

OPAS JALKAUTUVAN PÄIHDETYÖN TUEKSI

Tekijät:

Sosionomi- diakoniopiskelija

Susanna Archer &

Sosionomi- kirkon nuorisotyön

opiskelija Jasmin Pietarinen

Helsinki 03.2022

SISÄLLYS

1 PÄIVÄKESKUS (VOI ASIOIDA PÄIHTYNEENÄ)	3
2 PÄIVÄKESKUS (PÄIHTEETÖN).....	7
3 NEULANVAIHTO	9
4 RUOKA.....	10
5 PYYKINPESU.....	14
6 SUIHKU	16
7 YÖPYMINEN/LEVÄHDYS	18
8 SOSIAALI- JA TERVEYSPÄIVYSTYKSET	19
9 PÄIHDEPOLIKLINIKKA	21
10 SEURAKUNNAN PALVELUT JA MUU HENGELLINEN TOIMINTA	22
11 NUORET	24
12 MONIKULTTUURISET ASIAKKAAT	25
13 ASUNNOTTOMIEN PALVELUT	27

Hätäkeskus puh: 112

Terveydenhuollon päivystysapu 24/7 puh: 116117 (maksuton).

Terveysneuvonta puhelin 24/7 puh: 09 310 10023 (terveysneuvontaa ja ohjausta palveluihin hakeutumiseen)

Myrkytystietokeskus 24/7 puh: 0800 147 111 (maksuton).

Päihdeneuvontapalvelut 24/7 puh: 0800 90045 (maksuton).

1 PÄIVÄKESKUS (VOI ASIOIDA PÄIHTYNEENÄ)

Päiväkeskus Illusia

Mahdollisuus peseytyä, pyykinpesu, lepääminen, tukea ja neuvontaa, lämmin ruoka. Avoin kaikille. (Sininauhasäätiö)

Auki: ti-su 9:00-15:00.

Osoite: Mäkelänkatu 50 B

Puh: 040 631 9475.

NUOLI- nuorten kohtaamis- ja tukipiste

Mahdollisuus peseytyä, pyykinpesu, lepääminen, tukea ja neuvontaa, lämmin ruoka. (Sininauhasäätiö)

Auki: joka päivä 21:00-13:00.

Osoite: Mäkelänkatu 50, sisäänkäynti Nokiankujan puolelta.

Puh: 044 354 1119.

Kohderyhmä: ei kuntarajoja, (16)-29- vuotiaille, voi mennä päihtyneenä.

Liikkuva päiväkeskus/levähdyspaikka

Toimii matkailuautosta käsin, tarjolla ohjausta palveluihin, purtavaa, kahvia/teetä, joka toinen perjantai lämmin ruoka. Mahdollisuus käyttää tietokonetta, tulostinta ja skanneria. (ViaDia)

Maanantaisin Kontulan ostari klo 15:00-18:00

Keskiviikkoisin Ala-Malmin tori klo 11:00-14:00

Perjantaisin Sörnäinen, Kinaporin puisto klo 17:00-20:00

Puh: 045 7876 6865

Symppis, Sörnäinen

Saatavilla ruoka-apua, neulojen vaihtoa, mahdollisuus peseytyä ja pestä pyykkiä sekä saada tukea ja neuvontaa. (mahdollisuus hetken levähdykselle)

Osoite: Pääskylänrinne 5 B

Auki: ma-ti klo 10:00-15:00, ke klo 09:00-14:00, sekä to-pe klo 10:00-15:00

Puh: 040 635 0153

Symppis, Itäkeskus

Saatavilla ruoka-apua, mahdollisuus lämmittää ruokaa, vaatteiden jakoa, internetin käyttö, neulojen vaihtoa, sekä tukea ja neuvontaa.

Osoite: Turunlinnantie 14 A

Auki: ma-ti klo 10:00-15:00, ke klo 09:00-14:00, sekä to-pe klo 10:00-15:00

Puh: 040 637 8837

Symppis, Kontula

Saatavilla ruoka-apua, mahdollisuus lämmittää ruokaa, vaatteiden jakoa, internetin käyttö, neulojen vaihtoa, sekä tukea ja neuvontaa.

Osoite: Keinulaudantie 4

Auki: ma-ti klo 10:00-15:00, ke klo 09:00-14:00, sekä to-pe klo 10:00-15:00

Puh: 040 149 5302

Vihreä Keidas

Matalankynnyksen kohtaamispaikka avun tarpeessa oleville ihmisille, elämänhallinnan ja -laadun parantaminen sekä tukeminen päihteettömään ja terveeseen elämään. Halukkaille myös hengellistä tukea ja ohjausta

Osoite: Sibeliuksenkatu 6

Keidas cafe Auki: ma-to klo 09:00-11:00, aamupalaa tarjolla klo 09:00-10:30

Keitaan sydän (erilaisia ryhmiä mm. Tunne- ja taideryhmä) tiistaisin ja torstaisin klo 12:00-14:00

Puh: 045 874 3310, Kriisipuhelin: 040 411 0295 (ma-pe klo 08:00-15:30)

Vepa- vertais- ja vapaaehtoistoiminnan keskus

KORONAN VUOKSI NYT VAIN ASUNNOTTOMILLE

Mahdollisuus levähtää, syödä lämminateria, kahvia/teetä ja leipää, viettää aikaa, saada keskusteluapua ja sosiaaliohjausta, käytössä tietokone ja puhelin asioiden hoitamiseen. Tarjolla myös lahjoitusvaatteita. Voi varata ajan asumisneuvojalle ja maahanmuuttoasioiden asiantuntijalle.

Auki: ma, ti, ke, pe klo 09:00-15:00 ja to 09:00-14:00

Osoite: Ratamestarinkatu 6 (Itä-Pasila)

Tukikohta

Kohtaamispaikka päihteitä käyttäville. Maanantaisin tarjolla aamiainen ja keski-
viikkoisin lämmin ruoka. Asioiminen voi tapahtua anonyymisti ja ilman ajanva-
rausta. Mahdollisuus saada palvelunohjausta, ammatillista-, sekä vertaistukea.
Käytössä tietokone, päivän lehdet ja biljardi. Mahdollisuus osallistua myös työpa-
jatoimintaan.

Auki: ma ja ke klo: 12:00-15:30.

Osoite: Opastinsilta 8 (katutaso), 00520 Helsinki.

Toimintavastaava Anne Puonti puh: 040 043 5346

Palveluohjaaja Jenni Raita puh: 044 590 7134

2 PÄIVÄKESKUS (PÄIHTEETÖN)

Elokolo Kallio & Kontula

Tarjolla aamupuuroa ja kahvia. Käytettävissä tietokone. Tarjolla tukea ja apua hyvinvointiin, päihteiden käyttöön tai rahapelaamiseen liittyvissä asioissa.

Kallio: Auki joka päivä ma-pe klo. 09:00-14:30. Kolmas linja 28 D. puh: 050 414 0675

Kontula: Auki joka päivä ma-pe klo 09:00-13:00. Kontulankaari 11 (A-talon kerhohuone) puh: 050 310 1305

Kriminaalihuollon tukisäätiö- nuorten toiminta

Yksilöllistä tukea ja apua 15–29-vuotiaille, sekä ryhmätoimintaa. Tarjolla myös pientä syötävää ja kahvia, sekä mahdollisuus käyttää tietokonetta.

Auki: ma, ti, to ja pe klo: 10:00-15:00. Keskiviikkoisin 10:00-19:30

Osoite: Kinaporinkatu 2 C, soita porttikongilta.

Vastaava ohjaaja Charlotte Pettersson, puh: 044 9017 050
Vertaisohjaaja Juha Kaski, puh: 044 9016 480

Kriminaalihuollon tukisäätiö vertaistuki Redis

Tarjoaa tukea rikoksettomaan ja päihteettömään elämään. Ryhmätoimintoja, sekä yksilöllistä apua ja tukea. Käytössä tietokoneet. Saatavilla aamupuuro ja kahvia koko päivän ajan.

Auki: ma-pe klo: 09:00-15:00

Osoite: Kinaporinkatu 2 A, Sörnäinen, toinen kerros. Ulko-oven vieressä kello, jossa lukee Redis.

Vastaava ohjaaja Jonna Vähäkuopus puh: 050 3229 204

Vertaisohjaaja Marko Maunola puh: 044 7647 990

Helsingin A-kilta

Päihteetön olohuone mielenterveys- ja päihdetoipujille, mukaan lukien korvaushoidossa olevat ja läheiset. Tarjolla pienryhmiä, vapaata oleskelua, retkiä, sekä aina kahvia. Muutaman kerran viikossa lämmin ruoka. Käytössä tietokone, ompelukone, televisio, biljardi.

Avoinna ma, ti ja ke klo 09:00-15:30, to klo: 09:00-18:30 ja su klo 10:00-14:00

Osoite: Helsingin A-Kilta / Malmin yhteisötila, Hietakummuntie 19 B, 00700 Helsinki.

Vastaava ohjaaja Jouko Väisänen, tavoitettavissa ma-pe klo 09:00-15:00

puh: 0407796784

Stop Huumeille ry

Saatavilla ruokaa, päihteetöntä ja vertaistuellista toimintaa ja yhdessä oloa. Mahdollisuus käyttää puhelinta ja tietokonetta. Apua, tukea, neuvontaa ja ohjausta. Mahdollisuus pyykinpesuun ja peseytymiseen. **AINOA EDELLETYS TÄYSI PÄIHTEETTÖMYYS JA LÄÄKKEETTÖMYYS (myös korvaushoito)**

Olohuone auki: ma-to klo 09:00-15:00 ja pe klo 09:00-20:00

Osoite: Pakkamestarinkatu 2

Puh: 044 510 5551

Kumppanuustalo Harjula

Saatavilla neuvontaa, ohjausta (myös läheisille) ja vertaistukea.

Auki: arkisin klo 09:00-16:00

Osoite: Harjutie 7, sisäpiha

Puh: 040 844 1707

3 NEULANVAIHTO

Symppis, Sörnäinen

Saatavilla ruoka-apua, neulojen vaihtoa, mahdollisuus peseytyä ja pestä pyykkiä sekä saada tukea ja neuvontaa. (mahdollisuus hetken levähdykselle)

Auki: ma-ti klo 10:00-15:00, ke klo 09:00-14:00, sekä to-pe klo 10:00-15:00

Osoite: Pääskylänrinne 5 B

Puh: 040 635 0153

Symppis, Itäkeskus

Saatavilla ruoka-apua, mahdollisuus lämmittää ruokaa, vaatteiden jakoa, internet yhteys, neulojen vaihtoa, sekä tukea ja neuvontaa.

Auki: ma-ti klo 10:00-15:00, ke klo 09:00-14:00, sekä to-pe klo 10:00-15:00.

Osoite: Turunlinnantie 14 A

Puh: 040 637 8837

Symppis, Kontula

Saatavilla ruoka-apua, mahdollisuus lämmittää ruokaa, vaatteiden jakoa, internetin käyttö, neulojen vaihtoa, sekä tukea ja neuvontaa.

Auki: ma-ti klo 10:00-15:00, ke klo 09:00-14:00, sekä to-pe klo 10:00-15:00

Osoite: Keinulaudantie 4

Puh: 040 149 5302

4 RUOKA

Päiväkeskus Illusia

Mahdollisuus peseytyä, pyykinpesu, lepääminen, tukea ja neuvontaa, lämmin ruoka. Avoin kaikille. (Sininauhasäätiö)

Auki: ti-su 09:00-15:00.

Osoite: Mäkelänkatu 50 B

Puh: 040 631 9475

NUOLI- nuorten kohtaamis- ja tukipiste

Mahdollisuus peseytyä, pyykinpesu, lepääminen, tukea ja neuvontaa, lämmin ruoka. (Sininauhasäätiö)

Auki: joka päivä 21:00-13:00.

Osoite: Mäkelänkatu 50, sisäänkäynti Nokiankujan puolelta.

Puh: 044 354 1119.

Kohderyhmä: ei kuntarajoja, (16)-29- vuotiaille, voi mennä päihtyneenä.

Myllypuron elintarvikeapu

Mahdollisuus kerätä oma ruokakassi, ilman maskia asioivalle ruokakassi kerätään ja annetaan henkilökunnan puolesta.

Auki: ma, ke, pe klo 10:00-12:00

Osoite: Jauhokuja 3.

Symppis, Sörnäinen

Saatavilla ruoka-apua, neulojen vaihtoa, mahdollisuus peseytyä ja pestä pyykkiä sekä saada tukea ja neuvontaa. (mahdollisuus hetken levähdykselle)

Auki: ma-ti klo 10:00-15:00, ke klo 09:00-14:00, sekä to-pe klo 10:00-15:00.

Osoite: Pääskylänrinne 5 B

puh: 040 635 0153

Symppis, Itäkeskus

Saatavilla ruoka-apua, mahdollisuus lämmittää ruokaa, vaatteiden jakoa, internetin käyttö, neulojen vaihtoa, sekä tukea ja neuvontaa.

Auki: ma-ti klo 10:00-15:00, ke klo 09:00-14:00, sekä to-pe klo 10:00-15:00.

Osoite: Turunlinnantie 14 A

Puh: 040 637 8837

Symppis, Kontula

Saatavilla ruoka-apua, mahdollisuus lämmittää ruokaa, vaatteiden jakoa, internetin käyttö, neulojen vaihtoa, sekä tukea ja neuvontaa.

Auki: ma-ti klo 10:00-15:00, ke klo 09:00-14:00, sekä to-pe klo 10:00-15:00

Osoite: Keinulaudantie 4

Puh: 040 149 5302

Vihreä Keidas

Matalankynnyksen kohtaamispaikka avun tarpeessa oleville ihmisille, elämänhallinnan ja -laadun parantaminen sekä tukeminen päihteettömään ja terveeseen elämään. Halukkaille myös hengellistä tukea ja ohjausta

Keidas cafe Auki: ma-to klo 09:00-11:00, aamupalaa tarjolla klo 09:00-10:30

Keitaan sydän (erilaisia ryhmiä mm. Tunne- ja taideryhmä) tiistaisin ja torstaisin klo 12:00-14:00.

Osoite: Sibeliuksenkatu 6

Puh: 045 874 3310, Kriisipuhelin: 040 411 0295 (ma-pe klo: 08:00-15:30)

Vepa- vertais- ja vapaaehtoistoiminnan keskus

KORONAN VUOKSI NYT VAIN ASUNNOTTOMILLE

Mahdollisuus levähtää, syödä lämminateria, kahvia/teetä ja leipää, viettää aikaa, saada keskusteluapua ja sosiaaliohjausta, käytössä tietokone ja puhelin asioiden hoitamiseen. Tarjolla myös lahjoitusvaatteita. Voi varata ajan asumisneuvojalle ja maahanmuuttoasioiden asiantuntijalle.

Auki: ma, ti, ke, pe klo 09:00-15:00 ja to 09:00-14:00

Osoite: Ratamestarinkatu 6 (Itä-Pasila)

Kriminaalihuollon tukisäätiö- nuorten toiminta

Yksilöllistä tukea ja apua 15–29-vuotiaille, sekä ryhmätoimintaa. Tarjolla myös pientä syötävää ja kahvia, sekä mahdollisuus käyttää tietokonetta.

Avoinna ma, ti, to ja pe klo 10:00-15:00. Keskiviikkoisin 10:00-19:30.

Osoite: Kinaporinkatu 2 C, soita porttikongilta.

Vastaava ohjaaja Charlotte Pettersson, puh: 044 9017 050
Vertaisohjaaja Juha Kaski, puh: 044 9016 480

Hurstin ruokajako

Ruokakasseja jaetaan ke ja pe Helsingintiellä klo 10:00-14:00, tai niin kauan kuin kasseja riittää.

Stop Huumeille ry

Saatavilla ruokaa, päihteetöntä ja vertaistuellista toimintaa ja yhdessä oloa. Mahdollisuus käyttää puhelinta ja tietokonetta. Apua, tukea, neuvontaa ja ohjausta. Mahdollisuus pyykinpesuun ja peseytymiseen. **AINOA EDELLETYS TÄYSI PÄIHTEETTÖMYYS JA LÄÄKKEETTÖMYYS (myös korvaushoito)**

Olohuone auki: ma-to klo 09:00-15:00 ja pe klo 09:00-20:00

Osoite: Pakkamestarinkatu 2

Puh: 044 510 5551

5 PYYKINPESU

Päiväkeskus Illusia

Mahdollisuus peseytyä, pyykinpesu, lepääminen, tukea ja neuvontaa, lämmin ruoka. Avoin kaikille. (Sininauhasäätiö)

Auki: ti-su 09:00-15:00.

Osoite: Mäkelänkatu 50 B

Puh: 040 631 9475.

NUOLI- nuorten kohtaamis- ja tukipiste

Mahdollisuus peseytyä, pyykinpesu, lepääminen, tukea ja neuvontaa, lämmin ruoka. (Sininauhasäätiö)

Auki: joka päivä 21:00-13:00.

Osoite: Mäkelänkatu 50, sisäänkäynti Nokiankujan puolelta.

Puh: 044 354 1119

Kohderyhmä: ei kuntarajoja, (16) -29- vuotiaille, voi mennä päihtyneenä.

Symppis, Sörnäinen

Saatavilla ruoka-apua, neulojen vaihtoa, mahdollisuus peseytyä ja pestä pyykkiä sekä saada tukea ja neuvontaa. (mahdollisuus hetken levähdykselle)

Auki: ma-ti klo 10:00-15:00, ke klo 09:00-14:00, sekä to-pe klo 10:00-15:00.

Osoite: Pääskylänrinne 5 B

Puh: 040 635 0153

Hermannin Diakoniatalon varustamo

Osoite: Hämeentie 73

Aukioloajat:

Päivystys: Apua ja tukea asiakkaan tilanteen ja tarpeen mukaan ilman ajan varausta ma, ti, to ja pe klo 09:30-11:00 sekä ke 11:00-12:00. Päivystyspuhelin samaan aikaan puh. 09 2340 2533.

Ruoka pientä maksua vastaan (alle 2€), peseytyminen, pyykinpesu, kuntosali ja verstaas AUKI: maanantaisin, tiistaisin klo 09:00-13.00, keskiviikkoisin 11:00-18:00 ja torstaisin 09:00- 12:00 ja perjantaisin klo. 09:00-13:00

Raamattupiiri keskiviikkoisin klo 16:00-17:00

Pullakirkon klubi-ilta keskiviikkoisin klo 18:00-20:00

Hyötyruokaa jaetaan tiistaisin ja torstaisin klo 14:00

Pullakirkko sunnuntaisin klo 10:00.

Kohderyhmä: Asunnottomat, päihde- ja rikostaustaiset, paperittomat ja heidän läheiset

Stop Huumeille ry

Saatavilla ruokaa, päihdetöntä ja vertaistuellista toimintaa ja yhdessä oloa. Mahdollisuus käyttää puhelinta ja tietokonetta. Apua, tukea, neuvontaa ja ohjausta. Mahdollisuus pyykinpesuun ja peseytymiseen. **AINOA EDELLETYS TÄYSI PÄIHTEETTÖMYYS JA LÄÄKKEETTÖMYYS (myös korvaushoito)**

Olohuone auki: ma-to klo 09:00-15:00 ja pe klo 09:00-20:00

Osoite: Pakkamestarinkatu 2

Puh: 044 510 5551

6 SUIHKU

Päiväkeskus Illusia

Mahdollisuus peseytyä, pyykinpesu, lepääminen, tukea ja neuvontaa, lämmin ruoka. Avoin kaikille. (Sininauhasäätiö)

Auki: ti-su 09:00-15:00.

Osoite: Mäkelänkatu 50 B

Puh:040 631 9475.

NUOLI- nuorten kohtaamis- ja tukipiste

Mahdollisuus peseytyä, pyykinpesu, lepääminen, tukea ja neuvontaa, lämmin ruoka. (Sininauhasäätiö)

Auki: joka päivä 21:00-13:00.

Osoite: Mäkelänkatu 50, sisäänkäynti Nokiankujan puolelta.

Puh: 044 354 1119.

Kohderyhmä: ei kuntarajoja, (16) -29- vuotiaille, voi mennä päihtyneenä.

Symppis, Sörnäinen

Saatavilla ruoka-apua, neulojen vaihtoa, mahdollisuus peseytyä ja pestä pyykkiä sekä saada tukea ja neuvontaa. (mahdollisuus hetken levähdykselle)

Auki: ma-ti klo 10:00-15:00, ke klo 09:00-14:00, sekä to-pe klo 10:00-15:00.

Osoite: Pääskylänrinne 5 B

Puh: 040 635 0153

Hermannin Diakoniatalon varustamo

Osoite: Hämeentie 73

Aukioloajat:

Päivystys: Apua ja tukea asiakkaan tilanteen ja tarpeen mukaan ilman ajan varausta ma, ti, to ja pe klo 09:30-11:00 sekä ke 11:00-12:00. Päivystyspuhelin samaan aikaan puh. 09 2340 2533.

Ruoka pientä maksua vastaan (alle 2€), peseytyminen, pyykinpesu, kuntosali ja verstaas AUKI: maanantaisin, tiistaisin klo 09:00-13:00, keskiviikkoisin 11:00-18:00 ja torstaisin 9:00- 12:00 ja perjantaisin klo. 09:00-13:00

Raamattupiiri keskiviikkoisin klo 16:00-17:00

Pullakirkon klubi-ilta keskiviikkoisin klo 18:00-20:00

Hyötyruokaa jaetaan tiistaisin ja torstaisin klo 14:00

Pullakirkko sunnuntaisin klo 10.00.

Kohderyhmä: Asunnottomat, päihde- ja rikostaustaiset, paperittomat ja heidän läheiset

Stop Huumeille ry

Saatavilla ruokaa, päihteetöntä ja vertaistuellista toimintaa ja yhdessä oloa. Mahdollisuus käyttää puhelinta ja tietokonetta. Apua, tukea, neuvontaa ja ohjausta. Mahdollisuus pyykinpesuun ja peseytymiseen. **AINOA EDELLETYS TÄYSI PÄIHTEETTÖMYYS JA LÄÄKKEETTÖMYYS (myös korvaushoito)**

Olohuone auki: ma-to klo 09:00-15:00 ja pe klo 09:00-20:00

Osoite: Pakkamestarinkatu 2

Puh: 044 510 5551

7 YÖPYMINEN/LEVÄHDYS

Päiväkeskus Illusia

Mahdollisuus peseytyä, pyykinpesu, lepääminen, tukea ja neuvontaa, lämmin ruoka. Avoin kaikille. (Sininauhasäätiö)

Auki: ti-su 09:00-15:00.

Osoite: Mäkelänkatu 50 B

Puh: 040 631 9475.

NUOLI- nuorten kohtaamis- ja tukipiste

Mahdollisuus peseytyä, pyykinpesu, lepääminen, tukea ja neuvontaa, lämmin ruoka. (Sininauhasäätiö)

Auki: joka päivä 21:00-13:00.

Osoite: Mäkelänkatu 50, sisäänkäynti Nokiankujan puolelta.

Puh: 044 354 1119.

Kohderyhmä: ei kuntarajoja, (16)-29- vuotiaille, voi mennä päihtyneenä.

Yökeskus Kalkkers

Mahdollisuus levähtää (ei tarjoa majoitusta), saada ensiapua ja pientä purtavaa, keskustelu apua ja sosiaaliohjausta. Käytössä tietokone. Jaetaan myös lahjoitusvaatteita.

Auki: ma-su klo 22:00-06:00 (talvikaudella loppuvuodesta)

Osoite: Ratamestarinkatu 6, VVA ry:n tilat

Puh: 050 443 1068

Kävijämäärä rajattu (15 hlö). Päihtymistila, kotipaikkakunta, kansallisuus tai oleskelustatus ei ole esteenä.

8 SOSIAALI- JA TERVEYSPÄIVYSTYKSET

Sairaalapäivystykset 24/7

Malmin sairaala, osoite: Talvelantie 6 A. Päivystysapu-puhelinpalvelu: puh. 116 117 (maksuton).

Haartmanin sairaala, osoite: Haartmaninkatu 4. Päivystysapu-puhelinpalvelu: puh. 116 117 (maksuton).

Seri tukikeskus 24/7

Tukikeskus seksuaaliväkivaltaa kokeneille. Päivystyspuhelin: 0407018446. Osoite: Haartmaninkatu 2, naistenklinikka.

Sosiaali- ja kriisipäivystys

(Ensisijaisesti virka-aikana oman alueen perhe- ja sosiaalipalveluista. Säästöpankinranta 2 A, kerros 5.)

Sosiaalipäivystys:

(Välttämättömän ja kiireellisen sosiaalipalvelutarpeen arviointi ja mahdolliset toimenpiteet.) Puh 24/7: 020696006.

Kriisipäivystys:

(Akuuttia kriisiapua, ohjausta ja neuvontaa äkillisissä kriisitilanteissa.) Puh 24/7: 0931044222

Symppiksen liikkuva terveysneuvonta

(Tukea ja neuvontaa, sekä neulanvaihtoa.)

Maanantai: Malmi: Pekanraitti 16, klo 13:00–15:00. Kaisaniemi: Kaisaniemen puistokuja 2, klo 16:00–18:00

Tiistai: Puistola: Ajurinaukio 3–5, klo 12:00–14:00. Kannelmäki: Sitratie 1, klo 15:00–17:00

Keskiviikko: Sörnäinen: Aleksis Kiven katu 2, klo 16:00–18:00. Kamppi: Eteläinen Rautatiekatu 12, klo 19:00–21:00

Torstai: Malmi: Pekanraitti 16, klo 12:00–14:00. Vuosaari: Valkopaadentie (taksitolpalla), klo 15:00–17:00

Perjantai: Hakaniemi: Eläintarhantie 8 (Tokoinranta), klo 10:00–12:00. Pasila: Veturitori 3, klo 13:00–15:00

9 PÄIHDEPOLIKLINIKKA

VIA- päivystykset

Kalasadaman päihdepoliklinikka

Auki: 08:30-10:30

Osoite: työpajankatu 14 a

(Neuvonta ma-pe klo 12:00-13:00 puh: 09 310 42947)

Laakson päihdepoliklinikka

Auki: 08:30-10:30

Osoite: Lääkärinkatu8, rakennus 1b.

(Neuvonta ma-pe klo 12:00-13:00 puh: 09 310 47910)

Malmin päihdepoliklinikka

Auki: 08:30-10:30

Osoite: Soidinkuja 6a

(Neuvonta ma-pe klo 08:15-16:00 puh: 09 31069340)

Vuosaaren päihdepoliklinikka

Auki: 08:30-10:30

Osoite: Kahvikuja 3 a

(Neuvonta ma-pe klo 12:00-13:00 puh: 09 31062444)

Nuorisoasema VIA-päivystys 13-23-vuotiaille

Auki: ma-ke klo 13:00-15:00 ja to-pe klo 08:30-10:30

Osoite: Siltasaarenkatu 4, 6.kerros

(Neuvonta ma-pe klo 08:30-16:00 puh: 040 688 3377)

KATKAISUHOITO

Alkoholivieroitushoidon tarpeen arviointi tapahtuu arkisin ensisijaisesti alueellisissa psykiatria- ja päihdekeskuksissa ja nuorisoasemalla. Tarvittaessa myös terveysasemilta sekä Haartmanin ja Malmin päivystyksistä voidaan tehdä lähete vieroitushoitoon. Arkisin kello 16:n jälkeen ja viikonloppuisin myös [Malmin](#) ja [Haartmanin](#) päivystyksessä hoidossa oleva potilas voidaan tarvittaessa ohjata vieroitushoito-osastolle.

10 SEURAKUNNAN PALVELUT JA MUU HENGELLINEN TOIMINTA

Hermannin Diakoniatalon varustamo

Osoite: Hämeentie 73

Aukioloajat:

Päivystys: Apua ja tukea asiakkaan tilanteen ja tarpeen mukaan ilman ajan varusta ma, ti, to ja pe klo 9.30–11.00 sekä ke 11:00-12:00. Päivystyspuhelin saamaan aikaan puh. 09 2340 2533.

Ruoka pientä maksua vastaan (alle 2€), peseytyminen, pyykinpesu, kuntosali ja versta AUKI: maanantaisin, tiistaisin klo 09:00-13:00, keskiviikkoisin 11:00-18:00 ja torstaisin 09:00- 12:00 ja perjantaisin klo 09:00-13:00

Raamattupiiri keskiviikkoisin klo 16:00-17:00

Pullakirkon klubi-ilta keskiviikkoisin klo 18:00-20:00

Hyötyruokaa jaetaan tiistaisin ja torstaisin klo 14:00

Pullakirkko sunnuntaisin klo 10:00

Kohderyhmä: Asunnottomat, päihde- ja rikostaustaiset, paperittomat ja heidän läheiset

Myllypuron elintarvikeapu

Mahdollisuus kerätä oma ruokakassi, ilman maskia asioivalle ruokakassi kerätään ja annetaan henkilökunnan puolesta.

Auki: ma, ke, pe klo: 10:00-12:00

Osoite: Jauhokuja 3.

Vihreä Keidas

Matalankynnyksen kohtaamispaikka avun tarpeessa oleville ihmisille, elämänhallinnan ja -laadun parantaminen sekä tukeminen päihteettömään ja terveeseen elämään. Halukkaille myös hengellistä tukea ja ohjausta

Keidas cafe Auki: ma-to klo 09:00-11:00, aamupalaa tarjolla klo 09:00-10:30

Keitaan sydän (erilaisia ryhmiä mm. Tunne- ja taideryhmä) tiistaisin ja torstaisin klo 12:00-14:00.

Osoite: Sibeliuksenkatu 6

Puh: 045 874 3310, Kriisipuhelin: 040 411 0295 (ma-pe klo 08:00-15:30)

11 NUORET

Kriminaalihuollon tukisäätiö- nuorten toiminta

Yksilöllistä tukea ja apua 15–29-vuotiaille, sekä ryhmätoimintaa. Tarjolla myös pientä syötävää ja kahvia, sekä mahdollisuus käyttää tietokonetta.

Avoinna ma, ti, to ja pe klo: 10:00-15:00. Keskiviikkoisin 10:00-19:30.

Osoite: Kinaporinkatu 2 C, soita porttikongilta.

Vastaava ohjaaja Charlotte Pettersson, puh: 044 9017 050
Vertaisohjaaja Juha Kaski, puh: 044 9016 480

NUOLI- nuorten kohtaamis- ja tukipiste

Mahdollisuus peseytyä, pyykinpesu, lepääminen, tukea ja neuvontaa, lämmin ruoka. (Sininauhasäätiö)

Auki: joka päivä 21:00-13:00.

Osoite: Mäkelänkatu 50, sisäänkäynti Nokiankujan puolelta.

Puh: 044 354 1119.

Kohderyhmä: ei kuntarajoja, (16) -29- vuotiaille, voi mennä päihtyneenä.

12 MONIKULTTUURISET ASIAKKAAT

Päiväkeskus Mosaikki

Palvelut paperittomille. Auki: ti-pe 12:00-16:00. Osoite: saa soittamalla

Puh: Arabi / Somali 040 642 8270

Suomi / English 044 7673561, 050 4705273, 050 3371568

Suomi / English / Svenska 050 570 9337

Itä-Euroopan romaniväestön hätämajoitus.

Majoitus on tarkoitettu ensisijaisesti Euroopan liikkuvalla romaniväestölle, joka on pääosin Bulgariasta ja Romaniasta. Paikkoja on 100 henkilölle. Mahdollisuus peseytyä, pyykinpesu, kahvia/teetä, ruuan lämmitys, vaatteiden jako, internet yhteys, sekä tukea ja neuvontaa.

Osoite: Inarintie 8

Auki: joka yö 17:00-09:00

Puh: 050 505 3668

Päiväkeskus Hirundo

(Palvelut on tarkoitettu ensisijaisesti Euroopan liikkuvalla romaniväestölle.) ruokaa

Osoite: Inarintie 8

Auki: ma-pe klo 09:00-16:00 (Palvelut on tarkoitettu ensisijaisesti Euroopan liikkuvalla romaniväestölle.)

Pakolaisneuvonta, lakineuvontaa oleskeluluvista ja oikeudesta palveluihin.

Koronan aikana varaa aika! Puh: 09 2313 9300 (vaihde)

Yleisneuvontaa ma-pe, klo: 10:00-12:00, puh: 09 2313 9325 tai sähköpostilla (pan@pakolaisneuvonta.fi).

Paperittomien klinikka/ Global clinic

Palvelut ovat tarkoitettu ensisijaisesti paperittomille. Klinikka tarjoaa kiireetöntä terveydenhuoltoa, psykologin palveluita, ehkäisyneuvontaa, oikeudellista neuvontaa, sekä palvelunohjausta.

Klinikkapuhelin: 044 977 4547

Puhelin sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisille: 044 744 9932

Helsingissä kaikki paperittomat saavat välttämättömän hoidon.

Helsingissä paperittomat **raskaana olevat** naiset sekä paperittomat **lapset** saavat laajat terveystalvelut samoin asiakasmaksuin kuin kuntalaiset. Terveydenhuollon ammattilaisilla ei ole oikeutta ilmoittaa paperittomasta potilaasta poliisille tai maahanmuuttoviranomaisille vain siksi, että potilas on paperiton.

13 ASUNNOTTOMIEN PALVELUT

Hietaniemenkadun asunnottomien palvelukeskus

Hätämajoitusta, päivätoimintaa ja sosiaali- ja terveystalvuuja asunnottomille hel-sinkiläisille. Päihtymys ei ole este. Majoitutaan aina yksi päivä kerrallaan.

Mahdollisuus suihkuun, saunaan ja maksuttomaan aamupalaan joka päivä. Lah-joitusvaatteita. Mahdollisuus pestä pyykkiä.

Asumispäivystys: klo 17:00 –03:00, jolloin otetaan yöpyjiä vastaan

Osoite: Hietaniemenkatu 5 B,

Puh: 09 310 46628 / Neuvonta ja päivystys 24h

PAPERITTOMIEN HÄTÄMAJOITUS

Paperittomat Hakeutuu palvelun piiriin Kalasataman terveys- ja hyvinvointikes-kuksen maahanmuuttoyksikön kautta.

(Kiireellisissä tilanteissa viikonloppuisin ja iltaisin yöpymispaikkoja voi tiedustella Inarintie 8:sta (Itä-Euroopan hätämajoitus) klo 20:00 jälkeen.

Osoite: Työpajankatu 14 A

Auki: ma-pe klo: 09:00-16:00

ASUMISEN TUKI (ASTU)

Asumisen tuki vastaa täysi-ikäisten asunnottomien yksinäisten, lapsettomien pa-riskuntien sekä mielenterveysasiakkaiden asumispalveluiden järjestämisestä.

Neuvonta: ma, ke ja pe klo:09:00-11:00

Puh: 09 310 22530