Kuva, joka sisältää kohteen Grafiikka, kuvakaappaus, graafinen suunnittelu, muotoilu

Kuvaus luotu automaattisesti

Kuva, joka sisältää kohteen piha-, puu, vaate, vaeltaminen

Kuvaus luotu automaattisesti

**Mielenterveystalo.fi**-verkkopalvelu on täysin avoin ja maksuton palvelu, josta löytyy tietoa ja tukea mielenterveyteen ja erilaisiin elämäntilanteisiin liittyvissä asioissa.

**Palvelussa voit:**

• arvioida omaa vointiasi oirekyselyillä

• saada apua mielenterveyden ongelmiin tai elämäntilanteisiin omahoito-ohjelmista

• sekä löytää tietoa mielenterveyden teemoista ja palveluista.

Kuka tahansa voi itsenäisesti hyödyntää Mielenterveystalon palveluita. Palvelua voidaan hyödyntää myös osana hoitoa ja voit käydä omahoito-ohjelmia läpi ohjatusti ammattilaisen kanssa. Koska materiaalit ovat avoimesti saatavilla, voit palata niihin myös hoitokontaktin ulkopuolella.

Avoimien palveluiden lisäksi verkkopalveluun kuuluu Mielenterveystalon ammattilaisten osio, joka on tarkoitettu kaikille suomalaisille sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisille ja opiskelijoille. Sivustolta löytyy laajasti erilaisia sähköisiä mittareita sekä koulutuksia niiden käyttöön, tallenteita koulutuspäivistä sekä oppaita potilaan kohtaamiseen ja erilaisten hoitojen toteuttamiseen.

[Etusivu | Mielenterveystalo.fi](https://www.mielenterveystalo.fi/fi)

[Materiaalipankki | Mielenterveystalo.fi](https://www.mielenterveystalo.fi/fi/materiaalipankki)

Kuva, joka sisältää kohteen Grafiikka, kuvakaappaus, graafinen suunnittelu, muotoilu

Kuvaus luotu automaattisesti



**Muistathan Mielenterveystalo.fi palvelun?**

Palvelu on maksuton ja kaikille avoin 24/7 käytössä oleva verkkopalvelu.

Avoin osio tarjoaa luotettavaa tietoa mielenterveyden teemoista ja omahoito-ohjelmia erilaisiin mielenterveyden oireisiin ja elämäntilanteisiin. Avoin osio toimii myös ammattilaisen työntukena!

Ammattilaisten osiossa on erilaisia mittareita, verkkokoulutuksia ja hoito-oppaita työn tueksi.

Haaste kevätaurinkoisiin päiviin😊:

Tilaa yksikköösi Mielenterveystalo materiaalia! Voit tilata julisteita, käyntikortteja ja esitteitä.

[Materiaalipankki | Mielenterveystalo.fi](https://www.mielenterveystalo.fi/fi/materiaalipankki)