

Läheisryhmä päihteitä käyttävien läheisille alkaa huhtikuussa



Määrittääkö läheisesi päihdeongelma sinunkin elämäsi? Milloin viimeksi iloitsit elämästäsi? Oletko kadottanut toiveikkuutesi? Millaisia haaveita, toiveita ja tavoitteita sinulla on tulevaisuuden suhteen? Kaipaisitko välineitä oman jaksamisesi vahvistamiseen? Haluaisitko keskustella luottamuksellisesti samassa elämäntilanteessa olevien kanssa ja vahvistaa hyvinvointiasi ryhmän tuella?

Tule mukaan läheisryhmään voimaantumaan vertaistuen, kuuntelun ja itsetutkiskelun avulla. Ryhmä on suunnattu sinulle, jonka läheisellä on päihdeongelma. Olet lämpimästi tervetullut ryhmään, jos sinulla on huoli läheisesi päihteiden käytöstä, kaipaisit tukea ja olet valmis sitoutumaan ryhmään sekä oman hyvinvointisi vahvistamiseen.

Ryhmän tavoitteena on lisätä sinun yksilöllisiä voimavarojasi, vahvistaa toiveikkuutta elämässäsi sekä oppia itsestäsi jotain uutta, jotta jaksaisit paremmin ja pystyisit pitämään huolta myös itsestäsi. Ryhmässä sivutaan päihteitä käyttävän läheisesi tilannetta, mutta sinä olet ryhmässä pääosassa. Työskentelyssä edetään tavoitteellisesti vertaistukea hyödyntäen ja toisten näkökulmista sekä elämäkokemuksista oppien.

Kyseessä on suljettu ryhmä ja ryhmäprosessi on luottamuksellinen. Osallistuminen ryhmään on maksutonta. Mukaan mahtuu enintään 8 osallistujaa.

Läheisryhmä kokoontuu keväällä 2019 keskiviikkoisin klo 17.30 – 19.30 Helsingissä osoitteessa Mäkelänkatu 56. Ryhmä alkaa ke 3.4. ja viimeinen tapaaminen on 5.6. (Huom. ei ryhmää vappupäivänä!) Ilmoittautuminen ryhmään on käynnissä, ole rohkeasti yhteydessä!

Ilmoittautuminen ja tiedustelut:

läheistyöntekijä Marja Oivo, puh. 044 767 5940 / marja.oivo@tukikohta.org