

Videovälitteinen vertaistukiryhmä läheisensä (vanhemman, sisaruksen ystävän) menettäneille

Syksy 2026, 24.9.-10.12.2026

Ryhmä on tarkoitettu henkilöille, jotka ovat menettäneet vanhemman, sisaruksen tai ystävän tapaturman, onnettomuuden, sairaskohtauksen tai nopeasti edenneen sairauden kautta.

Aika:

Torstaisin 24.9.-10.12.2026. Ryhmä kokoontuu viikoittain klo 17-19 yhteensä 12 kertaa. Lisäksi ryhmäläisten kanssa sovitaan jatkotapaaminen noin kolmen kuukauden kuluttua ryhmän päättymisestä. Ryhmä on ammatillisesti ohjattu ja maksuton.

Paikka:

Kokoontumiset videon välityksellä Teams-verkkoympäristössä, mikä mahdollistaa osallistumisen asuinpaikasta riippumatta.

- Luottamuksellisessa vertaisryhmässä käsitellään menetyksen aiheuttamia tunteita ja kokemuksia.
- Opitaan tunnistamaan selviytymiskeinoja ja voimavaroja sekä löydetään uusia näkökulmia.
- Tapaamiset sisältävät ryhmäkeskusteluja sekä kehollisia harjoituksia turvallisessa ympäristössä.

Sisällöissä otetaan huomioon osallistujien toiveita. Ryhmässä voidaan käsitellä mm. aiheita:

- traumaattinen/äkillinen menetys, kriisi, suru
- menetyksen merkitys ja vaikutukset
- keho ja mieli surussa
- sosiaalinen tukiverkosto, muut läheiset
- voimavarat ja selviytymiskeinot

Järjestäjät ja ohjaaja:

MIELI Kriisikeskus Seinäjoki ja MIELI Pohjois-Karjalan Kriisikeskus
Ohjaajina toimivat kriisityöntekijät Juha Turpeinen ja Merja Issakainen

Hakeminen:

Ryhmään haetaan hakulomakkeella verkkosivuilla: mieli.fi/ryhmat
Hakijoiden kanssa keskustellaan ryhmän sopivuudesta hakijan elämäntilanteeseen.
Ryhmään otetaan 6-10 osallistujaa.

Lisätietoja:

Juha Turpeinen, 050 4767 276 juha.turpeinen@kriisikeskussjk.fi

Merja Issakainen, 050 4624 922 merja.issakainen@pohjoiskarjalankriisikeskus.fi