

LASINEN LAPSUUS – Vertaistukiryhmä nuorille aikuisille syksyllä 2021

Kenelle?

Ryhmä on tarkoitettu 18–29 –vuotiaille nuorille aikuisille, jotka ovat lapsuuden perheessään kärsineet aikuisten päihteiden käytöstä.

Toteutus

Ryhmä alkaa tiistaina 17.8. klo 16.00 ja kokoontuu viikoittain yhteensä 10 kertaa. Tapaamiset kestävät kaksi tuntia (klo 16.00-18.00) Noin kolmen kuukauden kuluttua ryhmän päättymisestä kokoonnumme vielä kerran jatkotapaamiseen merkeissä. Ryhmässä on 6-10 osallistujaa ja sitä ohjaa kaksi mielenterveysalan ammattilaista. Osallistuminen on ryhmäläisille maksutonta.

Paikka

Ryhmä kokoontuu Helsingissä, Länsi-Pasilassa Mieli ry:n tiloissa osoitteessa Maistraatinportti 4 A.

Ryhmän tavoitteet

- omaan elämään ja lapsuuden perheen päihteiden käyttöön liittyvien kokemusten, ajatusten ja tunteiden käsitteleminen
- masennuksen, ahdistuneisuuden, yksinäisyyden ehkäiseminen
- itsetuntemuksen tukeminen
- elämänotteen ja toiveikkuuden vahvistuminen

Miten ryhmään?

Voit hakea ryhmään sivuiltamme sähköisen haun kautta (mieli.fi> tukea ja apua > ryhmissä > ryhmät tukea tarvitseville nuorille) tai ottamalla yhteyttä sähköpostitse ryhmatoiminnat@mielenterveysseura.fi

Lisätietoja

Marika Ketola
040 6791522
marika.ketola@mieli.fi

Järjestäjä

Mieli ry. Ryhmätoiminnat

