

Helsinki

Yleinen
häätännumero

112

Kiireellisiin hätätilanteisiin,
jolloin paikalle tarvitaan
auttavia viranomaisia.



Apua kriisitilanteisiin

Sosiaalipäivystys 24/7

Sosiaalipäivystys arvioi välttämättömän ja kiireellisen sosiaalipalvelujen tarpeen virka-ajan ulkopuolella sekä tekee mahdolliset toimenpiteet.

020 696 006

Kriisipäivystys 24/7

Kriisipäivystys antaa akuuttia kriisiapua äkillisissä kriisitilanteissa kuten esimerkiksi läheisen äkillinen kuolema, väkivaltatilanteet, vakava vammautuminen tai sairastuminen ja tulipalo.

09 3104 4222

Päihdeneuvonta 24/7 (Ehyt ry)

Apua omaan tai läheisen päihteidenkäyttöön.

0800 90045

Psykiatrian päivystys (Haartman ja Malmi)

Yli 16-vuotiaiden ympärivuorokautinen päivystys on Haartmanin sairaalan ja Malmin sairaalan päivystyksissä.

Haartman: Haartmaninkatu 4 (rakennus 12)

Malmi: Talvelantie 6 A (rakennus 2 A)

116 117

Lasten sairaalapäivystys

Uusi lasten sairaala, Stenbäckinkatu 9

1. kerros, A-ovi.

116 117

Myrkytystietokeskus 24/7

Myrkytystietokeskus vastaa puhelimitse ympäri vuorokauden äkillisten myrkytysten ehkäisyyn ja hoitoon liittyviin kysymyksiin.

0800 147 111

SOS-kriisikeskus (Mieli ry)

Lyhytkestoista keskusteluapua kriisistä selviytymisen tueksi. Tukea ja apua tarjotaan myös maahanmuuttajille suomeksi, ruotsiksi, englanniksi tai tarvittaessa tulkin välityksellä.

09 4135 0510

Mannerheimin lastensuojeluliiton palvelut

Vanhempainpuhelimessa voit puhua mistä tahansa vanhemmuuteen liittyvästä asiasta.

0800 92277

Lasten ja nuorten puhelimessa voi kysyä tai keskustella luottamuksellisesti mistä tahansa itseä mietityttävästä asiasta.

116 111 (ma-pe klo 14–20 ja la-su klo 17–20)

Sekasin-chat (Mieli ry ja SPR)

Sekasin-chat on avoinna ma-pe 9–24, la-su 15–24 ja suunnattu 12–29 -vuotiaille.

<https://sekasin247.fi>

Terveysasemat

Terveysasema on ensisijainen hoitopaikkasi, ja sieltä sinut voidaan tarvittaessa lähettää edelleen jatkotutkimuksiin ja -hoitoihin.

www.hel.fi/terveysasemat

Päihdepoliiklinikat

Päihdepoliiklinikat ovat riippuvuusongelmiin erikoistuneita avohoitopaikkoja. Palvelut on tarkoitettu sekä päihteiden käyttäjille että heidän läheisilleen. Helsingissä on neljä alueellista päihdepoliiklinikkaa.

www.hel.fi/paihdepoliiklinikat

Nuorisoasema

Nuorisoasema tarjoaa matalalla kynnyksellä palveluita 13–23-vuotiaille päihteillä, pelaamisella tai lievillä mielenterveyden häiriöillä oireileville nuorille ja heidän läheisilleen.

www.hel.fi/nuorisoasema

Mieppi

Matalan kynnyksen mielenterveyspalvelu, joka on tarkoitettu Helsingissä asuville aikuisille ja yli 13 vuotiaalle nuorille.

Mieppi Myllypuro, Jauhokuja, 09 310 26830

Mieppi Kalasatama, Työpajankatu 14 A, 09 310 32656

www.hel.fi/mieppi

Neuvoloiden keskitetty puhelinpalvelu

Takaisinsoittopalveluna ma-pe klo 8–14.

09 310 55530

Kouluterveydenhuolto ja oppilashuolto

Jokaisella koululla toimii terveydenhoitaja, koululääkäri, psykologi, sekä koulukuraattori joiden puoleen voi kääntyä erilaisissa lapseen tai nuoreen liittyvissä huolissa.

Lapsiperheiden sosiaalineuvonta

Lapsiperheiden sosiaalineuvonta on lapsille ja nuorille sekä heidän perheilleen tarkoitettua tukea, ohjausta ja neuvontaa erilaisissa elämäntilanteissa. Palveluun voi hakeutua soittamalla lapsiperheiden sosiaaliohjauksen puhelinneuvontaan. Lasten ja pienten koululaisten perheille tarjoaa tukea ja neuvontaa.

09 3101 5454 ma-pe klo 9-12 tai Tarvitsen apua -napin kautta:

<https://turvalomake.hel.fi/tarvitsenapua>

Nuorten turvatalo (SPR)

Nuorten turvatalosta voi kysyä mistä tahansa nuoruuteen tai vanhemmuuteen liittyvästä asiasta, arjen jokapäiväisistä tilanteista elämän kriiseihin. Turvatalo tarjoaa nuorelle myös tilapäistä yömajoitusta.

09 622 4322

<https://www.punainenristi.fi/toimipisteet/nuorten-turvatalo-helsinki>

Nuorten kriisipiste (Helsinkimissio ry)

Keskusteluapua etäyhteyksin 12–29 -vuotiaalle nuorille, aikuisille, pareille ja nuorten perheille sekä tukihenkilötoimintaa. Yhteydenotto lomakkeella nettisivujen kautta:

<https://www.helsinkimissio.fi/nuorten-kriisipiste>

Tiedot päivitetty: 2.11.2020

