toimintamalleja ja haavoittuvuusalueita. Asiakas tekee työntekijän kanssa turvasuunnitelman, jolla pyritään ehkäisemään itsemurhayrityksen uusiutumista. Läheistapaamisessa asiakas voi yhdessä valitsemansa läheisen kanssa käydä läpi omaa turvasuunnitelmaansa.

Esittelyvideon Linity-työskentelystä voit katsoa [tästä](#).

Hanke on lähtenyt hyvin käyntiin ja verkostoja on alkanut muodostua. Myös asiakastyö hankkeeseen liittyen on käynnistynyt ja asiakkaita on ohjautunut niin Linity -työskentelyyn kuin muuhunkin itsetuhoisia ja heidän läheisiään tukevaan työhön. Ammattilaisten lisäksi hanke on herättänyt kiinnostusta myös opiskelijoiden keskuudessa ja opinnäyte- ja graduyhteistyötä on jo aloitettu.

Näiden hankekuulumisten myötä jään innolla odottamaan mitä tuleva kevät tuo tullessaan. Minuun voi olla yhteydessä kaikissa hankkeeseen liittyvissä asioissa. Puhutaan Elämästä -hanke [miia.kovanen@kriisikeskusmobile.fi](mailto:miia.kovanen@kriisikeskusmobile.fi), puh. 0504522925.

*Miia Kovanen, kehittäjäkriisityöntekijä*

## Oppaita ammattilaisille itsetuhoisen henkilön kohtaamiseen

Etelä-Savon ja Keski-Suomen Hyvinvointialueiden palveluketjukuvauksiin on kehitetty Apua Ajoissa! - hankkeessa ammattilaisten työn tueksi itsetuhoisen asiakkaan ja hänen läheistensä kohtaamisen oppaat. Oppaat ovat ammattilaisten vapaasti hyödynnettävissä. ”[Itsetuhoisen henkilön kohtaaminen](#)” ja ”[Itsetuhoisen henkilön läheisten kohtaaminen](#)”.

Tietoa itsemurhasta, itsemurhien ehkäisystä, puheeksiotosta sekä ohjeet medialle itsemurhasta uutisointiin [THL:n internet-sivuilla](#).

Myös [Mielenterveystalo.fi](#) -sivustolla on selkeä tietopaketti aiheesta [itsetuhoisuus](#).

## Väkivaltatyö Kriisikeskus Mobilessä

Ota yhteyttä Kriisikeskus Mobileen 044 7888 470 tai [väkivaltatyön yksilötyöntekijöihimme](#)

- jos olet kokenut väkivaltaa tai käyttäytyneet väkivaltaisesti ja haluat apua itsellesi ja/tai läheisillesi
- kun kohtaat työssäsi asiakkaan, joka on kokenut tai käyttäytyneet väkivaltaisesti ja haluat konsultoida ja/tai ohjata asiakkaan väkivaltatyöhön.

Akuutissa tilanteessa soita hätänumeroon 112.

### Väkivalta voi olla:

- henkistä (mm. mitätöinti, alistaminen, nöyryyttäminen, nimittely, kontrollointi, pettämisellä uhkailu)
- fyysistä (mm. läpsiminen, töniminen, repiminen, lyöminen, kuristaminen, tukistaminen, tavaroiden rikkominen, aseiden käytöllä uhkaaminen tai niiden käyttö)
- uhkailua (mm. väkivallalla uhkailu, itsemurhalla uhkailu, tappouhkaus, pelottelu)
- häirintää (mm. kotirauhan rikkominen, puhelimella ja muilla viestintävälineillä häiritseminen)
- taloudellista (mm. rahan käytön kontrollointi, kiristäminen, petos)
- seksuaalista (mm. seksiin tai seksuaalisiin tekoihin pakottaminen tai painostaminen, raiskaus tai



# Mobilien väkivaltatyö

044 528 0276  
050 4522 925  
050 531 3339



raiskauksen yritys)

- vainoamista (mm. pitkäaikainen seuraaminen ja häirintä, paikantaminen, digitaalinen vaino)
- hengellistä ja kulttuuriin liittyvää (mm. uskontoon pakottaminen, uskonnon väheksyminen, kulttuuriin liittyvät roolit ja asenteet, kunniaväkivalta).

Mobilessa yksilötyötä väkivallan kokijoiden kanssa tekevät Liisa Jaakonaho (044 528 0276) ja Miia Kovanen (050 452 2925). Yksilötyötä väkivaltaa käyttäneiden kanssa tekee Jouni Paananen (050 531 3339).

## Väkivaltatyön messut

Pirkanmaan väkivaltaverkosto ja Tampereen yliopisto järjestävät ”Väkivaltatyön messut” 28.3. klo 10-16 ja 29.3. klo 8.30-15 Tampereella. Messuilla on luentoja ja työpajoja sekä mahdollisuus tutustua väkivaltatyön toimijoihin. Messuilla käsitellään väkivallan eri muotoja tutkimuksen ja käytännön työn näkökulmista. Messut ovat maksuttomat ja avoimet kaikille kiinnostuneille. Messujen [ohjelma](#) sekä [ilmoittautumislinkki](#) luennoille ja työpajoihin.

## Rikosuhripäivystyksen Keski-Suomen palvelupisteen kuulumisia

Vuosi 2023 alkoi uusien tulevien [RIKU](#)-vapaaehtoisten haastatteluilla. Oli ilo jälleen kerran huomata, että hakijoita vapaaehtoiseksi oli paljon. Uusien peruskurssille valittujen vapaaehtoisten koulutus alkoi 16.2.2023 ja loppuu toukokuussa, jolloin uudet kurssilaiset aloittavat vapaaehtoistyön [RIKUn Keski-Suomen palvelupisteessä](#).

Tammikuussa kävi kriisityöntekijä Anne Kurkinen [Raiskauskriisikeskus Tukinaisesta](#) kertomassa meidän vapaaehtoisillemme Tukinaisten toiminnasta ja palveluista. Tukinainen on meille yksi tärkeistä yhteistyökumppaneista.

Tammikuu jatkui yhteistyökumppanimme tapaamisella, kun [Sovittelutoimistosta](#) sovitteluohjaaja Iiris kävi meitä tapaamassa RIKU:ssa yhdessä heidän

vapaaehtoistensa kanssa. Keskustelua syntyi mukavasti niin vapaaehtoistyön haasteista ja toimintatavoista, kuin myös vapaaehtoistyön merkityksellisyydestä.

Helmikuussa osallistuimme yhdessä **Kriisikeskus Mobilen** kanssa vapaaehtoisten messuille Jyväskylän kaupungin kirjastolle. Messuilla oli hienoa havaita, kuinka paljon paljon vapaaehtoistyötä tekeviä järjestöjä Jyväskylässä toimii.

RIKU:lle tärkeää on, että jatkossakin osallistumme kattavasti yhteistyötahojen tapaamisiin ja erilaisiin työryhmiin. Tällä tavoin pystymme myös tuomaan RIKU:n tunnettavuutta Keski-Suomen alueelle.

RIKUn Keski-Suomen palvelupisteen toimitilat ovat osoitteessa Matarankatu 2 (C-ovi), 40100 Jyväskylä. Palvelupisteen toiminnanohjaajina toimivat Lea Manninen 050-368 01 88 ja Erika Ceesay 050-336 80 28.

Tämän kirjeen myötä toivotamme kaikille aurinkoista kevättä.

*Terveisin Lea ja Erika*



## Mobilen kriisityön jalkauttaminen Viitasaaren Perhetuvalle

Kriisikeskus Mobilesta jalkaudutaan kuudeksi perjantaipäiväksi **Viitasaaren Perhetuvalle** tammi-kesäkuun ajan pilotissa - näistä kuudesta on nyt kaksi päivystyspäivää takana. Ensimmäinen asiakas on aloittanut käynnin Perhetuvalle ja kolmannelle päivystyspäivälle 17.3 asiakasvarauksia on jo kaksi. Asiakkaiden palveluohjaus Perhetuvalle on tapahtunut Mobilen kautta - myös suorat asiakasyhteydenotot puhelimitse ovat tervetulleita. Aktiivista tiedottamista Mobilen toiminnan jalkautumiseen Viitasaarelle on ollut niin paikallisessa lehdessä kuin sosiaalisen median kanavissa mm. Viitasaaren ja Palveleva Viitasaari -sivujen kautta. Tuhannet viitasaarelaiset ovat saaneet tietoa Mobilen palveluista sekä lisäksi perjantaipäivien jalkautumisesta seudulle. Olen havainnut, että matalan kynnyksen keskusteluavun palvelun sisältö ei välttämättä ole tuttua kaikille eli Mobilen matalan kynnyksen keskusteluapu erilaisissa kriiseissä on maksutonta asiakkaille, ja se on tarkoitettu avoimeksi kaikille ikään katsomatta keski-suomalaisille. Lisäksi, vaikka Viitasaarella minua voi tavata Perhetuvan tiloissa niin keskusteluapu on tarkoitettu kaikille: perhetyyppejä on monenlaisia ja yksikin on "kokonaisluku". Ja useinhan itse kukin olemme sidoksissa perheisiin mm. sukulais- ja läheissuhteiden kautta.

Mobilen kriisityössä sekä minun kanssani voi asioida, kun on tarve päästä keskustelemaan elämäänsä kuormittavista asioista. Yksikin soitto tai käynti kohtaamisineen on tärkeä. Erityisosaamisemme kriisityössä pitää sisällään mm. kehitys- ja elämän kriisit, traumaattiset kriisit, jotka usein ovat äkillisiä tapahtumia. Lisäksi läheisväkivaltatyön: niin kokijoille kuin väkivaltaa käyttäneille sekä avun itsemurhaa yrittäneille ja heidän läheisille sekä neuvoja rikoksen uhreille, todistajille ja läheisille. Meitä voi myös konsultoida sekä tehdä palveluohjausta niin kriisi- ja väkivaltatyöhön kuin itsemurhien ehkäisytyöhön.

Olen tavattavissa Viitasaarella (Kennäntie 4) pe 17.3 klo 14-20 välisen ajan. Asioida voi puhelimitse 050 531 3339, ajanvarauksella kasvokkain, chatin välityksellä ([www.kriisikeskusmobile.fi](http://www.kriisikeskusmobile.fi)) tai mahdollisuuksien mukaan myös ajanvarauksetta. Lisätiedot [tästä](#). Pilotoinnin aikana pohditaan mahdollista jatkoa jalkautumiskerroille myös kesäkuun jälkeen.

*Jouni Paananen, kriisi- ja väkivaltatyöntekijä*





## Vapaaehtoisen puheenvuoro

### Mobilen uudet vapaaehtoiset esittäytyvät

Syksyllä 2022 Mobilen vapaaehtoiset koulutukseen osallistui 14 henkilöä. Pyysin nyt alkuvuodesta vapaaehtoisina kriisityöntekijöinä Mobilessa aloittaneita Anniinaa ja Maijaa pohtimaan seuraavia kysymyksiä:

1. Miksi hakeuduit vapaaehtoiseksi kriisikeskukseen?
2. Mikä on merkityksellistä vapaaehtoistyössä?
3. Mitä itse saat vapaaehtoistyöstä?

Näin he vastasivat:

#### Anniina:

Hakeuduin vapaaehtoiseksi kriisikeskukseen, koska olin kuullut hyvää Mobilen ammattitaitoisesta henkilökunnasta, joilla on aito halu auttaa vaikeassa elämäntilanteessa olevia. On tärkeää, että on paikka jonne asiakkaat saavat tulla omana itsenään, jossa kukaan ei tuomitse tai neuvo ylhäältäpäin, vaan kulkee rinnalla.

Vapaaehtoistyöni on lisännyt merkityksellisyyden tunnetta elämässäni. Koen tärkeänä pyrkiä tuomaan toivoa toiselle silloin, kun hänen itse on sitä vaikea nähdä.

Vapaaehtoistyössä on palkitsevaa nähdä mikä vaikutus kuulluksi ja nähyksi tulemisella voi olla. Jokaisen vapaaehtoisvuoron päätteksi olen kokenut hyvää mieltä siitä, että omalla panoksella pyrin hieman keventämään taakkaa kun se on kasvanut liian suureksi yksin kantaa. Vapaaehtoistyö on lisännyt ymmärrystä erilaisia ihmisiä ja elämäntilanteita kohtaan.

#### Maija:

Omien elämäkokemusteni kautta olen joutunut pohtimaan elämän rajallisuutta ja kriisiavun tarvetta, joka voi kohdata ketä tahansa aivan yllättäen. Viime vuosien aikana kypsä ajatus olla itse auttajan roolissa, koska apua tarvitsevia ihmisiä on paljon ja resurssit kaikkialla niukat. Tämä osoittautui vaikuttavaksi valinnaksi itselleni.

Inhiminen on aina merkityksellisin, samoin inhimillisyys. Inhimillisyyteen kuuluu huolen pitäminen ja avun tarvisijan auttaminen. Pienikin ele, sana tai asia saattaa merkitä avun tarvisijalle hädän hetkellä kaikkea - avulla on valtava voima. Inhimillisyys jää mieleen loppuelämäksi.

Vapaaehtoistyöstä Mobilessa on avautunut minulle uusi maailma, enemmän kuin osasin kuvitella. Saan tehdä merkityksellistä työtä, saan antaa voimaa itsestäni muille, saan luoda toivoa toivottomaan tilanteeseen. Vapaaehtoistyö tuottaa henkistä rikkautta. Koen, että minulle on annettu tehtävä, joka on vasta alussa.

*Hae mukaan syksyllä 2023 alkavaan koulutukseen. Lisätietoja [Mobilen sivuilta](#) tai 046 9216101*

*Susanna Takanen, vastaava kriisityöntekijä*



## Anna surevalle tukea ja toipumisrauha

Yksi taho, josta surevat voivat saada tukea läheisen kuoleman jälkeen ovat MIELI ry:n ylläpitämät kriisikeskukset. Mitä kriisityö on ja mitä työntekijät konkreettisesti tekevät? Surevan kohtaaminen -sivustolla Mobilen vastaava kriisityöntekijä Susanna Takanen kertoo työstään ja mitä hän erityisesti huomioi, kun hän kohtaa surevia.



## Mielenterveys-, päihde- ja kriisityön harjoittelujakso Mobilessa

Olen loppuvaiheen sairaanhoitajaopiskelija ja suuntaudun mielenterveys-, päihde- ja kriisihoitotyöhön. Teen täällä Mobilessa noin viiden viikon harjoittelun, joka on nyt loppusuoralla. Olen harjoitteluni aikana tehnyt puhelinpäivystystä, soittanut sovittuja asiakaspuheluita ja ollut työparina erilaisissa asiakastapaamisissa.

Mobile on harjoittelupaikkana monipuolinen ja olenkin oppinut paljon kriisityöstä. Erityisesti olen oppinut, kuinka tärkeää ihmisen kohtaaminen, rauhallinen läsnäolo ja kuuntelu ovat kaikissa asiakastilanteissa. Olen myös oppinut voimavaroiltaan työtöitä ja koen, että minussa on tapahtunut ammatillista kasvua harjoittelun myötä.

Kaikki Mobilen työntekijät ovat suhtautuneet opiskelijaan myönteisesti. Olen saanut ohjausta ja tukea aina, kun olen sitä tarvinnut. Toisaalta olen myös saanut ottaa vastuuta osaamiseeni nähden sopivan määrän. Olen oppinut Mobilen ammattitaitoisilta työntekijöiltä paljon ja saanut uusia näkökulmia. Suosittelen Mobilea harjoittelupaikaksi!

*Päivi Aho, sairaanhoitajaopiskelija (amk)*

## Palautetta Mobilen asiakkailta

*"Todella lämmin ja kannatteleva ilmapiiri. Kun oma hätä on suurin, sai vaan olla oma voimaton, rikkiäinen ihminen. Sai purkaa omaa paha oloa, tuskaa, vihaa, pettymystä, surua. Helppo luottaa ja tuli tunne, että minua kuullaan. Niin suuri kiitos ❤️🙏."*

*"...työstä on niin iso merkitys kriisissä olevalle ihmiselle."*

*"Olo oli huojentunut, kun sai jostain tukea vaikeaan tilanteeseen."*

*"Väkivaltatyöstä ollut valtavasti apua! Olen oppinut tunnistamaan ja asettamaan omat rajani paremmin sekä arvostamaan ja rakastamaan itseäni."*

*"Kiitos tuhannesti avusta! Viime syksy olisi ollut aika synkkä yksin taaperrettavaksi."*

*"Erittäin hyvä tunne ja välittäminen tuli siitä, kun työntekijä siirsi yhteystietoni psykiatrian polille enkä jäänyt asian kanssa yksin."*

*"Olen saanut puhuttua sinulle sellaista purkamaton tunnetta, mitä olen vuosikaudet padonnut ja se on jo syventynyt uupumukseksi. Olen niin kiitollinen sinun kriisityön soitoista, ettet voi arvatakaan."*

*"Läheisenä kiitän teitä suuresti tuesta lapselleni ja hänen koko perheen puolesta! Nyt uskallan itsekkin taas"*

jo hengittää ja miettii omaa jaksamista ja kerätä omia voimia takaisin.”



## Anna palautetta

**Kriisikeskus Mobilen** työstä voi antaa palautetta asiakastilanteissa, internet-sivujen ”Ota yhteyttä” -linkin tai sähköisen lomakkeen kautta.

**Rikosuhripäivystyksen** palveluista palautetta voi antaa [asiakkaana](#) ja yhteistyötahona.

**Keski-Suomen hyvinvointialueen** palveluista voi antaa palautetta asiakaspalautekyselyn sekä avoimen palautelomakkeen kautta.

**Palaute auttaa kehittämään palveluiden laatua ja saatavuutta.**

## Webinaareja, oppaita, suosituksia ja koulutuksia

Eroperheiden kanssa työskenteleville ammattilaisille on tarjolla uusi tukimuoto: [moniammatillinen Haastavat erot - konsultaatioryhmä](#) aloitti toimintansa lokakuussa 2022 Keski-Suomessa. Merkittävää eroauttamisessa on lapsen näkökulman huomioiminen.

THL:n Barnahus-hankkeen [Lapset ja väkivalta - lasten oikeuksista ja laista nousevat suuntaviivat](#) sosiaalityön käytäntöihin

HUOMA ry:n (Henkirikoksen uhrin omaiset) [Opas henkirikoksen uhrin läheisille](#)

THL:n verkkokoulutukset alan työntekijöille ja opiskelijoille

[Äkillisesti kuolleen henkilön läheisten tukeminen](#) (Hotus, Hoitotyön tutkimussäätiö)

[Perheissä tapahtuvan lasten kaltoinkohtelun tunnistaminen](#) sosiaali- ja terveydenhuollossa (Hotus, Hoitotyön tutkimussäätiö)

Käypähoitosuositus: [Traumaperäinen stressihäiriö](#)

Käypähoitosuositus: [Itsemurhien ehkäisy ja itsemurhaa yrittäneen hoito](#)

## Tukea ammatilaiselle rahapeliongelmien kohtaamiseen

Rahapeliongelman hoidon ja tuen kehittämisen alueellinen tuki (Aluetuki) on Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen (THL) koordinoimaa toimintaa rahapeliongelman hoidon ja tuen saatavuuden sekä laadun kehittämiseksi valtakunnallisesti 2021-2023. Ammatilaisille tukea rahapeliongelmiin kohtaan saa mm. ”Rahapelaaminen puheeksi” -oppaasta sekä ”Rahapelaamisen puhekesiön tukimateriaalista ammatilaiselle”.



## JSMS ry:n hallitus vuonna 2023

Jyväskylän seudun mielenterveysseura ry:n hallituksen puheenjohtaja toimii Marja Heikkilä ja varapuheenjohtajana Sinikka Vuorela. Hallituksen jäseniä vuonna 2023 ovat Pirkko Hammaren, Annukka Heimonen, Anneli Kuusinen-Laukkala, Katja Mäkelä, Erja-Riitta Niskanen ja Ritva Salpakoski.

Liity Jyväskylän Seudun Mielenterveysseura ry:n jäseneksi.

Jäsenenä olet mukana tukemassa ja halutessasi kehittämässä JSMS ry:n toimintaa osallistumalla kevät- ja syyskokouksiin.

## Jyväskylän seudun mielenterveysseura ry:n kevätkokous

Jsms ry:n kevätkokous järjestetään ti 28.3 klo 17.30 Kriisikeskus Mobilen tiloissa Matarankatu 2 (D), Jkl, johon Jyväskylän seudun mielenterveysseura ry:n jäsenet ovat tervetulleita. Lisätiedot kevätkokouksesta.

## Lahjoittamalla tuet toimintaamme - nyt myös MobilePay 18085

Lahjoitukset ovat tärkeä tuki työllemme - ne kohdennetaan konkreettisesti kriisiauttamiseen ja mielenterveyden edistämiseen Keski-Suomessa.

Lahjoituksen tekeminen MobilePaylla:

1. Avaa MobilePay
2. Syötä lahjoitettava summa
3. Syötä 5-numeroinen lyhytnumero 18085
4. Hyväksy lahjoitus pyyhkäisemällä.

Lahjoituksen tekeminen tilisiirtana:

- \* Merkitse saajaksi: Jyväskylän seudun mielenterveysseura ry
- \* Tilinumeroksi: FI27 5290 0240 396539 (Osuuspankki Keski-Suomi)
- \* Viestiksi: Kriisiauttaminen ja mielenterveyden edistäminen.

KIITOS tuestasi ❤️!

Rahankeräyslupa: RA/2021/99 JSMS ry/Kriisikeskus Mobile



## Aurinkoista kevättä!

Kriisikeskus Mobile on avoinna arkipäivisin ma-to klo 8-20 ja pe 8-17.

Seuraava uutiskirje ilmestyy kesäkuussa 2023.

Terveisin Mobilelaiset.

Palvelut ovat asiakkaille maksuttomia.

Toimintaa rahoittaa Keski-Suomen hyvinvointialue (2/3) ja STEA (1/3). Vuonna 2023 Mobilessa työskentelee 9 palkattua sosiaali- ja terveysalan ammattilaista sekä kaksi RIKUn toiminnanohjaajaa. Lisäksi toimintaan osallistuu vapaaehtoistyöntekijöitä sekä Mobilessa harjoittelua suorittavia alan opiskelijoita.

Toiminta-alue: Hankasalmi, Joutsa, Jyväskylä, Jämsä, Kannonkoski, Karstula, Keuruu, Kinnula, Kivijärvi, Konnevesi, Kyyjärvi, Laukaa, Luhanka, Multia, Muurame, Petäjävesi, Pihtipudas, Saarijärvi, Toivakka, Uurainen, Viitasaari ja Äänekoski.

Kriisikeskus Mobile  
toimisto@kriisikeskusmobile.fi  
kriisikeskusmobile.fi

Rekisteriseloste  
Tietosuojaseloste  
Tämän uutiskirjeen toimitti Viesti-Ville.