

Mielinauha-kampanja 3.4.-30.6.2024 **julkivapaa 3.4. klo 6:**

Jokainen tarvitsee joskus lohtua

Jokakevällisellä Mielinauha-kampanjalla halutaan lisätä puhetta mielenterveydestä ja kerätään varoja mielenterveystyölle ja kriisiauttamiselle Suomessa. Maailman kriisien ja taloudellisen tilanteen myötä erityisesti kriisityön ja nuorten mielenterveystyön tarve on kasvanut.

Tämän vuoden kampanjan teemana on lohtu. Jokainen meistä tarvitsee joskus lohtua. Lohdun sanoma korostuu tässä ajassa. Jokainen meistä voi antaa toiselle lohtua, kuuntelemalla, olemalla läsnä ja auttaa tarvittaessa avun äärelle.

Mielinauha-kampanja järjestetään vuonna 2024 jo seitsemättä kertaa. Kampanjaan voi osallistua kantamalla vihreää Mielinauhaa ja lahjoittamalla.

Lisätietoa saat 3.4.2024 alkaen mielinauha.fi -sivustolta.

Kevään Mielinauha-kasvo on Samu Haber



"Ymmärrän kokemuksesta, miten tärkeää on saada tukea silloin, kun on tosi paha paikka. Haluan kannustaa siihen, että ihmiset uskaltaisivat pyytää apua, koska siinä ei ole mitään noloa tai hävettävää."

Haber sanoo itse olevansa hyvin herkkä ja välillä pulassa elämän ja itsensä kanssa. Hän on tarvinnut usein tukea läheisiltään, perheeltään ja ystäviltään mutta myös ammattilaisilta.

”Tiedän, että tulen myös jatkossa tarvitsemaan.”

Vuoden 2024 Mielinauhan suunnittelija Henna Lampinen:



” Suunnittelin vuoden 2024 Mielinauhan osana Vuoden nuori suunnittelija 2023-kilpailua. Nauhaan sisältyy oma ajatukseni siitä, miten toivoisin mielenterveydestä puhuttavan. Halusin nauhan viestivän, että pienikin lohdun saaminen voi olla supertärkeää sille ihmiselle, joka tarpoo omassa usvassaan. Se voi olla sana, lause tai kosketus, joka viestii, ettet ole yksin. Tässä ajassa on niin paljon eripuraa. Siksi haluan sanoa, että empatian ja toisen ymmärtämisen kautta, voi tehdä hyviä asioita. Valitsin kuvaksi kaksi lihavaa halaavaa hahmoa, koska halusin ujuttaa nauhaan oman jälkeni. ”

Mediayhteydenotot:

Viestinnän asiantuntija, Jutta Kajander

gsm 358 40 801 4429

jutta.kajander@mieli.fi

MIELI ry tarjoaa matalan kynnyksen tukea ja apua vaikeissa elämäntilanteissa puhelimesta, kasvokkain ja verkossa. Kriisipuhelin päivystää suomenkielisellä linjalla 24 tuntia vuoden jokaisena päivänä.

MIELI ry tekee myös edistävää mielenterveystyötä, jotta yhä useampi osaisi vahvistaa omaa ja läheisten mielenterveyttä. Vahva mielenterveys suojaa vaikeassa elämäntilanteessa ja helpottaa kriisistä selviytymistä. Mielinauha on MIELI ry:n kampanja, jolla kerätään 3.4.–30.6. varoja mielenterveyden edistämiseen ja kriisityöhön Suomessa.