

SENIORIPYSÄKILTÄ KESKUSTELUAPUA ELÄMÄN SOLMUKOHTIIN



**Keski-ikäen jälkeen moni kokee tulleen murroskohtaan.
Huolta voi olla yksinäisyydestä, menetyksistä tai muutoksista
– joskus vanhatkin asiat voivat palata mieleen pyörimään.**

**HelsinkiMission Senioripysäkki tarjoaa yli 65-vuotiaille tai joko eläkkeellä tai työttöminä
oleville yli 60-vuotiaille ammatilaisen ohjaamaa keskusteluapua.**

**Apua voi saada kahden kesken tai ryhmässä, paikan päällä osoitteessa Albertinkatu 33 tai
etänä koko Suomen alueella. Senioripysäkin palvelut ovat maksuttomia.**

Senioripysäkin yksilökeskusteluapu

Puhelimitse tapahtuvalla ensikohtaamisella kartoitamme kanssasi tilanteesi ja toiveesi keskusteluavusta. Tämän jälkeen keskusteluapua on mahdollista saada 1–5 kertaa. Tapaamisten tavoitteena on lisätä ja ylläpitää hyvinvointia sekä ehkäistä yksinäijämisen kokemusta haastavissa elämäntilanteissa.

Senioripysäkin keskusteluryhmät

Senioripysäkin ryhmiin tullaan haastattelun kautta. Ryhmät kokoontuvat 15 kertaa, 1,5 tunnin ajan kerran viikossa. Ryhmään osallistuu ammatilaisen lisäksi 5–8 henkilöä.

Ota yhteyttä

Verkossa: helsinkimissio.fi/senioripysakki

Puhelimitse: 09 231 202 60

Sähköpostitse: senioripysakki@helsinkimissio.fi

**Yhdessä
yksinäisyys
voitetaan.**

helsinkimissio.fi
   
[@helsinkimissio](https://twitter.com/helsinkimissio)

**HELSINKI
MISSIO**
HELSINGFORSMISSION