

HelsinkiMissio – Kukaan ei jää yksin

HelsinkiMissio on poliittisesti ja uskonnollisesti sitoutumaton sosiaalialan järjestö. Tehtävämme on vähentää yksinäisyyttä ja lisätä hyvinvointia. Tänä vuonna tulee kuluneeksi 140 vuotta järjestömme perustamisesta.

Toimimme lähes sadan ammattilaisen ja tuhannen vapaaehtoisen voimin. Kohtaamme, tuemme ja autamme vuosittain kymmeniä tuhansia ihmisiä. Tarjoamme yksinäisyyttä lievittäviä palveluja valtakunnallisesti sekä mahdollisuuden osallistua vapaaehtoisena kaverina kohtaamaan muita. Kaikki apumme on maksutonta ja luottamuksellista.

Apua yksinäisyyteen elämän eri vaiheissa

Nuorten kriisipisteeltä on mahdollisuus saada keskustelu- ja kriisiapua 1-5 kertaa. Nuori voi saada tuekseen myös vapaaehtoisen kaverin, joka sitoutuu kulkemaan nuoren rinnalla vuoden ajan. Minä riitän -ryhmissä opetellaan itsemyötätuntoa keskustelujen ja tehtävien avulla. Nuorten palvelut on tarkoitettu 12–29-vuotiaille ja niitä on saatavissa suomeksi, ruotsiksi ja englanniksi.

Perhepalvelumme vähentävät perheiden yksinäisyyttä ja ennaltaehkäisevät arjen ongelmien kärjistymistä. Tuemme perheitä vapaaehtoisten voimin, olohuonetoiminnalla sekä perheiden keskusteluavussa. Vapaaehtoinen perhekaveri tapaa vanhempaa tai koko perhettä säännöllisesti tukien arjen haasteissa. Perhekaverit kohtaavat asiakkaita myös Albertin olohuoneella ja Uudessa lastensairaalassa.

Senioripysäkki tarjoaa monenlaista apua ja tukea yli 65-vuotiaille. Terapeuttiset keskusteluryhmät, keikka-apu sekä seniorikaverit vähentävät tutkitusti yksinäisyyttä ja vahvistavat hyvinvointia. Aamukorva tarjoaa jutteluseuraa varhaisaamun yksinäisiin hetkiin, digikaverit opastavat digilaitteiden käytössä ja kulttuurikaverit lähtevät seuraksi kulttuuritapahtumiin. Järjestämme myös ryhmä- harrastustoimintaa sekä yhteislaulutilaisuuksia senioreille.

Yksinäisyystyön keskus tarjoaa apua haitallista yksinäisyyttä kokeville aikuisille sekä koulutusta sosiaali- ja terveysalan ammattilaisille. Yksinäisyysohjelma on tutkitusti toimiva apu yksinäisyyden vähentämiseen. Ohjelmaan kuuluu keskustelutapaamisia ammattilaisen kanssa ja itsenäistä tehtäväkirjatyo-skentelyä. Kohtaamme yksinäisiä myös Perjantaipuhelimesta.

Resonaarin musiikkiopisto tarjoaa tavoitteellista musiikinopetusta kehitysvammaisille ja muihin erityisryhmiin kuuluville henkilöille. Resonaari lisää erityisryhmiin kuuluvien ihmisten hyvinvointia ja osallisuutta. Musiikkikeskukseen kuuluu opiston lisäksi asiantuntijapalvelu ja kehitysvammaisten muusikkojen ammattiyhte.

Aggredi on 18–49-vuotiaille kodin ulkopuolisen väkivallan tekijöille suunnattu psykososiaalinen työmuoto. Sen tavoitteena on saada väkivaltainen käytös vähenemään tai loppumaan.

Vapaaehtoiset ovat HelsinkiMission sydän – olennainen osa toimintaamme. HelsinkiMissiossa toimii tuhat vapaaehtoista eri tehtävissä. He saavat tehtäviinsä koulutuksen, tukea ja jatkokoulutuksia. Vapaaehtoistoiminta tuo hyvinvointia ja merkityksellisyyttä sekä vapaaehtoisille että avunsaajille.

Kulttuurielämykset lisäävät tutkitusti hyvinvointia. HelsinkiMissio järjestää viikoittain kulttuuritapahtumia ja yhteislaulutilaisuuksia, joissa nautitaan myös yhdessäolosta. Kaikkiin tilaisuuksiin on vapaa pääsy.

School to Belong -ohjelma auttaa tunnistamaan ja lievittämään nuorten yksinäisyyttä oppilaitoksissa. **Work to Belong** -ohjelma on työelämän yksinäisyyttä vähentävä ohjelma.