



LASINEN LAPSUUS

Vertaistukiryhmä nuorille aikuisille keväällä 2024

Kohderyhmä

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

Aika

Ryhmä alkaa tiistaina 12.3.2024 klo 16.00–18.00 ja kokoontuu yhteensä 10 kertaa viikoittain. Noin kolmen kuukauden kuluttua ryhmän päättymisestä pidetään jatkotapaaminen.

Paikka

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

Järjestäjät ja ohjaajat

Järjestäjä MIELI Suomen Mielenterveys ry, Ryhmätoiminnat.
Ohjaajina toimivat sosiaalipsykologit Mari Rantanen ja Reija Tuomisalo

Tavoitteena on

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

Kustannukset:

Ryhmä on osallistujille maksuton.

Hakeminen ryhmään

Hae ryhmään ilmoittamalla kiinnostuksesi osallistumisesta ja yhteystietosi osoitteeseen 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.

Ryhmään otetaan 6–10 osallistujaa. Osallistujat valitaan haastattelun perusteella.

Lisätiedot

Mari Rantanen, mari.rantanen@mieli.fi , 040 844 8368
Lisätietoja löydät myös osoitteesta www.mieli.fi > tukea ja apua > ryhmissä.