

Tärkeää on saada putki poikki mahdollisimman pian. Tunnetko jonkun, johon voit ottaa yhteyttä saadaksesi tukea? Onko paikkaa, jonne voit mennä saadaksesi putken poikki? Voit aina ottaa yhteyttä esimerkiksi Päihdelinkin neuvon-
tapalvelun ammattilaisiin saadaksesi tukea ja neuvoja (palvelu on maksuton ja nimetön).

Listaa tähän henkilöt ja/tai paikat, joista saat apua tarvittaessa:

Tallenna yhteystiedot puhelimeesi.