

Hyvä tukihenkilö,

Kurssi alkaa olla loppusuoralla, ja on aika miettiä missä yhteisössä haluat olla tukihenkilönä. Mieti ensi kerralle kaksi ensisijaista vaihtoehtoa.

Tässä on aikajärjestyksessä kaikki kurssilla kouluttamassa olleet, joilla on tarvetta tukihenkilöille:

- **SPR** (kouluttaja: Leila Koponen)
Tuettava voi olla esimerkiksi vanhus, mielenterveyskuntoutuja tai yksinäinen ihminen
- Espoon mielenterveysseura **Mielihyvin ry** (Mielihyvin ei ole vielä esittäytynyt, mutta Suomen mielenterveysseurasta kouluttajana oli Tiina Lumijärvi, voit käydä tutustumassa www.mielihyvin.fi)
Tuettava voi olla esimerkiksi vanhus, mielenterveyskuntoutuja tai yksinäinen ihminen
- **Espoon kaupungin maahanmuuttajapalvelut** (kouluttajina ja yhteyshenkilöinä: Anne Parisot ja Inga Ahtokari)
Tuettava on maahanmuuttaja
- **Vanhustyön keskusliitto, Mielenmuutos-hanke** (kouluttaja ja yhteyshenkilö: Marja Saarenheimo)
Tuettava on vanhus
- Espoon mielenterveysyhdistys **EMY ry** (yhteyshenkilö Vilja Vainio)
Tukihenkilö on mielenterveyskuntoutujan vertaistukija. Tukisuhde kestää 5 kertaa.

Mikäli sinulla on erityistoiveita tukisuhteeseen liittyen, kirjoita myös ne alla olevaan lappuun tai erilliselle paperille.

Leikkaa ja palauta ensi kerralla **28.4.**

Nimi _____

1. vaihtoehtoni _____

2. vaihtoehtoni _____