

Huumekuoleman kautta nuoren tai aikuisen lapsensa menettäneet vertaistukiryhmä syksy 2020

Ryhmä on tarkoitettu vanhemmille, jotka ovat menettäneet nuoren tai aikuisen lapsensa huume-/päihdekuoleman kautta.

Ryhmä alkaa 21.9.2020. Ryhmä kokoontuu 15 kertaa maanantaisin klo 16.30–18.30. Muutaman kuukauden kuluttua ryhmän päättymisen jälkeen pidetään yksittäinen jatkotapaaminen. Ryhmä kokoontuu **Irti Huumeista ry:n** toimitiloissa, Länsi-Pasilassa, käyntiosoite on Fredriksberginkatu 2, 3. krs.

Tavoitteena on

- Äkillisen menetyksen aiheuttamien tunteiden ja kokemusten käsitteleminen luottamuksellisessa vertaisryhmässä
- Kriisin pitkittymisen ja sairastumisen ehkäiseminen
- Selviytymiskeinojen ja voimavarojen tunnistaminen ja vahvistaminen ja uusien näkökulmien löytäminen

Sisältöjä

Sisällöissä otetaan huomioon osallistujien toiveet ja odotukset.

- traumaattinen/äkillinen menetys, kriisin vaiheet, surussa eläminen
- menetyksen, erityisesti päihdekuoleman merkitys ja vaikutukset
- keho ja mieli surussa
- sosiaalinen tukiverkosto, muut läheiset
- muistelu
- voimavarat ja selviytymiskeinot
- toivo, oikeus hyvään oloon ja tulevaisuuteen

Menetelmät

Ryhmä pohjautuu ammatillisesti ohjattuun vertaistukeen.

- Ryhmäkeskustelut—myös pienryhmissä tai pareittain
- Lyhyet alustukset

Ryhmän järjestävät yhteistyössä Irti Huumeista ry ja MIELI Suomen Mielenterveys ry.

Ryhmä on osallistujilleen maksuton, sen rahoittaa Sosiaali- ja terveysministeriö Veikkauksen tuotoilla.

Hakeminen ja lisätiedot

Lähetä hakutoiveesi ja yhteystietosi sähköpostitse ryhmatoiminnat@mieli.fi tai soita puh. 040 173 2040. Vaihtoehtoisesti voit täyttää **Webropol-lomakkeen**. Linkki Webropol-lomakkeeseen löytyy osoitteesta www.mieli.fi > tukea ja apua > ryhmissä, kunkin ryhmän kohdalta.

Lisätietoja Hannele Lehtonen puh. 040 3548040 hannele.lehtonen@mieli.fi tai Mira Reponen puh. 050 3713466 mira.reponen@irtihuumeista.fi

