



OMAIISNEUVONTAA MIELENTERVEYSOMAISILLE

FinFami Satakunta ry tarjoaa psyykkisesti
sairastuneen henkilön läheisille
mahdollisuuden maksuttomaan ja
luottamukselliseen keskusteluapuun.

Varaa aikaa itsellesi.



FINFAMI SATAKUNTA RY

Mielenterveysomaisille tietoa, tukea, toimintaa ja toivoa.

TIETOA

- Luentoja, webinaareja, materiaaleja mielenterveydestä ja hyvinvoinnista sekä koulutuksia ammattilaisille.

TUKEA

- Omaisneuvontaa Satakunnassa.
- Vertaistukiryhmiä Satakunnassa.
- Kursseja hyvinvointiin mielenterveysomaisille Satakunnassa.

TOIMINTAA

- Hyvinvointi-iltoja.
- Vapaaehtoistoimintaa.
- Kokemustoimintaa.
- Tapahtumia.

TOIVOA

- Tietoa vahvistamaan toimijuutta.
- Yhteyttä toisiin saman kokeneisiin.
- Työkaluja hyvinvointiin.

Katso lisää

www.finfamisatakunta.fi

OMAISNEUVONTA

Oletko huolissasi läheisesi mielenterveydestä?

FinFami Satakunta ry:n omaisneuvonta on tarkoitettu psyykkisesti sairastuneiden tai oirehtivien henkilöiden läheisille.

Omaisneuvontaa toteuttavat sosiaalian tai kasvatustieteen ammattilaiset.

Omaisneuvonta on maksutonta ja luottamuksellista.

OMAISNEUVONNASTA SAAT

- Keskusteluapua.
- Tietoa sairauksista ja FinFamin toiminnasta.
- Tietoa palveluista.
- Aikaa selkiyttää ajatuksiasi ja tunteitasi, joita raskas elämäntilanne tuottaa.
- TOIVOA.

OMAISNEUVONNASTA HYÖDYT

- Oma tilanne kirkastuu.
- Oma polku toipumiseen hahmottuu.
- Omat keinot ja rajat selkiytyvät.
- Tunnetaakka helpottuu.
- Erilaisuuden kokemus lieventyy.

KOKEMUKSIA OMAISNEUVONNASTA

FinFami Satakunta ry:n omaisneuvonta auttaa vuosittain yli 300 psyykkisesti sairastuneen henkilön läheistä Satakunnassa.

Tässä omaisneuvonnassa käyneiden palautteita omaisneuvonnasta:

"Sain purkaa ulos kaiken mikä oli sisälläni, jakaa pahaa oloani."

"Sain varmuuden, että olin toiminut oikeaan suuntaan, enkä tehnyt mitään väärin."

"Sain toivoa tulevaan."

"Sain tukea hankalaan tilanteeseeni, ahdistus helpottui."

"Oli helpottavaa saada puhua ulkopuolisen ammattilaisen kanssa."

Kuva: Marika Finne

A photograph of a woman in profile, looking towards the left. She is wearing a brown knit beanie and a thick black scarf. The background is a blurred city street with buildings and people in the distance.

ET JÄÄ YKSIN.

HYÖDYLLISIÄ LINKKEJÄ

FINFAMI SATAKUNTA RY

www.finfamisatakunta.fi

TIETOA MIELENTERVEYSOMAISILLE

www.finfami.fi/mahdollisuuksia

TIETOA AMMATILAISILLE

www.finfami.fi/ammattilaisille

VALTAKUNNALLISET YHTEYSTIEDOT

FinFami jäsenyhdistykset

www.finfami.fi/jasenyhdistykset

FINFAMIN VERKKOTOIMINTA

www.finfami.fi/verkkoluennot

MIELENTERVEYDESTÄ

www.mielenterveystalo.fi

PELKKÄ HUOLI RIITTÄÄ.

Kuva: Minttu Lehtovaara



YHTEYSTIEDOT

TOIMISTO

FinFami Satakunta ry
Itsenäisyydenkatu 35 B 3. krs.
28100 Pori

OMAIŠNEUVONTAA PORISSA

Varaa aika numerosta:
044 545 4628

OMAIŠNEUVONTAA SATAKUNNASSA

Varaa aika numerosta:
044 303 6282

LISÄTIETOA

www.finfamisatakunta.fi



[/finfamisatakuntary](https://www.facebook.com/finfamisatakuntary)



[/finfamisatakunta](https://www.instagram.com/finfamisatakunta)



[/FinFamiSatak](https://twitter.com/FinFamiSatak)