

Mielenterveys- ja
päihdepalvelukeskus

TÄHTI

Vastaanottotoiminta
ja Toimintakeskus

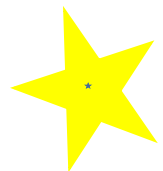
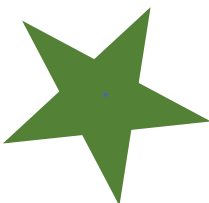
Torikatu 9, 38700 Kankaanpää

Vastaanotto p.040 652 4200

Toimintakeskus p.040 652 4201

ajanvaraus ja puhelinneuvonta.

ma-pe 11.30–12.00



Mielenterveys- ja päihdepalvelukeskus Tähti tarjoaa matalan kynnyksen palveluita. Meille ei tarvita lähetettä, oma yhteydenotto riittää. Tarjoamme apua erilaisiin mielenterveys- ja riippuvuuspulmiin. Tavoitteenamme on tuen antaminen varhaisessa vaiheessa. Parhaiten pääset palveluihin varaamalla ajan työntekijälle puhelimitse. Palvelumme ovat maksuttomia, lääkärikäynneistä veloitetaan terveyskeskusmaksu.



VASTAANOTTOTOIMINTA



Vastaanotoillamme hoidetaan lieviä, keskivaikeita ja vakaita mielenterveys- tai päihdeongelmia. Voit saada apua mm. paniikkioireisiin, masennukseen, ahdistusoireisiin, sosiaalisen jännityksen oireisiin, erilaisiin elämänkriiseihin ja riippuvuusoireisiin.

Palveluitamme ovat:

- Arviot, tutkimukset, keskusteluhoito ja lyhytkestoinen psykoterapia
- Ajo-oikeus- ja ajoterveysseurannat
- Yhteistyö yhdyskuntaseuraamuslaitoksen kanssa
- Päihdehoito
- Tarvittaessa yhteistoiminta työterveyshuollon, työnantajien sekä lastensuojelun asiakkuuksissa
- Pitkäaikaisten mielenterveyskuntoutujien voinnin ja lääkehoidon seuranta
- Konsultointi, koulutus ja verkostotyö



TOIMINTAKESKUS

Toimintakeskuksessa on erilaisia ryhmiä, joihin osallistumiseen kannustetaan. Toiminnassamme on mukana myös useita yhteistyökumppaneita.

- ★ Ruokaryhmässä valmistamme yhdessä ruokaa. Ruokailijoiden ruokamaksu 4€, mahdollisuus syödä myös omia eväitä.
- ★ Maanantaisin käymme liikuntakeskuksen kuntosalilla ja torstaisin kaupungin liikunnanohjaaja tulee toimintakeskukselle ohjaamaan liikuntaryhmää.
- ★ Tiistain viikkoinfo on tarkoitettu uusille asiakkaille. Infossa kerrotaan Tähdessä toiminnasta, ryhmistä jne.
- ★ Keskiviikko aamupäivällä tarjolla on sairaanhoitajan pitämiä ryhmiä.
- ★ Tekstiili- ja puukäsityöryhmissä on mahdollisuus tehdä erilaisia käsitöitä kuten ompelu-, kudonta-, askartelu- ja puutöitä.
- ★ Torstain leivontaryhmässä on mahdollisuus opetella erilaista leivontaa.
- ★ Perjantaisin yhteistyökumppanimme KASEVA ohjaa toimintaa monipuolisella ohjelmalla.
- ★ Viikko-ohjelman lisäksi keskuksessa on myös muita ryhmiä.



TOIMINTAKESKUKSEN VIIKKO-OHJELMA

KLO	MAANANTAI 8.45–14.00	TIISTAI 8.45–15.00	KESKIVIIKKO 8.45–14.00	TORSTAI 8.45–14.00	PERJANTAI 8.45–14.00
9 – 11.00	Ruokaryhmä Puukäsityöt 10.00 Viikkokatsaus Tavoiteryhmä Viikkokatsaus	Ruokaryhmä	Ruokaryhmä 10.00 ryhmä	Ruokaryhmä Leivontaryhmä Tekstiilikäsityöt	Ruokaryhmä KASEVA:n toiminta- ryhmä
11 – 12.00	Ruokailu	Ruokailu	Ruokailu	Ruokailu	Ruokailu
12 – 13.30	Musiikkiryhmä	12.00 Viikkoinfo uusille asiakkaille Tekstiilikäsityö	Akupunktio/ rentoutus	12.30 Liikuntaryhmä Tekstiilikäsityöt	KASEVA:n toiminta- ryhmä
13.30	Kahvi	Kahvi	Kahvi	Kahvi	Kahvi
14 – 15.00		Tekstiilikäsityö			
15–16	Kuntosali liikuntahallilla				