

European Mental Health Week 13-19.5.2024

Paremmiin yhdessä: Luodaan mielen hyvinvoinnin tulevaisuutta yhteistyössä

Huolehdi mielen hyvinvoinnista Auntien avulla

Auntie on ennaltaehkäisevä mielen hyvinvoinnin palvelu, joka tarjoaa luottamuksellisia, kahdenkeskeisiä tapaamisia mielen hyvinvoinnin ammattilaisen kanssa, sekä laajan valikoiman materiaalia ja harjoitteita omaan käyttöön.

Ilmoittaudu nyt organisaatiosi ilmoittautumissivulla tai MyAuntie-sovelluksen kautta.

Suosittuja paketteja

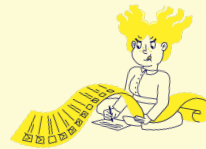
Auntie-paketit jakautuvat kolmeen kategoriaan: psykologinen tuki, coaching ja itsensä kehittäminen sekä tuki esihenkilöille. Jokainen paketti sisältää viisi 45 minuutin tapaamista.



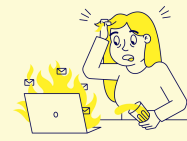
Lost in Transition



Feeling Down



Overachiever



Stressed Out

“Hyvä matalan kynnyksen palvelu tueksi henkilökohtaisen elämään tasapainottamiseen ja sitä kautta myös työelämän mielekkyyden lisäämiseen.”

- Building Me -pakettikäyttäjä

“Täydellinen ensiaskel oman mielen hyvinvoinnin edistämiseen.”

- Stressed Out -pakettikäyttäjä

“Palvelu oli uskomattoman hyödyllinen, ja tunnen itseni onnekaaksi, kun sain käyttää sitä.”

- Feeling Down -pakettikäyttäjä

Euroopan mielenterveysviikko 13-19.5.2024

Kuinka voit luoda paremman tulevaisuuden omalle mielen hyvinvoinnillesi?

Tämä viikon mittainen tapahtuma on

- jokaiselle meistä tilaisuus osallistua keskusteluihin mielen hyvinvoinnin eri osa-alueista
- jakaa henkilökohtaisia tarinoita haasteista selviytymisestä kriisiaikoina
- korostaa tarvetta ryhtyä toimiin leimautumisen, syrjinnän ja syrjäytymisen torjumiseksi
- mahdollisuus puolustaa mielen hyvinvointia kaikille.