

# HEI SINÄ PÄIHTEITÄ KÄYTTÄVÄ TAI PÄIHTEIDEN KÄYTÖSTÄ KUNTOUTUVA NAINEN:



Tule mukaan VeryNais-naisten ryhmään! VeryNais-naistenryhmässä saat tietoa naiseuteen ja päihteisiin liittyvistä asioista sekä vertaistukea muilta naisilta. Lisäksi tarjolla on syötävää ja naiseutta tukevaa tekemistä kuten hemmottelua.

Ryhmä kokoontuu Osiksen tiloissa Helsingin Hakaniemessä osoitteessa Näkinkuja 4 joka toinen keskiviikko klo 12–15. Seuraavat VeryNais-ryhmät ovat:

- ♥ 29.8 Nainen ja seksuaalinen itsemääräämisoikeus  
Mukana Usva-hankkeen Ilona ja Raila
- ♥ 12.9 Miten selvitä masennuksen ja epätoivon hetkistä?
- ♥ 13.9 Osiksen vertaisten retki Tampereen Völjyyn
- ♥ **25.–27.9** **VeryNais-leiri Kirkkonummen Hilassa** (lisätietoja lähempänä)
- ♥ 10.10 Ryhmä peruttu (työntekijöiden kehittämispäivä)
- ♥ 17.10 Asunnottomien yö: Osis auki 14–22
- ♥ 24.10 Läheisriippuvuus
- ♥ 12.11 Terveysneuvontapäivä
- ♥ 7.11 Kokemuksia kehostani, mukana liike- ja tanssiterapeutti Sari
- ♥ 21.11 Tutustumiskäynti Ensikodin avopalveluyksikkö Pesään
- ♥ 5.12 Itsenäisyyspäivän juhlat ja hemmottelupäivä
- ♥ 17.12 Kaikkien Osiksen vertaisten pikkujoulut

Emme vaadi päihteettömyyttä, mutta ryhmään osallistuessa tulee olla asiallisessa kunnossa. Lämpimästi tervetuloa yksin tai ystävän kanssa! ☺

Lisätietoja Osiksen työntekijöiltä:

Hede puh: 044-752 3033 & Kati puh: 040-167 6209.

Muistathan myös seurata Osista Facebookissa!