

Puolisonsa menettäneet yli 75-vuotiaat miehet

Syksy 2026

Aika: 15.9.–1.12.2026

Paikka: MIELI Kriisikeskus
Helsinki

Hae ryhmään:
mieli.fi/toivon-polulla

**tai ottamalla yhteyttä
ohjaajiin**

Vertaistukiryhmä on tarkoitettu yli 75-vuotiaille miehille, jotka ovat menettäneet puolisonsa tapaturman, onnettomuuden tai sairauden kautta. Menetyksestä on kulunut vähintään kuusi kuukautta.

Ryhmän sisällöissä otetaan huomioon osallistujien toiveet ja odotukset. Käsiteltäviä aiheita ovat mm.

- menetyksen merkitys ja vaikutukset
- keho ja mieli surussa
- ihmissuhteet
- muistelu
- voimavarat ja selviytymiskeinot

Ryhmän toiminta pohjautuu ammatillisesti ohjattuun vertaistukeen. Ryhmä on maksuton. Kaikki ryhmään hakeneet haastatellaan ennen valintapäätöstä.

Aikataulu:

- tiistaisin 15.9–1.12.2026 klo 10–12
- jatkotapaaminen noin kolmen kuukauden kuluttua ryhmän päättymisestä

Paikka: MIELI Kriisikeskus Helsinki, Maistraatinportti 4 a, 4. krs, Länsi-Pasila, Helsinki

Lisätietoja ryhmän ohjaajilta:

Sini-Maria Tuomivaara, +358 40 352 1180, sini-maria.tuomivaara@mieli.fi

Olli Rauhala, +358 40 657 5545, olli.rauhala@mieli.fi

Järjestäjä MIELI Suomen Mielenterveys ry, MIELI kriisikeskus Helsinki,
Mielen voimaa -hanke.