

Rahapeliongelmaan erikoistuneita tuki- ja hoitopalveluja

Tukea ja hoitoa peliongelmiin saa perus- ja erityispalveluista. Tähän on listattu rahapeliongelmiin erikoistuneita tuki- ja hoitopalveluja pelaajille ja heidän läheisilleen. Monipuolisia ja pääasiassa maksuttomia palveluja saa kasvokkain, puhelimitse ja internetissä. Lisäksi peliongelmaan voi kysyä apua sosiaalitoimistoista, terveyskeskuksista ja -asemilta, kriisikeskuksista, seurakunnan diakoniatyöntekijältä tai psykiatrian poliklinikalta.

Tukea ja neuvontaa

Peluurin sähköinen palvelukokonaisuus

Peluuri tarjoaa valtakunnallisia, anonyymejä ja maksuttomia palveluja ongelmallisesti pelaaville, heidän läheisilleen sekä heitä auttaville ammattilaisille.

Peluurin auttava puhelin ja chat

- Keskustele asiantuntijan kanssa kaikesta pelaamiseen liittyvästä.
- Auttava puhelin: 0800 100 101 arkisin klo 12–18.
- Chat: aukioloajat ja keskustelu www.peluuri.fi-osoitteessa.

OmaPeluuri

- Rekisteröidy internetissä.
- Käy ryhmäkeskusteluja ja hyödynnä erilaisia työkaluja.

Valtti ja Hertta -keskustelufoorumit

- Keskustele avoimissa ryhmissä yhteistyönä Päihdelinkin kanssa toteutettavilla Valtti ja Hertta -foorumeilla.

Peli poikki -hoito-ohjelma

- Hae pelaajille tarkoitettuun kahdeksan viikon pituiseen verkon ja puhelimen välityksellä toimivaan ohjelmaan. Ohjelma sisältää viikoittaiset itsetyöskentelyosiot ja puhelinkeskustelut terapeutin kanssa.

Peluuri.fi -tietopankki

- Hae tietoa rahapelaamisesta, pelihaitoista ja erilaisista tukivaihtoehdoista.
- Hyödynnä työkirjoja ja harjoituksia muutoksen tukena ja arvioi pelaamistasi testeillä.
- Tietoa ja tukea myös läheisille.

A-klinikkasäitiön sähköinen KokeNet.fi-neuvontapalvelu

KokeNet on maksuton palvelu alkoholi-, mielenterveys- tai peliongelmistä keskusteluun anonyymisti ja luottamuksella. Vastaajina ovat omasta tai läheisen päihde-, mielenterveys- tai peliongelmaasta toipuneet kokemusasiantuntijat.

- Kirjoita kysymyksiä verkkolomakkeelle. Saat vastauksen kolmen päivän kuluessa, eli palvelu ei sovellu akuutteihin ongelmiin.
- Vaihtoehtoisesti varaa aika Skype-keskusteluun.
- www.kokenet.fi

Muut tahot

Joillakin paikkakunnilla myös terveys- tai sosiaalitoimen yksiköt, seurakunnat sekä jotkut järjestöt voivat auttaa asioiden selvittelyssä.

Vertaisryhmiä

Rahapeliongelmaan on tarjolla useita vertaisryhmiä eri puolilla Suomea ja internetissä. Osa niistä on lueteltuna alla. Ajantasaista tietoa ryhmistä saa toimijoiden omilta verkkosivuilta, Peluurista ja internet-hauilla.

GA-vertaisryhmät

GA eli Gamblers Anonymous (Nimettömät Pelurit) -vertaisryhmissä jaetaan kokemuksia, voimia ja toivoa yhteisen ongelman ratkaisemiseksi ja pakonomaisesta pelaamisesta tervehtymiseksi. Ryhmiä on usealla paikkakunnalla.

www.nimettomatpelurit.fi

Pelirajat'on

Pelirajat'on-vertaisryhmiä on ongelmallisesti rahapelaaville ja läheisille. Niissä saa ymmärrystä saman asian kanssa painivilta ja neuvoja tilanteen käsittelemiseen, arjessa jaksamiseen ja tulevaisuuteen suuntautumiseen. Ryhmiä on usealla paikkakunnalla.

www.pelirajaton.fi

Sähköiset OmaPeluri, Valtti- ja Hertta -vertaisryhmät ja keskustelupalstat

Peluri ja Päihdelinkki tarjoavat internetissä toimivia sähköisiä vertaisryhmiä pelaajille ja läheisille.

www.peluri.fi

www.paihdelinkki.fi

Tiltti

Tieto- ja tukipiste Tiltissä toimii pelaajien ja läheisten ryhmiä sekä vertaistukihenkilötoimintaa.

www.tiltti.fi

Avohoidon palveluja

Avohoito julkisella sektorilla tapahtuu A-klinikoilla, kuntien muissa päihde- ja mielenterveyspalveluissa sekä varsinaisissa peliongelmaan erikoistuneissa palveluissa. Myös yksityisellä puolella järjestetään avohoitoa.

Kunnalliset päihde- ja mielenterveyspalvelut

Ks. yhteystiedot oman kunnan verkkosivustolta.

A-klinikoiden yhteystiedot

www.a-klinikka.fi

Avominne Päihdekliniikka

Ohjausta yksilöille ja ryhmille Helsingissä, Riihimäellä, Lahdessa ja Tampereella.

www.avominne.fi

Contral Clinics

Avohoito-ohjelma Helsingissä, Tampereella ja Oulussa.

www.contral.com

Essote (Etelä-Savon sosiaali- ja terveyspalvelut)

Avohoitoa riippuvuusvastaanotolta Etelä-Savossa.

www.essote.fi

Kuopion kriisikeskus

Keskustelutukea vaikeasta elämäntilanteesta selviytymiseen Kuopiossa.
www.mielenterveysseurat.fi/kuopio/

Peliklinikka

Avohoitoa helsinkiläisille ja vantaalaisille Helsingissä.
www.peliklinikka.fi

Sovatek-säätiö

Avo- ja laituskuntoutusta, vertaisryhmiä ja kuntoutuskursseja Jyväskylässä.
www.sovatek.fi

Laitoshoitoa ja kuntoutusta

Ympäri vuorokautinen laitos-/intensiivishoito on tarkoitettu niille ongelmapelaajille, joille avohoidon palvelut eivät riitä. Sen kesto on kahdesta viikosta noin kuukauteen. Laitoshoitoon voi hakeutua kaikkialta Suomesta. Maksusitoumus vaaditaan kunnalta, joten laitoshoitoon hakeudutaan useimmiten avohoidon läheteellä. Hoito on mahdollista myös omakustanteisesti.

A-klinikkasäätiön päihdesairaala (Päihdesairaalan yhteisöhoitoyksikkö, Haarajoki)

www.paihdesairaala.fi

Kankaanpään A-koti

www.vakry.fi

Kantamo (Kärkölä)

www.kantamo.fi

Esperi Care/Ventusranta (Kruunupyy)

www.esperi.fi

Kursseja pelaamisen hallintaan

Erilaisia pelikuntoutus-, intensiivi- ja voimavarakursseja järjestetään monen tahon toimesta.

Kankaanpään A-koti: intensiivikursseja

www.vakry.fi

Pelirajat'on: voimavarakursseja

www.pelirajaton.fi

Sovatek-säätiö: pelikuntoutuskursseja

www.sovatek.fi

Yksityistä terapiaa

Yksityisiä terapiapalveluja on paljon. Alle on listattu niiden etsimisessä auttavia tahoja.

Kansaneläkelaitos

Kela myöntää tukea 16–67-vuotiaiden kuntoutusterapiaa varten enintään kolmeksi vuodeksi. Ehtoina on mm. psykiatrin tekemä diagnoosi ja lausunto.

www.kela.fi

Sosiaali- ja terveystalouden lupa- ja valvontavirasto Valvira

Valviran ylläpitämästä rekisteristä voi tarkistaa terapeutin tai muun terveydenhuoltohenkilökuntaan kuuluvan henkilön ammattipätevyyden.

www.valvira.fi

Suomen käyttäytymisanalyysin ja kognitiivisen käyttäytymisterapian yhdistys ry:n terapeuttiluettelo:

www.kayttaytymisterapiat.fi

Suomen Psykologiliiton ylläpitämä terapeuttiluettelo:

www.psyli.fi

Psykoterapiakeskus Vastaamo

www.vastaamo.fi

Talousneuvontaa

Talous- ja velkaneuvojat antavat ohjeita raha-asioiden hoitoon ja auttavat ylivelkaantumistilanteissa mm. seuraavissa asioissa: velkatilanteen kartoitus, neuvottelut velkojien kanssa, maksuaikataulujen ja velkojen järjestely sekä tuomioistuimelle tehtävän velkajärjestelyhakemuksen ja maksuohjelman laatiminen ja tarkistaminen. Palvelu on maksutonta.

Kuntien talous- ja velkaneuvonta

Paikkakuntakohtainen listaus velkaneuvonnan yhteystiedoista on Kilpailu- ja kuluttajaviraston sivuilla. Sivulla on myös toimintaohjeita omien raha-asioiden hallintaan.

www.kkv.fi > Neuvontapalvelut ja asiointi > Talous- ja velkaneuvonta

Takuu-Säätiö

www.takuusaatio.fi

Maksuton neuvontapuhelin Velkalinja: 0800 9 8009 arkisin klo 10-14

Velka-asioissa auttavia tahoja voivat olla myös sosiaalitoimistot ja seurakunnat. Peliklinikan eri palvelut tarjoavat tukea myös pelaamisen liitännäisongelmiin, kuten talouspulmiin. Muun muassa Peluurin ja Kilpailu- ja kuluttajaviraston verkkosivuilla on vinkkejä taloudenhallinnasta.

Apuu nuorten peliongelmiin

Koulu- ja opiskelijaterveydenhuollosta, nuorisoasemilta, -psykiatriasta ja -työntekijältä voi hakea apua nuorten digitaaliseen ja rahapelaamiseen liittyviin peliongelmiin.

Alueelliset palvelut löytyvät esimerkiksi oman asuinkunnan verkkosivuilta, A-klinikkasäätiön verkkosivuilta, Peluurin auttavasta puhelimesta ja Lasten ja nuorten puhelimesta (Mannerheimin Lastensuojeluliitto).