

VINKKEJÄ SOSIAALISEEN HYVINVOINTIIN

Tukea, apua, sosiaalista kanssakäymistä ja toimintaa tarjoavia tahoja:

Yhdessäoloa ja uusia kohtaamisia

- **lähellä.fi**
- **vapaaehtoistyö.fi**
- **vanheneminen.fi** → valitse ylärivistä *juttunetti*
- **vtkl.fi** → valitse yläpalkista *toiminta* ja sitten *ystäväpiiri*
- **punainenristi.fi** → kirjoita hakukenttään *ystävächat* tai *vertaisryhmät yksinäisyyttä kokeville*

Tietoa ja tukea

- **reittis.fi** → kirjoita hakukenttään *sosiaaliset suhteet*
- **mielenterveystalo.fi** → kirjoita hakukenttään *ihmissuhteet* tai *yksinäisyyden omahoito-ohjelma*
- **punainenristi.fi** → kirjoita hakukenttään *apua yksinäisyyteen*
- **helsinkimissio.fi** → kirjoita hakukenttään *apua yksinäisyyteen*
- **enjaksa.fi** → videoista teema: Yksinäisyys

Keskustelua ja tukea

- **Some-ryhmät** esim. facebookissa
- **Senioreiden Aamukorva-puhelin** joka aamu klo 6-8 p. 09 2312 0210
- **Kirkon keskusteluapu Palveleva puhelin** joka päivä klo 18-24, p. 0400 22 11 80
- **evl.fi** → kirjoita hakukenttään *chat*
- **sekasin.fi** , keskusteluapua nuorille