

# Huolien hetki

Miten pärjään taloudellisesti, jos sairastun? Saako jostain tukea? Entä jos ulosotto uhkaa? Milloin kannattaa olla yhteyksissä sosiaalipalveluihin? Apua, en saa mitään tolkkua tästä kaikesta!

**R**ahahuolien, tukimuotojen, sosiaalietuuksien ja palveluiden viidakossa voi tulla epätoivoinen, neuvoton ja eksynyt olo. Huolien hetkessä pilkkotaan sosiaalityöntekijän ja muiden asiantuntijoiden kanssa huolia pienemmiksi, etsitään keinoja ja ratkaisuja sekä vinkkejä etuuksista ja velkojen kanssa taisteleville.

Tule mukaan kuuntelemaan ja keskustelemaan verkossa vaihtuvien aiheiden parissa.

Ma 14.2. klo 13–14.30

## Saiko sairastuminen talouden sekaisin?

Millaisia etuuksia on olemassa, jos sairastuu yllättäen? Mitä tarkoittaa julkisen terveydenhuollon maksukatto tai Kelan matkakorvaus, kun matkustat lääkärikäynnille? Mitä voin tehdä, jos en pysty maksamaan sosiaali- tai terveydenhuollon asiakasmaksua? Entäs jos maksut ovat menneet ulosottoon tai on kertynyt velkaa? Pääseekö veloista koskaan eroon? Tai onko maksuhäiriömerkintä ikuinen?

Riikka Mettälä ja Paula Paloheimo, Mielen-terveyden keskusliitto

Ma 14.3. klo 13–14.30

## Asiakkaana sosiaalipalveluissa

Millaisissa pulmatilanteissa ja arjen haasteissa kannattaa ottaa yhteyttä sosiaalipalveluihin? Mitä sisältyy asiakkaan oikeuksiin sosiaalipalveluissa? Mitä tarkoittaa omatyöntekijä? Mitä voi tehdä, jos on tyytymätön saamaansa palveluun tai kohteluun?

Teija Eskola ja Riikka Mettälä, Mielen-terveyden keskusliitto

## KENELLE?

Ihmisille, jotka etsivät apua arkeensa ja sekavaan palveluviidakoon. Tervetulleita ovat myös läheiset ja ammattilaiset, joiden asiakkaiden arkea mielenterveysongelmat hankaloittavat.

## Verkossa

**Paikka:** Zoom ja kerta 25.4. Teamsissä

**Mukaan mahtuu:** 295, Teamsiin 100

### Miten mukaan?

Ilmoittaudu viimeistään tapahtumaa edeltävänä perjantaina klo 10 mennessä.

Saat osallistumislinkin sähköpostiisi tapahtumapäivän aamuna.

**Huolia pilkkomassa:** Teija Eskola, Riikka Mettälä ja Paula Paloheimo, Mielenterveyden keskusliitosta sekä Ville Rätty ja Kirsi Suoraniemi, KELAsta

### Lue lisää:

[www.mtkl.fi/tapahtumakalenteri](http://www.mtkl.fi/tapahtumakalenteri)  
(Hae: luennon nimellä)

Ma 25.4. klo 13–14.30

## Kun mieli ei voi hyvin – apua Kelan kuntoutuksesta?

Tulevaisuus mietityttää ja ahdistaa, kun opiskelu- ja työelämään pääsyä hidastaa psyykinen sairaus. Tai sitten työelämään paluu todella jännittää pitkän sairausloman jälkeen.

Mistä tukea arkea hankaloitaviin asioihin ja mahdollisuus pohtia omia toiveita ja suunnitelmia kaikessa rauhassa? Mitä pitää sisällään Kelan mielenterveyskuntoutus? Millaisia mahdollisuuksia tarjoaa Kela nuorille ja nuorille aikuisille, kun mielenterveyden ongelmat ovat osa arkea?

Suunnittelijat Ville Rätty ja Kirsi Suoraniemi, etuuspalveluiden lakiyksikkö, kuntoutuspalveluiden ryhmä, Kela

