



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](http://www.kriisikeskusmobile.fi)

Lisätiedot:

kehittäjäkriisityöntekijä Liisa Jaakonaho

044 528 0276 [liisa.jaakonaho@kriisikeskusmobile.fi](mailto:liisa.jaakonaho@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 terveystalot, 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](http://www.kriisikeskusmobile.fi)
- ◆ asioimalla **kasvokkain** kriisikeskuksen tiloissa (Matarankatu 6 B (4 krs.), Jkl).

Kasvokkainen asiointi ajanvarauksella tai ajanvarauksetta.