



## Mielenterveystalo teki kaikkien aikojen ennätysen

Mielenterveystalolla oli syyskuussa ennätysmäärä käyttäjiä: **130 612**. Edellinen ennätys oli viime vuoden marraskuulta (118 531). Palvelun käyttäjiä on ollut tammi-syyskuussa yhteensä **787 350**, mikä on 30,5% enemmän kuin viime vuonna vastaavana aikana. Sisällöistä oirekyselyt (masennus ja ahdistus) sekä omahoidot ovat edelleen suosituimpia.

### Uutta Nuorten Mielenterveystalossa

Nuorille on julkaistu Masennuksen omahoito-ohjelma, mitä voi käyttää itsenäisesti tai hyödyntää jo olemassa olevan hoidon tukena. Hoito-ohjelmassa käytetyt menetelmät perustuvat tutkittuun tietoon ja ohjelman tekemisessä on ollut mukana nuoria.



Monipuolinen elintapaohjelma ehkäisee muistihäiriöitä

[thl.fi/finger](http://thl.fi/finger)

### Tulevat tapahtumat 2018

- Traumainfo 23. ja 30.10.
- Syömishäiriöinfo 24.10.
- Työttömyys ja päihteet - Potkua kokemuksesta ehkäisevään päihdetyöhön 2.11.
- Ammattilaisten aamupala / syömishäiriöt 7.11.
- Integraatiofoorumi 13.11.
- Kiinnostavaa tekemistä selvinpäin – Osallistavan ryhmän opit ja oivallukset 16.11.
- Mars matkalle! Terveyttä työpaikoille –tutkimusretki 28.11.

### Tulevat tapahtumat 2019

- Syömishäiriöpäivät 22.-23.1.
- VOIKUKKIA –ohjaajakoulutus 8.-9.10. ja 5.-6.11.



### Muuta ajankohtaista

- Mikä on päivystysapu 116 117?
- VOIKUKKIA – toimivien käytäntöjen käsikirja
- Tekoäly ja robotiikka parantavat ihmisten hyvinvointia – Hyteairo-ohjelma vauhdittaa toteutuksia
- Arkeen Voimaa -toimintamalli

### Syysterveisin

*t. Marita Koskinen*

Pirkanmaan aluekoordinaattori  
[etunimi.sukunimi@pshp.fi](mailto:etunimi.sukunimi@pshp.fi) /  
050 369 5718



TERVEYSKYLÄ.FI

