

SAMTALSHJÄLP FRÅN SENIORHÅLLPLATSEN FÖR LIVETS KNUTAR



Efter medelåldern upplever många en vändpunkt i livet.

Bakom detta kan ligga olika orsaker – ensamhet, svåra erfarenheter, förluster och förändringar. Även gamla minnen kan väcka frågor.

HelsingforsMissions Seniorhållplats erbjuder professionell samtalshjälp för personer över 60 år. Hjälpen ges individuellt eller i grupp, antingen i våra lokaler i Kampen (Albertsgatan 33), i Nordsjö (Rödstensvägen 2), eller på distans i hela Svenskfinland. Tjänsterna är kostnadsfria.

Individuell samtalshjälp

Vid det första mötet kartlägger vi tillsammans din situation och dina önskemål kring samtalshjälpen. Därefter är det möjligt att få samtalshjälp 1–5 gånger. Målet med samtalshjälpen är att öka och upprätthålla välbefinnande samt förebygga känslan av ensamhet i utmanande livssituationer.

Samtalshjälp i grupp

Till Seniorhållplats-grupperna kommer man via en intervju. Grupperna samlas 15 gånger 1,5 timme i veckan. I varje grupp deltar 5–8 personer samt den professionella ledaren. En del av grupperna genomförs på distans och då är det möjligt att delta oberoende av var i Finland man bor.

Ta kontakt

På nätet helsingforsmission.fi/seniorhallplats

Per telefon 09 23120267 (Fungerar med återuppringsprincipen)



**Tillsammans
besegrar vi
ensamheten.**

helsingforsmission.fi



@helsinkimissio

**HELSINGFORS
MISSION
HELSINKI MISSIO**