

# 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, 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.
- Keskustele peliongelmat selvittäneen pelaajan tai läheisen kanssa Vertaispuhelimessa.
- Auttava puhelin: 0800 100 101 arkisin klo 12–18.
- Chat: aukioloajat ja keskustelu [www.peluuri.fi](http://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.

### **Tieto- ja tukipiste Tiltti**

Tiltin tieto- ja tukipiste tarjoaa tietoa ja tukea ammattilaisilta ja vertaisilta ongelmallisesti pelaaville, heidän läheisilleen sekä heitä auttaville ammattilaisille.

- Tule käymään Helsingin Hakaniemessä Tiltin Avoimissa ovissa ma klo 15–17 ja ke klo 15–18.
- Osallistu monipuoliseen ohjelmaan: tietoiskuja, teemailtoja, talousneuvontaa, vertaisryhmiä ja muuta vertaistoimintaa.
- Tapaa muita rahapeliongelman kanssa kamppailevia pelaajia tai heidän läheisiään.
- Tutustu Tilttiin verkkosivustolla [www.tiltti.fi](http://www.tiltti.fi).

### **A-klinikkasäätiön sähköinen KokeNet.fi-neuvontapalvelu**

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

- ➔ Kirjoita kysymyksesi verkkolomakkeelle. Saat vastauksen kolmen päivän kuluessa, eli palvelu ei sovellu akuutteihin ongelmiin.
- ➔ Vaihtoehtoisesti varaa aika Skype-keskusteluun.
- ➔ [www.kokenet.fi](http://www.kokenet.fi)

### **Muut tahot**

Joillakin paikkakunnilla myös terveys- tai sosiaalitoimen yksiköt sekä seurakunnat voivat auttaa asioiden selvittämisessä.

## **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](http://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](http://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](http://www.peluri.fi)

[www.paihdelinkki.fi](http://www.paihdelinkki.fi)

### **Tiltti**

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

[www.tiltti.fi](http://www.tiltti.fi)

## **Avohoidon palveluja**

Avohoito julkisella sektorilla tapahtuu A-klinikoilla, kuntien muissa päihde- ja mielenterveyspalveluissa sekä varsinaisissa peliongelmaan erikoistuneissa palveluissa.

### **A-klinikoiden yhteystiedot**

[www.a-klinikka.fi](http://www.a-klinikka.fi)

**Kunnalliset päihde- ja mielenterveyspalvelut**

Ks. yhteystiedot oman kunnan verkkosivustolta.

**Essote (Etelä-Savon sosiaali- ja terveyspalvelut)**

Riippuvuusvastaanotolta avohoitoa Etelä-Savossa.

[www.essote.fi](http://www.essote.fi)

**Kuopion kriisikeskus**

Keskustelutukea vaikeasta elämäntilanteesta selviytymiseen Kuopiossa.

[www.mielenterveysseurat.fi/kuopio/](http://www.mielenterveysseurat.fi/kuopio/)

**Peliklinikka**

Avohoitoa helsinkiläisille ja vantaalaisille Helsingissä.

[www.peliklinikka.fi](http://www.peliklinikka.fi)

**Sovatek-säätiö**

Avohoitoa, laitoshoidon, vertaisryhmiä ja kuntoutuskursseja Jyväskylässä.

[www.sovatek.fi](http://www.sovatek.fi)

**Ventuskartano**

Kognitiivisen käyttäytymisterapian mukaista hoitoa Kokkolassa.

[www.ventuskartano.fi](http://www.ventuskartano.fi)

## Laitoshoidon ja kuntoutusta

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

**A-klinikkasäätiön päihdesairaala (Hietalinna-yhteisö, Haarajoki)**

[www.paihdesairaala.fi](http://www.paihdesairaala.fi)

**Kankaanpään A-koti**

[www.vakry.fi](http://www.vakry.fi)

**Ventuskartano (Kokkola)**

[www.ventuskartano.fi](http://www.ventuskartano.fi)

## Kursseja pelaamisen hallintaan

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

**Kankaanpään A-koti: intensiivikursseja**

[www.vakry.fi](http://www.vakry.fi)

**Pelirajat'on: voimavarakursseja**

[www.pelirajaton.fi](http://www.pelirajaton.fi)

**Sovatek-säätiö: pelikuntoutuskursseja**

[www.sovatek.fi](http://www.sovatek.fi)

## Yksityistä terapiaa

Yksityisiä terapiapalveluja on paljon. Alle on listattu niiden haarukoinnissa hyödyttäviä tahoja.

### **Kansaneläkelaitos**

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

[www.kela.fi](http://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](http://www.valvira.fi)

### **Suomen käyttäytymisanalyysin ja kognitiivisen käyttäytymisterapian yhdistys ry:n terapeuttiluettelo:**

[www.kayttaytymisterapiat.fi](http://www.kayttaytymisterapiat.fi)

**Suomen Psykologiliiton ylläpitämä terapeuttiluettelo:** [www.psyli.fi](http://www.psyli.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](http://www.kkv.fi) > Neuvontapalvelut ja asiointi > Talous- ja velkaneuvonta

### **Takuu-Säätiö**

[www.takuusaatio.fi](http://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.

## Apua 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).