

## LASINEN LAPSUUS

### Vertaistukiryhmä nuorille aikuisille syksyllä 2024

#### **Kohderyhmä**

Ryhmä on tarkoitettu 18–29 –vuotiaille nuorille aikuisille, jotka ovat kokeneet lapsuuden perheessään aikuisten haitallista päihteiden käyttöä.

#### **Aika**

Ryhmä alkaa tiistaina 1.10.2024 klo 16.30 – 18.30 ja kokoontuu yhteensä 10 kertaa viikoittain. Noin kolmen kuukauden kuluttua ryhmän päättymisestä pidetään jatkotapaaminen.

#### **Paikka**

Ryhmä kokoontuu FinFami Uusimaan tiloissa, osoitteessa Jämsänkatu 2 C, 00520 Helsinki

#### **Järjestäjät ja ohjaajat**

Järjestäjä MIELI Suomen Mielenterveys ry, Ryhmätoiminnat. ja FinFami Uusimaa ry. Ryhmän ohjaajina ovat Olli Rauhala ja Catarina Forsström.

#### **Tavoitteena on**

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

#### **Kustannukset:**

Ryhmä on osallistujille maksuton. Sosiaali- ja terveysministeriö rahoittaa toiminnan Veikkauksen tuotoilla.

#### **Hakeminen ryhmään**

Hae ryhmään täyttämällä Webropol-lomake, linkki hakulomakkeeseen löytyy osoitteesta [Vertaistukiryhmät nuorille aikuisille - MIELI ry](#), Lasinen Lapsuus ryhmän kohdalta, Vaihtoehtoisesti voit myös ilmoittaa kiinnostuksesi osallistumisesta ja yhteystietosi osoitteeseen [ryhmatoiminnat@mieli.fi](mailto:ryhmatoiminnat@mieli.fi).

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

#### **Lisätiedot**

Olli Rauhala, [oli.rauhala@mieli.fi](mailto:oli.rauhala@mieli.fi), 040 567 55 45

Catarina Forsström, [cata@finfamiuusimaa.fi](mailto:cata@finfamiuusimaa.fi), 044 793 9990

Lisätietoja löydät myös osoitteesta [www.mieli.fi](http://www.mieli.fi) > tukea ja apua > ryhmissä.