



Suomen Mielenterveys ry

## LASINEN LAPSUUS Vertaistukiryhmä nuorille aikuisille kevät 2025

### **Kohderyhmä**

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

### **Aika**

Ryhmä alkaa tiistaina 8.4.2025 klo 16.00–18.00 ja kokoontuu yhteensä 10 kertaa viikoittain. Noin kolmen kuukauden kuluttua ryhmän päättymisestä pidetään jatkotapaaminen.

### **Paikka**

MIELI Kriisikeskus Helsinki, Maistraatinportti 4 A, 4.krs, Helsinki

### **Järjestäjät ja ohjaajat**

Järjestäjä MIELI Suomen Mielenterveys ry, Ryhmätoiminnat.  
Ryhmän ohjaajina ovat kriisityöntekijät Olli Rauhala ja Mari Jokilehto.

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