



LASINEN LAPSUUS Vertaistukiryhmä nuorille aikuisille kevät 2026

Kohderyhmä

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

Aika

Ryhmä alkaa maanantaina 13.4.2026 klo 16.00–18.00 ja kokoontuu yhteensä 10 kertaa viikoittain. Ryhmän viimeinen kokoontuminen on maanantaina 15.6.2026. 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, Ryhmätoiminnot.
Ryhmän ohjaajina ovat kriisityöntekijät Olli Rauhala ja Tuulia Laaksonen.

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 ryhmatoiminnot@mieli.fi.

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

Lisätiedot

Olli Rauhala, oli.rauhala@mieli.fi, 040 567 55 45

Lisätietoja löydät myös osoitteesta www.mieli.fi > tukea ja apua > ryhmässä.