Mieppi – tukea mielen hyvinvointiin matalalla kynnyksellä

Mieppi on matalan kynnyksen mielenterveyspalvelu, joka palvelee Myllypuron terveysasemalla arkisin klo 8–16. Myllypuron terveysasema sijaitsee metroaseman vieressä, osoitteessa Jauhokuja 4.

Miepin palvelut on tarkoitettu Myllypuron, Kontulan ja Kivikon terveysasemien alueilla asuville yli 13-vuotiaille nuorille ja aikuisille. Palvelut ovat helsinkiläisille maksuttomia

Huolestuttaako sinua oma jaksaminen?

Ota yhteyttä Mieppiin, jos sinulla on esimerkiksi elämäntilanteeseen tai mielenterveyteen liittyviä huolia ja toivot keskustelutukea. Sinulle tarjotaan 1–5 keskusteluaikaa mielenterveyden ammattilaisen kanssa.

**Huom!**Mikäli tarvitset lääkereseptiä, sen uusintaa tai sairaslomaa, ota yhteys suoraan omaan terveysasemaasi. Jos sinulla on mielenterveyteen liittyvä hoitokontakti, ota yhteys voimassaolevaan hoitotahoosi.

Toimi näin

* Varaa aika verkossa osoitteessa [**asiointi.hel.fi**](https://asiointi.hel.fi/).

tai

* Täytä [**yhteydenottolomake**](https://turvalomake.hel.fi/yhteysmieppiin), vastaamme sinulle kolmen päivän kuluessa.

**Älä epäröi ottaa yhteyttä ajoissa!**