



KRIISIKESKUS MOBILE

044 7888 470

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

Matarankatu 6 B (4 krs.)

40100 Jyväskylä

www.kriisikeskusmobile.fi

Lisätiedot:

kehittäjäkriisityöntekijä Miia Kovanen

050 4522 925 miia.kovanen@kriisikeskusmobile.fi



KESKI-SUOMEN LIITTO

Jsms ry ja Haukkalan säätiö



PUHUTAAN
ELÄMÄSTÄ

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

Puhutaan Elämästä – Itsemurhien ehkäisy Keski-Suomessa (2023-2024) hanke keskittyy itsemurhien ehkäisyyn ja vähentämiseen järjestölähtöisen asiakastyön, viestinnän sekä verkostotyön keinoin.

Hanke mahdollistaa Kriisikeskus Mobilessa:

- ◆ yksilö- ja yhteisötason tuen
- ◆ Linity-lyhytinterventio itsemurhaa yrittäneelle menetelmän systemaattisen pilotoinnin Keski-Suomessa
- ◆ keskisuomalaisen osaamisen vahvistamisen kehittämistyönä.

Hankkeen päärahoittaja on Keski-Suomen liitto. Osarahoittajia ovat Jsms ry ja Haukkalan säätiö.

Yhteistyökumppaneita asiakas-, verkosto- ja kehittämistyön osalta ovat mm. Sairaala Nova, hyvinvointialueen muut sosiaali- ja terveystyöpalvelut, Sovatek-säätiö ja muut järjestöt. Lisäksi Jyväskylän Yliopisto ja eri ammattikorkeakoulut kytkeytyvät hankkeen kehittämistyöhön mm. opiskelijoiden opinnäytetöissä, joissa seurataan asiakastyötä, arviointia sekä vaikuttavuutta.

Itsetuhoisuus tarkoittaa itsensä vahingoittamiseen liittyviä ajatuksia tai tekoja. Itsetuhoisia tai itsemurha-ajatuksia esiintyy monilla ihmisillä jossakin elämänvaiheessa. Itsetuhoisuuteen liittyvästä toivottomuudesta voi olla vaikea selviytyä yksin – **apua kannattaa hakea matalalla kynnyksellä.**

Apua itsemurhayrityksen jälkeen Linity-työstä: Linity on yksilöllinen interventio, jonka tavoitteena on itsemurhakäyttäytymisen ennaltaehkäisy. Menetelmä perustuu itsemurhakäyttäytymisen laukaisevien tekijöiden tunnistamiseen ja turvasuunnitelmaan, jolla vältetään ajautuminen uuteen itsemurhayritykseen. Interventio koostuu 3-4 tapaamisesta. Linity-työ on tarkoitettu henkilöille, joilla on taustalla ensimmäinen tai toinen itsemurhayritys 1-2 viikon sisällä itsemurhayrityksen jälkeen.

Itsetuhoisuus koskettaa aina myös läheisiä ja on kriisi itsetuhoisen henkilön läheiselle. Kriisikeskus Mobilesta ammatillista kriisiapua myös itsetuhoisen tai itsemurhan tehneen läheisille.

Lisätietoja ja [Linity-esite: www.kriisikeskusmobile.fi](http://www.kriisikeskusmobile.fi)

Kriisikeskus Mobilesta järjestölähtöistä kriisityötä

- ◆ keskisuomalaisille **044 7888 470**
- ◆ **chatin** kautta www.kriisikeskusmobile.fi
- ◆ asioimalla **kasvokkain** kriisikeskuksen tiloissa (Matarankatu 6 B (4 krs.), Jkl).

Kasvokkainen asiointi ajanvarauksella tai ajanvarauksetta.