



TOIMINTAKESKUKSEN VIIKKO-OHJELMA

KLO	MAANANTAI	TIISTAI	KESKIVIikko	TORSTAI	PERJANTAI
Ovet aukeaa 8.45	Puuroaamupala klo 8.45-9.30 Mitä kuuluu? klo 9.30-11 Puutyöryhmä klo 9-11 Omatoimikäsityö klo 9.30-13		Puuroaamupala klo 8.45-9.30 Avoim vertaistukiryhmä klo 8.45-13	Keittiö ja tähdelisiä asioita klo 9.15-12	Nuoret/uudet/ toimintaan tutustujat
11.00	Lounastauko	Lounastauko	Lounastauko	Lounastauko	Lounastauko
13.30	Rento liikunta klo 12.30-13.30 Ohjattu käsityö klo 13-15	Info uusille asiakkaille klo 12	*Tulossa rosteriketjukurssi	Tulossa: Kuvapajaryhmä 26.1. alkaen, 9 kertaa.	
	Päiväkahvit		Päiväkahvit		



Mielenterveys- ja päihdepalvelukeskus

TÄHTI

Vastaanotto toiminta
ja Toimintakeskus

Torikatu 9, 38700 Kankaanpää

Vastaanotto p.040 652 4200

Takaisinsoittojärjestelmä

Toimintakeskus p.040 652 4202

Puhelinaika

ma-pe 11.30-12.00





Mielenterveys- ja päihdepalvelukeskus Tähti

tarjoaa matalan kynnyksen palveluita. Meille ei tarvita lähetettä, oma yhteydenotto riittää. Tähti on päihteetön.

Tarjoamme apua erilaisiin mielenterveys- ja riippuvuuspulmiin. Tavoitteenamme on tuen antaminen varhaisessa vaiheessa. Parhaiten pääset palveluihin soittamalla vastaanoton puhelinumeroon, käytössä takaisinsoittojärjestelmä. Palvelumme ovat maksuttomia.



VASTAANOTTOTOIMINTA

p. 040 652 4200

Takaisinsoittojärjestelmä

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:

- ★ Keskusteluhoito, arviot, tutkimukset.
- ★ 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.
- ★ Sovitusti vertaistuellisia ryhmätapaamisia.



TOIMINTAKESKUS

p. 040 652 4202

Puhelinaika ma, ke-pe klo 8-8.30, ma-pe klo 11.30-12.00.

Toimintakeskuksen toiminta perustuu ryhmätoimintaan. Jokaiselle asiakkaalle laaditaan yksilöllinen kuntoutussuunnitelma omien tavoitteiden mukaan sekä valitaan ryhmät, jotka tukevat tavoitetta. Uusien asiakkaiden ryhmiin osallistuminen tapahtuu aina infon kautta, tiistaisin klo 12.00. Viikko-ohjelmaa uudistamme noin 4kk välein.

- ★ Maanantai on käsityöpäivä. Aamupäivällä ohjatusti puukäsitöitä, iltapäivällä ohjatut tekstiilikäsityöt.
- ★ Sairaanhoidajan avoin vastaanotto parillisten viikkojen maanantaisin klo 9-11.
- ★ Keskiviikkoisin sairaanhoidajan avoin vastaanotto klo 9-11.
- ★ Keskiviikon vertaistukiryhmä on avoin kaikille Tähtien kävijöille.
- ★ Torstaina opetellaan valmistamaan perusruokaa ja tähdellisiä asioita.
- ★ Käsityömyymälä avoinna torstaisin klo 9-13.
- ★ Perjantain ryhmä on suunnattu nuorille, uusille ja toimintaan tutustujille. Ryhmän aikataulut sovitaan erikseen.
- ★ Perjantaisin sairaanhoitaja hoitaa reseptipyynnöt ja laboratorioaikojen varaamiset.

