

YHTEYDENOTTAJA:  
avuntarvitsija, läheinen, osallinen, yhteistyötaho

KRIISIKESKUS MOBILE  
044 7888 470  
Matarankatu 6B (4.krs.), 40100 Jyväskylä  
avoinna arkisin ma-to 8-20 ja pe 8-17

**KRIISIAPU**  
Matala kynnyks,  
puhelintyö,  
käynnit  
Mobilessa,  
popup-chat.  
Mahdollisuuksien  
mukaan myös  
ilman ajanvarausta.

**VÄKIVALTATYÖ**  
Yksilötyöt  
väkivaltaa  
kokeneille ja  
väkivaltaisesti  
käyttäytyneille,  
ajanvarauksella.  
Mahdollisuus  
ohjautua ryhmään.

**ITSEMURHIEN  
EHKÄISYTYÖ**  
Apua  
itsetuhoisuuteen.  
Linity-työ:  
lyhytinterventio  
itsemurhaa  
yrittäneelle.  
Tukea läheisille.

TARVITTAESSA OHJAUS MUIHIN PALVELUIHIN:  
julkisiin, järjestöihin, yksityisiin

**Kriisikeskus Mobilessa työskentelee**  
sosiaali- ja terveysalan sekä kriisityön  
koulutuksen saaneita ammattilaisia. Lisäksi  
toimintaan osallistuu Mobilen kouluttamia  
vapaaehtoistyöntekijöitä sekä harjoittelua  
suorittavia opiskelijoita.

**Palvelut ovat asiakkaille maksuttomia.**  
Puhelinyhteydenotto Mobileen maksaa  
soittajan operaattorin hinnoittelun mukaisesti.  
Kriisikeskus Mobilen toimintaa ylläpitää  
Jyväskylän seudun mielenterveysseura ry  
Keski-Suomen hyvinvointialueen  
ja STEAn tuella.

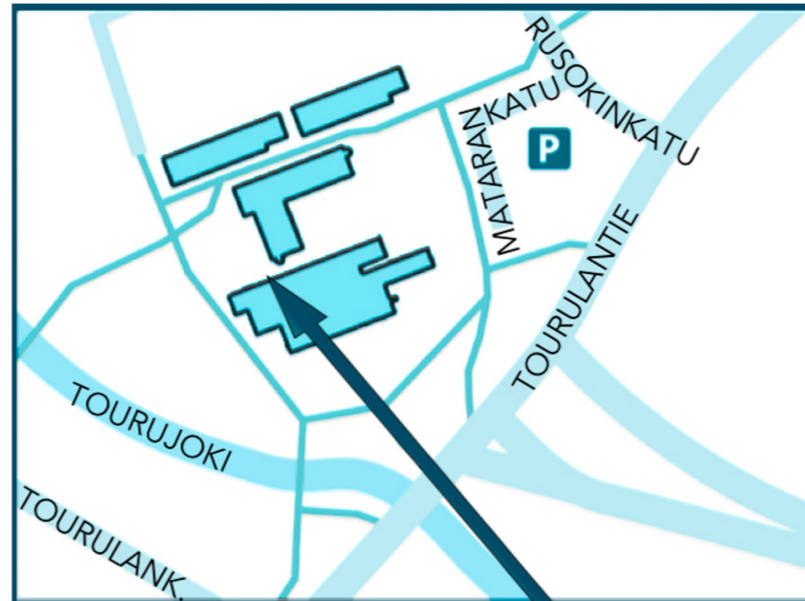
# Kriisikeskus Mobile

## 044 7888 470


### Matarankatu 6B (4.krs.) 40100 Jyväskylä

Järjestölähtöistä kriisiapua  
Keski-Suomen hyvinvointialueella.

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



Lisätietoa, esitteitä ja oppaita:  
[www.kriisikeskusmobile.fi](http://www.kriisikeskusmobile.fi)

 Kriisikeskus Mobile Jyvässeutu  
 kriisikeskusmobile  
 @kriisikeskusjkl

**mieli**  
Jyväskylän seudun  
mielenterveysseura



# Kriisikeskus Mobile

## 044 7888 470

## Kriisikeskus Mobilesta keskusteluapua, kun

- elämäsi on kriisissä
- olet kokenut menetyksen
- olet kokenut väkivaltaa
- olet käyttänyt väkivaltaa
- sinulla on itsetuhoisia ajatuksia
- olet yrittänyt itsemurhaa
- olet itsemurhan tehneen tai itsetuhoisen läheinen
- olet joutunut rikoksen uhriksi
- kohtaat työssäsi asiakkaita, jotka ovat kriisissä ja haluat konsultoida tai ohjata heitä kriisityöhön.

## Yhteyttä voivat ottaa

- avuntarvitsija
- ystävä
- läheinen
- muu kriisitilanteeseen osallinen
- sosiaali- ja terveydenhuolto
- poliisi
- pelastustoimi
- koulut ja oppilaitokset
- järjestöt ja yhteisöt.

## KRIISIAPU

- arkisin ma-to 8-20 ja pe 8-17
- puhelimitse 044 7888 470
- kasvokkain Matarankatu 6B (4.krs.), Jkl.
- kasvokkain etäyhteydellä tai chatin välityksellä ([www.kriisikeskusmobile.fi](http://www.kriisikeskusmobile.fi)).

Yhteydenottopyynnön voi jättää myös puhelinvastaajaan tai internetsivujen palautelomakkeen kautta. Kriisiavun yhteydenotot ja tapaamiskerrat määräytyvät asiakkaan kokemuksen ja tarpeen mukaan. Työskentelyn tavoitteena on tukea kriisissä olevan selviytymistä, toimijuutta sekä lähiverkostoja.

## VÄKIVALTATYÖN YKSILOITYÖT

Tarkoitettu aikuisille, jotka ovat kokeneet väkivaltaa tai käyttäytyneet väkivaltaisesti. Yksilötyön tavoite on väkivallan ehkäiseminen, väkivallan loppuminen sekä turvallinen elämä. Yksilötyön jälkeen on mahdollisuus ohjautua ryhmätoimintaan.

Ajanvaraus 044 7888 470 tai

- väkivaltaa kokeneet:  
044 528 0276 tai 050 4522 925
- väkivaltaisesti käyttäytyneet:  
050 531 3339.

## ITSEMURHIEN EHKÄISYTYÖ

Itsetuhoisuus tarkoittaa itsensä vahingoittamiseen liittyviä ajatuksia tai tekoja. Itsetuhoisia tai itsemurha-ajatuksia esiintyy monilla ihmisillä jossakin elämänvaiheessa. Itsetuhoisuuteen liittyvästä toivotonmuudesta voi olla vaikea selviytyä yksin.

### Linity-työskentely:

- yksilöllinen lyhytinterventio itsemurhaa yrittäneelle; tavoitteena itsemurhakäyttäytymisen ennaltaehkäisy
- 3-4 kasvokkaista tapaamista Linity-työntekijän kanssa
- ajanvaraus 044 7888 470.

### Apua ja tukea läheisille:

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



KRIISITYÖ JA ITSEMURHIEN EHKÄISY



VÄKIVALTATYÖ



MUITA AUTTAVIA TAHOJA