



Toiminta kriisitilanteissa

Nämä yleiset toimintaperiaatteet koskevat tilanteita, jolloin tietoon tulee henkilökuntaa, opiskelijoita tai muuten työ-/opiskeluyhteisöä koskeva, kriisinä pidettävä tapahtuma, kuten:

- ▶ voimakasta pelkoa herättävä tai uhkaava tilanne
- ▶ väkivallan kohteeksi joutuminen
- ▶ muu vakava rikos tai sen epäily
- ▶ vakava onnettomuus
- ▶ henkilövahinko tai kuolemantapaus
- ▶ jokin muu järkyttävä tai sopimaton toiminta tai tapahtuma Vaasan yliopiston kampuksella, muualla Suomessa tai ulkomailla, jossa yliopiston henkilökuntaan kuuluva tai opiskelija on osallisena.

Tämä ohje ei koske toimintaa valmiuslain mukaisissa poikkeusoloissa. Siinä tapauksessa sovelletaan erillistä valmiussuunnitelmaa, johon siirtymisestä ilmoitetaan erikseen.

Valmiuslain mukaisia poikkeustilanteita ovat mm. sota, laajat tautiepidemiat sekä laajat katkokset veden-, ruuan- tai sähkönjakelussa.

Sisällys

Vaasan yliopiston valmiusryhmä	3
Valmiusryhmän tehtävät kriisitilanteessa	3
Traumaattisen kriisin vaiheet	4
Kriisitilanteet ulkomailla	4
Kuolemantapaus	4
Uhrin muistaminen.....	4
Rikostapaukset, uhkatilanteet ja paloturvallisuus	5
Häirintä.....	5
Kriisin jälkihoito.....	5
Toiminta kriisitilanteissa -ohjeesta tiedottaminen ja jatkotoimenpiteet	6
Liitteet	7
Liite 1 Tärkeitä yhteystietoja	7
Yhteystiedot Vaasassa	7
Yhteystiedot Seinäjoella	8
Yhteystiedot Lapualla	9
Yhteystiedot Kokkolassa	9
Yhteystiedot Helsingissä	9
Liite 2 Traumaattisen kriisin vaiheet.....	11
1. Sokkivaihe "Ei voi olla totta"	11
2. Reaktiovaihe "Mitä tapahtui?"	11
3. Käsittelyvaihe "Miten tästä selviää?"	11
4. Uudelleensuuntautumisen vaihe "Elämä voittaa!"	11
Liite 3 Toimintamalli kaaviona.....	12
Liite 4 Palosaaren kampusalueen kartta	13

Vaasan yliopiston valmiusryhmä

Valmiusryhmän tehtävänä on organisoida toimintaa kriisitilanteissa, kutsua tarvittaessa ulkopuolista apua ja opiskelijoiden edustajia sekä huolehtia kriisitilanteen vaatimista toimenpiteistä. Valmiusryhmän tehtävänä on myös operoida yhteistyössä viranomaisten kanssa.

Vaasan yliopisto pyrkii ennakoidaan ja torjumaan kriisejä ennakolta. Varautumisella kriisitilanteisiin pyritään pitämään vahingot ja haitat mahdollisimman pieninä ja estämään kriisin laajeneminen. Kriisiksi voidaan katsoa laajamittaista aineellista vahinkoa aiheuttava tapahtuma tai yliopiston toimintaan ja maineeseen kohdistuva vakava onnettomuus, vahinko tai muu toiminta.

Yliopiston valmiusryhmän tehtävänä on johtaa kriisitilannetta ja ohjeistaa toimintaa kriisitilanteessa. Jokainen yliopistoyhteisön jäsen on velvollinen toimimaan valmiusryhmän ohjeistuksen mukaan.

Yliopisto osallistuu mahdollisuuksien mukaan myös muualla tapahtuvien yliopistoyhteisön jäseniä koskevien kriisien hoitoon (esimerkiksi luonnonmullistukset, katastrofit, onnettomuudet).

Yliopistossa tehdään vuosittain riskienarviointi, jossa kartoitetaan yliopiston keskeisimmät riskit ja laaditaan riskien mukaiset toimintasuunnitelmat. Suunnitelmassa otetaan kantaa:

- ▶ miten mahdollisia riskejä torjutaan ennakolta
- ▶ kuka vastaa ennakko-toimenpiteistä sekä riskien poistamisesta
- ▶ miten riskienhallinnan toteutusta ja tuloksia seurataan.

Valmiusryhmän tehtävät kriisitilanteessa

Valmiusryhmä organisoii toimintaa kriisitilanteissa, toimii viranomaisten välisenä yhteistyötahona sekä huolehtii tilanteen jatkohoidosta sekä toiminnan eheyttämisestä.

Ryhmän kutsuu koolle kuka tahansa ryhmän jäsenistä, joka saa tiedon kriisinä pidettävästä tapahtumasta. Valmiusryhmä vastaa, että rehtorille ja viestintäjohtajalle tiedotetaan tapahtumasta heti. Kriisitilanteen sattuessa ilmoita siitä turvallisuuspäällikölle. Turvallisuuspäällikön yhteyshenkilöt löydät henkilökunnan intranetistä Messistä kohdasta [Turvallisuus](#) (vaatii kirjautumisen) tai yliopiston verkkosivujen henkilöhaun kautta.

Yliopiston ajantasaiset puhelinnumerot ja sähköpostiosoitteet löydät yliopiston verkkosivuilta kohdasta Yliopisto > [Yhteyshenkilöt ja laskutusosoite](#).

Kokoonnuttuaan valmiusryhmä

- ▶ **Arvioi**, mitä on tapahtunut, mistä tieto on saatu, onko tieto luotettava.
- ▶ **Selvittää**, onko joitakin toimia jo käynnistetty, miten asiassa tähän mennessä on toimitettu.
- ▶ **Linjaa**, mistä asioista tulee huolehtia ja millä tavalla kriisi hoidetaan:
 - ▶ harkitaan kulloiseenkin tilanteeseen parhaiten sopivat toimet jäljempänä olevia ohjeita soveltaen.
- ▶ **Määrittele**, mitkä ovat toiminnan tasot
 - ▶ koko yliopisto, henkilökunta, opiskelijaryhmä(t), yksittäiset opiskelijat, viranomaiset, media.
- ▶ **Ohjeistaa tiedottamisen** (median mielenkiinto herää yleensä välittömästi):
 - ▶ missä laajuudessa tietoja annetaan (muistettava yksityisyydensuoja)
 - ▶ kuka antaa lausuntoja (tapahtumasta tiedottaa pääsääntöisesti rehtori sekä markkinointi- ja viestintäjohtaja tai erikseen sovittuna joku viranomainen)
 - ▶ viranomaisjohtoisen tilanteen tiedottamisesta vastaa AINA viranomainen.

- ▶ **Ennakoi**, mikä on yliopiston oikeudellinen vastuu tapahtumasta:
 - ▶ mitä oikeudellisia vastuuseuraamuksia on mahdollisesti odotettavissa ja miten seurauksia tulisi ennakoida.
- ▶ **Informoi**, mistä henkilökunta ja opiskelijat voivat saada juridista apua, esimerkiksi
 - ▶ Vaasan yliopiston lakimies
 - ▶ Oikeusaputoimisto
 - ▶ Rikosuhripäivystys Vaasassa
 - ▶ Pohjanmaa kriisikeskus Valo Vaasassa
 - ▶ Kriisikeskus Mobile Seinäjoella.
- ▶ **Varmistaa** viranomaisyhteistyön toteutumisen.

Traumaattisen kriisin vaiheet

Traumaattisen kriisin vaiheisiin kuuluvat sokkivaihe, reaktiovaihe, käsittelyvaihe ja uudelleen suuntautumisen vaihe. Toimintamalli esitellään tämän dokumentin [liitteessä 2](#).

Kriisitilanteet ulkomailla

Ulkomailla tapahtuvissa kriisitilanteissa toimitaan ulkoministeriön ja kyseisen maan poliisiviranomaisten ohjeistusten mukaisesti. Ensisijaisina yhteyshoina toimivat yliopiston henkilöstöpalvelut ja/tai liikkuvuuspalvelut, joka toimivat tiiviissä yhteistyössä yliopiston valmiusryhmän ja muiden sidosryhmien kanssa.

Kuolemantapaus

Yliopistolla tapahtuneesta kuolemantapauksesta on ilmoitettava välittömästi poliisille yleiseen **häätäännumeroon 112**. Kerro omat tapahtumaan liittyvät havaintosi. Sulje puhelin vasta kun saat siihen luvan.

Kuolemantapauksesta tiedon saanut henkilö ilmoittaa tapahtuneesta hätäkeskuksen lisäksi myös yliopiston valmiusryhmälle. Valmiusryhmä kokoontuu mahdollisimman pian saatuaan tiedon tapahtumasta.

Valmiusryhmä linjaa tapahtumaa koskevan sisäisen ja ulkoisen tiedottamisen. Valmiusryhmä tiedottaa tapahtuneesta edelleen

- ▶ henkilökunnan osalta henkilöstöjohtajalle
- ▶ opiskelijan osalta Opiskelun ja opetuksen palveluiden päälliköille ja ylioppilaskunnan pääsihteerille (kansainvälisen opiskelijan kohdalla menetellään viranomaisten ohjeiden mukaan).

Poliisi vastaa kuolemantapauksesta tiedottamisesta uhrin omaisille.

Ulkomailla tapahtuvissa kuolemantapauksissa yhteyshona on ulkoministeriö (päivystys 24 h/vrk, **puh. +358 9 1605 5555** (puhelut tallennetaan)) sekä kyseisen maan poliisiviranomaiset, jolloin toimitaan niiden antamien ohjeiden mukaan.

Uhrin muistaminen

Valmiusryhmä antaa tietoa henkilökunnalle ja opiskelijoille suruliputuksesta, hiljaisen paikan järjestämisestä ja huolehtii niistä tiedottamisesta.

Valmiusryhmä päättää, miten järjestetään yliopistoyhteisön muistaminen.

- ▶ Henkilökuntaan kuuluvan kuolemantapauksessa yksikön johtaja huolehtii muistamisesta omaisille. Harkinnan mukaan laaditaan yliopiston muistokirjoitus sanomalehteen. Yksikön johtaja päättää omaisten toiveita kunnioittaen hautajaisiin osallistumisesta ja hautajaisiin liittyvästä muistamisesta (esimerkiksi kukat/adressi).

- ▶ Opiskelijan kuolemantapauksessa muistamisessa noudatetaan soveltaen samoja em. ohjeita kuin henkilökunnan osalta.
- ▶ Itsemurhatapauksessa toimitaan ensisijaisesti omaisten tahdon mukaisesti. Pääsääntöisesti yhteydenpidosta omaisiin vastaan ennalta sovittu valmiusryhmän jäsen.

Valmiusryhmä auttaa tarvittaessa erityisen tuen järjestämisessä henkilökunnalle ja opiskelijoille.

Opiskelijan/työntekijän kuoleman jälkeen häntä koskevan tietoaineiston käsittelystä on erillinen ohjeistus.

Ohjetta uhrin muistamisesta noudatetaan lähinnä äkillisissä tapauksissa, muutoin soveltuvin osin.

Rikostapaukset, uhkatilanteet ja paloturvallisuus

Toimintaohjeet tulipalo-, rikos- sekä uhkatilanteita varten on kuvattu [yliopiston pelastussuunnitelmassa](#) sekä [yliopiston turvallisuusohjeissa \(pdf\)](#).

Häirintä

[Tasa-arvo ja yhdenvertaisuus -verkkosivulta](#) löydät mm. häirintäyhteyshenkilöiden yhteystiedot sekä ohjeet Epäasiallinen käytös ja työpaikkakiusaaminen eivät kuulu työyhteisöön, Seksuaalinen ja sukupuoleen perustuva häirintä ovat syrjintää ja Toimintaohjeet opiskeluun liittyviin epäasiallisen kohtelun ja häirinnän tilanteisiin.

Verkossa tapahtuvaa häirintää on sähköpostin ja internetin välityksellä levitetyt väärät tiedot, panettelu ja uhkailu sekä sopimattoman tai rikollisen aineiston välittäminen.

Työntekijän on ilmoitettava yliopiston tietoverkossa tapahtuvassa häirinnästä heti esimiehelle sekä tietohallintojohtajalle/turvallisuuspäällikölle mahdollisimman pikaisesti. He päättävät jatkotoimista, mm. viestien poistamisesta yliopiston palvelimilta.

Kriisin jälkihoito

Tarvittaessa kootaan kriisiryhmä, joka arvioi tuen tarvitsijoiden määrän sekä jälkihoidon tukitoimien järjestämisen.

Kriisin jälkihoidossa voivat auttaa mm. (yhteystiedot jäljempänä [liitteessä 1](#))

- ▶ työterveyshuollon lääkäri/terveydenhoitaja tai työterveyshuollon kriisiryhmä
- ▶ YTHS:n lääkäri/terveydenhoitaja
- ▶ uskonnollisen yhteisön edustaja, esim. korkeakoulupappi
- ▶ Pohjanmaan kriisikeskus Valo
- ▶ Rikosuhripäivystys, Vaasa
- ▶ Kriisikeskus Mobile, Seinäjoki
- ▶ Rikosuhripäivystys, Seinäjoki
- ▶ yliopiston opintopsykologi Ray Ohtonen.

Kriisiryhmä auttaa yhteydenotossa ulkopuoliseen auttajatahoon.

Kriisiryhmä arvioi ja seuraa kriisinhoitotoimenpiteiden sujumista ja kehittää toimintaa.

Toiminta kriisitilanteissa -ohjeesta tiedottaminen ja jatkotoimenpiteet

Yleisiä turvallisuuteen sekä työsuojeluun liittyviä ohjeita löytyy yliopiston henkilökunnan intranetistä Messistä kohdasta [Turvallisuus](#) sekä [Opiskelijat-verkkosivuilta](#) kohdasta Hyvinvointi ja turvallisuus.

Tässä ohjeessa esitelty toimintamalli löytyy kaaviona [liitteestä 3](#).

Ohjeen ovat päivittäneet 12.1.2021 turvallisuuspäällikkö Ronald Pätt ja asiantuntija Sannakaisa Holmlund.

Liitteet

Liite 1 Tärkeitä yhteystietoja

Yleinen hätänumero 112

Yliopisto suosittelee kaikkia yliopistolaisia ottamaan käyttöön ilmaisen **112 Suomi -mobiilisovelluksen**, joka sisältää hätänumeron lisäksi myös muita toimintoja ja päivystysnumeroita.

Valtakunnallisen Rikosuhripäivystyksen (RIKU) palvelunumero 116 006 palvelee suomeksi ma–pe klo 9–20 ja ruotsiksi klo 12–14. Juristin puhelinneuvonta 0800 161 177 palvelee ma–to klo 17–19. Molemmat palvelut ovat maksuttomia. Lisätietoja [RIKU:n verkkosivuilta](#).

Valtakunnallinen Kriisipuhelin tarjoaa keskusteluapua kriisissä oleville ja heidän läheisilleen. Kriisipuhelin päivystää suomen kielellä ympäri vuorokauden numerossa 09 2525 0111. Kriisipuhelimen ruotsinkielinen linja, Kristelefon, päivystää numerossa 09 2525 0112. Lisätietoja [Kriisipuhelimen verkkosivuilta](#).

Kriisipuhelimen lisäksi Suomen Mielenterveysseura ry tarjoaa nuorille keskusteluapua [Sekasin-chatissa](#) ja [Tukinet-verkkopalvelussa](#).

Nollalinja 080 005 005 on valtakunnallinen, maksuton auttava puhelin henkilöille, jotka ovat läheisessä ihmisuhteessaan kokeneet väkivaltaa tai sen uhkaa. Lisätietoja [Nollalinjan verkkosivuilta](#).

[Mielenterveystalo-verkkopalvelusta](#) löydät tietoa, omahoito-ohjelmia, oppaita, oirenavigaattoreita sekä palveluhakuja.

Yhteystiedot Vaasassa

Pohjanmaan poliisilaitoksen pääpoliisiasema sijaitsee Vaasassa osoitteessa Korsholmanpuistikko 45, 65100 Vaasa, puh. 0295 440 511 (vaihte), neuvontapuhelin 0295 419 800. Lisätietoja [Pohjanmaan poliisilaitoksen verkkosivuilta](#).

Pihlajalinna, Kiilletie 1, 65100 Vaasa. Pihlajalinnan hoitajapuhelinpalvelu palvelee kaikissa työterveysasioissa vuoden jokaisena päivänä klo 6–22 numerossa +358 1031 2010. Vaasan yliopistolle on nimetty omat työterveystiimit Vaasan, Pietarsaaren, Seinäjoen ja Kampin työterveysasemilla. Työterveyshoitajan puhelinpalvelu puh. 010 312 011. Lisätietoja työterveyshuollon palveluista löydät [intranet Messistä](#).

Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiön (YTHS) Vaasan palvelupiste sijaitsee osoitteessa Wolffintie 27–31 ja 30, 65200 Vaasa. Palvelupiste on avoinna ma–to klo 8–15, pe 8–14. Ajanvaraus ja palveluohjaus SelfChatissä tai valtakunnallisissa palvelunumeroissa: suunterveyden palvelut 046 710 1085, muut palvelut 046 710 1073. Lisätietoja Vaasan palvelupisteen toiminnasta löydät [YTHS:n verkkosivuilta](#).

Vaasan yliopiston opintopsykologi on perehtynyt oppimisen, ohjauksen ja neuvonnan psykologiaan. Opintopsykologi työskentelee opiskelijoiden tukena motivaation, ajanhallinnan, opiskelun ja hyvinvoinnin edistämiseksi. Lisätietoja ja opintopsykologin yhteystiedot löydät Opiskelijat-verkkosivuilta kohdasta Hyvinvointi ja turvallisuus > [Opintopsykologi](#).

Omaohjaajat vastaavat koulutusohjelmakohtaisesta opintojen ohjauksesta. Jokaisella opiskelijalla on koulutusohjelmansa mukaan nimettynä omaohjaaja, joka auttaa opiskeluun liittyvissä asioissa. Tarkempia tietoja ja omaohjaajien yhteystiedot löydät Opiskelijat-verkkosivuilta kohdasta Ohjaus ja neuvonta > [Omaohjaajat](#).

Korkeakoulupappi on läsnä Palosaaren kampuksella ja toimii sekä Vaasan yliopiston että Vaasan ammattikorkeakoulun opiskelijoiden ja henkilökunnan tukena. Lisätietoja löydät henkilökunnan Messi-intrasta kohdasta Palvelut > [Tukea muutostilanteisiin](#) > Korkeakoulupappi sekä Opiskelijat-verkkosivuilta kohdasta Hyvinvointi ja turvallisuus > [Korkeakoulupappi](#).

Yliopiston vahtimestarit

- ▶ Tervahovi, puh. 029 449 8090, 029 449 8088
- ▶ Fabriikki, puh. 029 449 8089, 029 449 8093

Tritonian virastomestarit

- ▶ puh. 029 449 8092, 029 449 8250

Yliopistokampuksen vartija

- ▶ päivystävä vartija, puh. 029 449 8096
- ▶ AVARN Security valtakunnallinen hälytyskeskus puh. 010 443 6100

Vaasan yliopiston ylioppilaskunnan palvelutoimisto sijaitsee ylioppilastalo Domus Bothnicalla, Yliopistonranta 5, 65200 Vaasa, puh. 044 324 8980. Ylioppilaskunnan pääsihteerin yhteystiedot: puh. 044 324 8964, paasihteerii@vvy.fi. Lisätietoja [ylioppilaskunnan verkkosivuilta](#).

Vaasan terveysasemien palveluista löydät tietoa Vaasan kaupungin verkkosivuilta kohdasta Asu ja elä > Terveys ja hyvinvointi > [Terveysasemapalvelut](#).

Vaasan keskussairaalan osoite on Hietalahdenkatu 2–4, 65130 Vaasa, puhelinvaihe: (06) 213 1111. Sairaanhoidon päivystävän puhelinneuvonnan tavoitat numerosta (06) 213 1001. Keskussairaalan palveluista löydät lisätietoa [Vaasan keskussairaalan verkkosivuilta](#).

Pohjanmaan kriisikeskus Valo tarjoaa keskusteluapua, kun olet kohdannut kriisin tai haluat tukea vaikeaan elämäntilanteeseen. Ajanvaraus tapaamisiin: ma–to klo 9–15 puh. 044 979 2439 tai info@pohjanmaankriisikeskus.fi. Lisätietoa kriisikeskus Valon toiminnasta löydät Mieli ry:n verkkosivuilta kohdasta Pohjanmaa/Vaasa: Mieli Pohjanmaan mielenterveys ry ja [Pohjanmaan kriisikeskus Valo](#).

Vaasan keskussairaalan psykiatrian päivystykselliset arviot ja sisäännotot tehdään ma–pe klo 8–15.30 psykiatrisella poliklinikalla, joka toimii Huutoniemellä osoitteessa Sarjakatu 2, 65320 Vaasa, puh. (06) 213 2272. Muina aikoina päivystykselliset arviot ja sisäännotot tehdään Akuuttipsykiatrian osastolla 1. Psykiatrian päivystävä sairaanhoitaja on tavattavissa yhteispäivystyksessä vuorokauden ympäri. Lähetettä käyntiin ei tarvita. Lisätietoja Vaasan keskussairaalan verkkosivuilta kohdasta Potilaille > Hoito ja tutkimukset > Päivystys > [Psykiatrian päivystys](#).

Psykososiaalisesta kuntoutuksesta ja arjenhallinnan tukipalveluista löydät lisätietoja kaupungin verkkosivuilta kohdasta Asu ja elä > Sosiaalipalvelut ja arjen tuki > Mielenterveys- ja päihdepalvelut > [Arjenhallinnan tukipalvelut](#).

Vaasan päihdekeskus toimii Huutoniemen sairaalan alueella osastolla C1 osoitteessa Sarjakatu 2, Vaasa, puh. 06 325 2400. Keskus on avoinna ympäri vuorokauden. Lisätietoja kaupungin verkkosivuilta kohdassa Asu ja elä > Sosiaalipalvelut ja arjen tuki > Mielenterveys- ja päihdepalvelut > [Päihdekeskus](#).

Keski-Pohjanmaa ja Pohjanmaan oikeusaputoimiston Vaasan toimipiste Oikeustalolla palvelee arkisin virastoaikana klo 8.00–16.15 osoitteessa Korsholmanpuistikko 43, 3. krs, 65100 Vaasa. Lisätietoja Oikeus.fi-verkkosivuilla kohdassa Oikeusapu > [Keski-Pohjanmaan ja Pohjanmaan oikeusaputoimisto](#).

Yhteystiedot Seinäjoella

Pohjanmaan poliisilaitoksen Seinäjoen poliisiasema sijaitsee osoitteessa Juhonkatu 4, 60320 Seinäjoki, puh. 0295 440 511 (vaihe). Lisätietoja Poliisin verkkosivuilta kohdasta Yhteystiedot > [Seinäjoen poliisiasema](#).

Pihlajalinnan Seinäjoen toimipiste sijaitsee osoitteessa Keskuskatu 5, 60100 Seinäjoki. Tarkempia tietoja löydät Pihlajalinnan verkkosivuilta kohdasta Toimipisteet > [Pihlajalinna Seinäjoki](#).

Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiön (YTHS) Seinäjoen palvelupiste sijaitsee osoitteessa Simunantie 10, 60200 Seinäjoki. Palvelupiste on avoinna ma–to klo 8–15, pe 8–14. Ajanvaraus ja palveluohjaus SelfChatissä tai valtakunnallisissa palvelunumeroissa: suunterveyden palvelut 046 710 1085, muut palvelut 046 710 1073. Lisätietoja Seinäjoen palvelupisteen toiminnasta löydät [YTHS:n verkkosivuilta](#).

Seinäjoen terveyskeskus sijaitsee osoitteessa Koskenalantie 18, 60220 Seinäjoki. Tarkempia tietoja terveyskeskuksen palveluista löydät Seinäjoen kaupungin verkkosivuilta kohdasta Sosiaali ja terveys > [Terveyspalvelut](#).

Seinäjoen keskussairaalan osoite on Hanneksenrinne 7, 60220 Seinäjoki, puhelinkeskus: (06) 415 4111. Päivystysapu (24h) 116 117. Tarkempia tietoja löydät [Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin verkkosivuilta](#).

Kriisikeskus Mobile Seinäjoki sijaitsee osoitteessa Kauppakatu 15 C 14, 60100 Seinäjoki. Ajanvaraus ma–pe klo 8.30–11.00 puh. 06 414 1256. Lisätietoja [Kriisikeskus Mobile Seinäjoen verkkosivuilta](#).

Seinäjoen keskussairaalan Akuuttipsykiatrian poliklinikka sijaitsee Seinäjoen keskussairaalan TC-talon 1. kerroksessa osoitteessa Hanneksenrinne 7, 60220 Seinäjoki. Ympäri vuorokautinen psykiatrinen päivystys toimii myös viikonloppuisin puhelinnumerossa 06 415 4313. Akuuttipsykiatrian poliklinikan hoitajat ovat tavoitettavissa joka päivä klo 8.00–21.00. Lisätietoja Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin verkkosivuilta kohdasta Hoitopalvelut > Hoidot ja tutkimukset > Psykiatria > Aikuisten psykiatriset avohoitopalvelut > [Akuuttipsykiatrian poliklinikka](#).

Seinäjoen päihdekliniikka toimii osoitteessa Ravitie 8 B, 60120 Seinäjoki puh. 044 754 1638/asiakaspalvelu arkisin klo 7.30–15.00. Lisätietoja Seinäjoen kaupungin verkkosivuilta kohdasta Sosiaali ja terveys > Sosiaalipalvelut Päihde- ja riippuvuushoitopalvelut > [Seinäjoen päihdekliniikka](#).

Etelä-Pohjanmaan oikeusaputoimiston Seinäjoen toimipaikka sijaitsee Valtion virastotalo Fallesmannin 4. kerroksessa osoitteessa Juhonkatu 4, 60320. Tarkempia tietoja Oikeus.fi-verkkosivuilla kohdassa Oikeusapu > [Etelä-Pohjanmaan oikeusaputoimisto](#).

Yhteystiedot Lapualla

Katso Seinäjoen yhteystiedot.

Yhteystiedot Kokkolassa

Pohjanmaan poliisilaitoksen Kokkolan poliisiasema sijaitsee osoitteessa Kaarleankatu 74, 67100 Kokkola, puh. 029 544 0511 (vaihe). Lisätietoja Poliisin verkkosivuilta kohdasta Yhteystiedot > [Kokkolan poliisiasema, asiakaspalvelu](#).

Lähin **Pihlajalinnan työterveyden toimipiste on Pietarsaarella** osoitteessa Kauppiankatu 6, 68600 Pietarsaari, puh. 010 312 107. Lisätietoja Pihlajalinnan verkkosivuilla Pihlajalinnan verkkosivuilta kohdasta Toimipisteet > [Pihlajalinna Pietarsaari](#).

Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiön YTHS Kokkolan tuottamat yleis- ja mielenterveyden palvelut sijaitsevat osoitteessa Talonpojankatu 2, 67100 Kokkola. Palvelupiste on avoinna ma–to klo 8–15, pe 8–14. Oral Kokkolan tuottamat suunterveyden palvelut ovat vain Kokkolassa ja Pietarsaarella opiskelevien käytössä ja sijaitsevat osoitteessa Isokatu 5, 67100 Kokkola. Lisätietoja löydät YTHS:n verkkosivuilta kohdasta Palvelupisteet > [Kokkola](#).

Kokkolan terveyskeskuksen pääterveysasema sijaitsee osoitteessa Mariankatu 28, 67200 Kokkola. Tarkempia tietoja terveyskeskuksen palveluista löydät Keski-Pohjanmaan sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus Soiten verkkosivuilta kohdasta Terveystieteet > [Kokkolan vastaanotto](#).

Keski-Pohjanmaan keskussairaalan osoite on Mariankatu 16–20, 67200 Kokkola, puhelinvaihe 06 826 4111. Lisätietoja Keski-Pohjanmaan sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskus Soiten verkkosivuilta.

Kokkolan oikeusaputoimisto sijaitsee Virastotalolla osoitteessa Torikatu 40, 67100 Kokkola, puh. 029 566 1270. Lisätietoja Oikeus.fi-verkkosivuilla kohdassa Oikeusapu > [Keski-Pohjanmaan ja Pohjanmaan oikeusaputoimisto](#).

Yhteystiedot Helsingissä

Helsingin poliisilaitos sijaitsee osoitteessa Pasilanraitti 11, 00240 Helsinki, puh. 029 547 0011 (vaihe ma–pe 8.00–16.15). Lisätietoja Poliisin verkkosivuilta kohdasta Yhteystiedot > [Helsingin poliisilaitos](#).

Pihlajalinnan Tavastian toimipiste sijaitsee osoitteessa Urho Kekkosen katu 4-6 E, 00100 Helsinki, puh. 010 312 011. Tarkempia tietoja löydät Pihlajalinnan verkkosivuilta kohdasta Toimipisteet > [Pihlajalinna Tavastia](#).

Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiön (YTHS) Helsingin Töölön palvelupiste sijaitsee osoitteessa Töölönkatu 37 A, 00260 Helsinki. YTHS Malmin yleis- ja mielenterveyden palvelupiste sijaitsee osoitteessa Malmin kauppatie 8, 00700 Helsinki. Palvelupisteet ovat avoinna ma–to klo 8–15, pe 8–14. Ajanvaraus ja palveluohjaus SelfChatissä tai valtakunnallisissa

palvelunumeroissa: suunterveyden palvelut 046 710 1085, muut palvelut 046 710 1073. Lisätietoja YTHS:n verkkosivuilta kohdasta Palvelupisteet > [Helsinki, Töölö](#) ja [Helsinki, Malmi](#).

Helsingin terveysasemien yhteystiedot ja lisätietoja palveluista löydät Helsingin kaupungin verkkosivuilta kohdasta Sosiaali- ja terveystieteet > Terveystieteet > [Terveystieteet](#).

Helsingin yliopistollinen sairaala HUS:n päivystysavun tavoitat maksuttomasta numerosta 116 117.

Päivystyspoliklinikoiden yhteystiedot ja lisätietoja palveluista löydät [Helsingin yliopistollisen sairaalan HUS:n verkkosivuilta](#).

Helsingin oikeusaputoimisto sijaitsee Oikeustalon 2. kerroksessa osoitteessa Porkkalankatu 13 G, 00180 Helsinki.

Asiakaspalvelu on avoinna ma–pe klo 8.00–16.15, puh. 029 566 0120. Lisätietoja Oikeus.fi-verkkosivulla kohdassa Oikeusapu > [Helsingin oikeusaputoimisto](#).

SOS-kriisikeskus Helsingissä tarjoaa lyhytkestoista keskusteluapua kriisistä selviytymisen tueksi osoitteessa

Maistraatinportti 4 A, 4 krs, 00240 Helsinki. Kriisivastaanoton ajanvaraus ma–to klo 9–12 ja 13–15 sekä pe klo 9–12, puh. (09) 4135 0510. Lisätietoja löydät Mieli ry:n verkkosivuilta kohdasta Tukea ja apua > Kasvokkain > [SOS-kriisikeskus](#).

Liite 2 Traumaattisen kriisin vaiheet

1. Sökkivaihe ”Ei voi olla totta”

Kestää muutamista hetkistä muutamaa vuorokautta. Sökkivaiheessa henkilö

- ▶ ei kykene käsittämään tapahtunutta tai jopa kieltää sen
- ▶ käyttäytyy poikkeavasti tai tilanteeseen sopimattomasti
- ▶ ei ehkä myöhemmin muista tämän vaiheen tapahtumia.

2. Reaktiovaihe ”Mitä tapahtui?”

Voi olla muutaman viikon tai kuukauden mittainen. Reaktiovaiheessa henkilö yrittää saada käsityksen tapahtuneesta; miksi ja miten kaikki tapahtui?

Henkiset puolustuskeinot alkavat toimia paremmin, tapahtuman kieltäminen vähenee. Henkilöllä voi ilmaantua esimerkiksi

- ▶ ruumiillisia oireita
- ▶ ahdistuneisuutta
- ▶ masennusoireita: itkuisuus, vetäytyminen, syyllisyydentunteet, ruokahaluttomuus, univaikeudet
- ▶ vihamielisyyttä, muun muassa toisten syyllistämistä
- ▶ tunteiden peittämistä, näennäistä tilanteen hallintaa.

3. Käsittelyvaihe ”Miten tästä selviää?”

Kestää muutamista kuukausista vuoteen/vuosiin. Käsittelyvaiheessa

- ▶ tapahtunut hyväksytään
- ▶ tapahtuneeseen ja menneeseen elämänvaiheeseen keskittyminen vähenee
- ▶ oireet ja tunteet vähenevät.

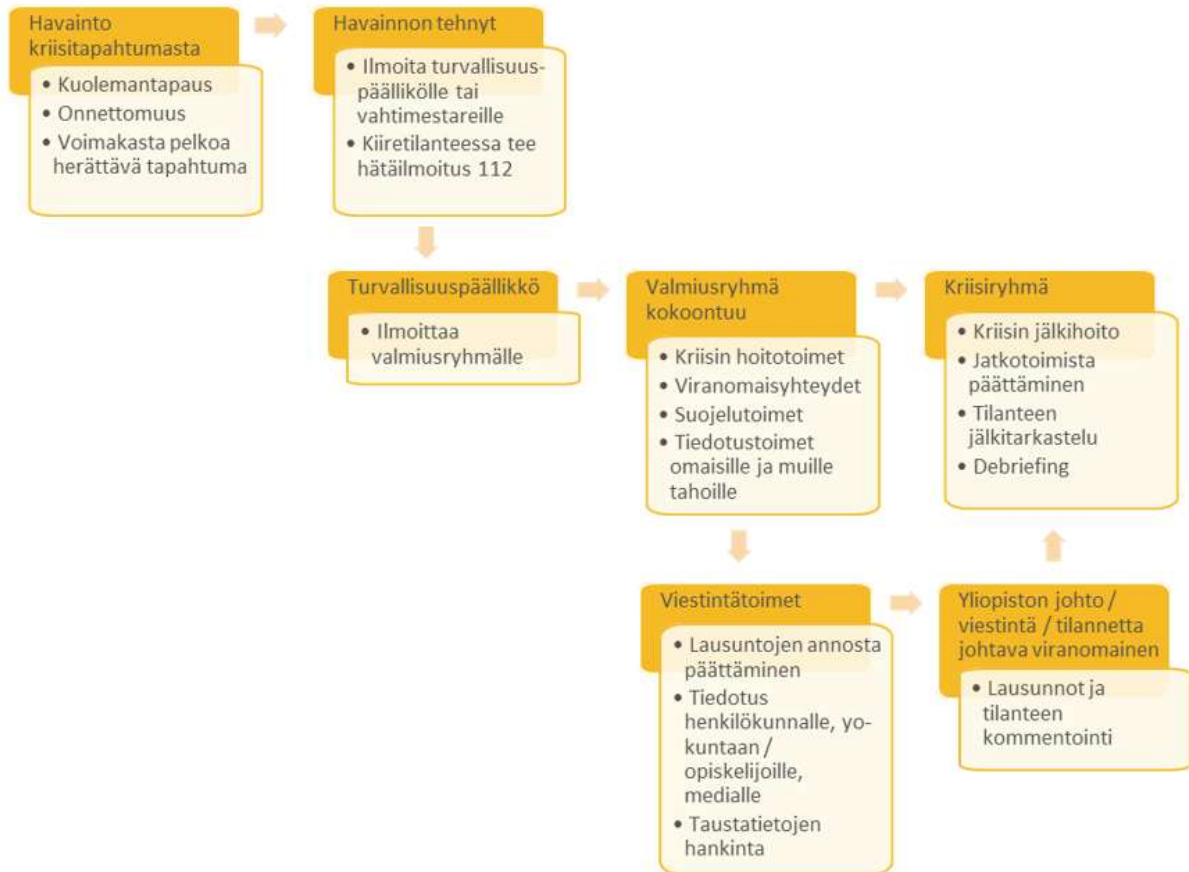
Toipumisen edetessä psyykkiset ja fyysiset oireet poistuvat ja mieliala korjaantuu. Kriisireaktio voi kuitenkin tässä vaiheessa myös lukkiintua ja muuttua psyykkiseksi häiriöksi, jolloin tarvitaan ehdottomasti ammattiapua.

4. Uudelleensuuntautumisen vaihe ”Elämä voittaa!”

Uudelleensuuntautumisen vaiheessa tapahtuu lopullinen toipuminen. Ihminen on kyennyt käsittelemään tapahtuneen sillä tavalla, että se ei enää rajoita elämää. Kukaan ei ole kriisin jälkeen ennallaan, mutta parhaassa tapauksessa ihminen on vahvempi ja paremmin valmistautunut kohtaamaan vastoinkäymisiä.

Katso myös Suomen Mielenterveysseura ry:n [Shokista uuteen alkuun](#).

Liite 3 Toimintamalli kaaviona



Liite 4 Palosaaren kampusalueen kartta



Palosaaren kampusalueen rakennusten nimet ja käyntiosoitteet (pohjoisesta etelään):

- ▶ Tervahovi, Wolffintie 34
- ▶ Luotsi, Wolffintie 34
- ▶ Tritonia, Yliopistonranta 7
- ▶ Puuvillatalo, Puuvillakuja 6
- ▶ Technobothnia, Puuvillakuja 3
- ▶ Konttori, Puuvillakuja 8
- ▶ Fabriikki, Yliopistonranta 10
- ▶ Vebic, Yliopistonranta 1
- ▶ Ylioppilastalo Domus Bothnica, Yliopistonranta 5