



MAASEUDUN
TUKIHENKILÖVERKKO

Tukea ihmiseltä ihmiselle




Tarvitsetko tukea?

Ota yhteyttä maaseudun tukihenkilöön!


Tukihenkilöt voivat tarjota

- keskusteluapua puhelimitse
- tapaamisia
- käytännön apua kotiin
- apua asiointiin
- keskustelua verkossa.



Tukihenkilöinä toimivat koulutetut vapaaehtoiset,
jotka tuntevat maaseudun olosuhteet.

Voit saada apua kotiin myös Jelppi-ryhmältä,
joka koostuu 3-5 vapaaehtoisesta.





MAASEUDUN
TUKIHENKILÖVERKKO

Tukea ihmiseltä ihmiselle

Löydä tukihenkilö:

www.tukihenkilo.fi

puh. 0400 789 481 (koordinaattori)

www.tukinet.net

Ryhdy tukihenkilöksi:

tukihenkilo@mtlh.fi

tai soita koordinaattorille



MAASEUDUN TERVEYS- JA LOMAHUOLTO RY