

PÄIHDEMIELI-RYHMÄ OMAISILLE

Vilppula



OLETKO VÄSYNYT LÄHEISESI LIALLISEEN PÄIHDEKÄYTTÖÖN?

Runsaaseen päihteiden käyttöön voi liittyä mielenterveyden järkkymistä, taloudellisia ongelmia ja rikollisuutta. Huoli ja pelko voivat viedä omaisenkin voimia.

Päihdemieli -ryhmä on tarkoitettu sinulle, jonka läheisellä on päihderiippuvuus. Läheisesi päihdekäyttö voi olla joko alkoholi-, huume- tai sekakäyttöä, eikä hänellä tarvitse olla diagno-soitua päihde- tai mielenterveyshäiriötä. Pelkkä huoli omasta tai läheisesi hyvinvoinnista riittää.

Ryhmässä käydään keskustelujen ja harjoitusten avulla läpi sitä, millaisia haasteita, ajatuksia ja tunteita läheisen liiallinen päihdekäyttö tuo omaisen elämään sekä miten omia voimavaroja voisi lisätä. Vertaistuki on voimaannuttavaa.

Ryhmä on maksuton ja se toteutetaan yhteistyössä Mäntänvuoren terveyden mielenterveyspalvelujen kanssa, mistä ohjaajana mukana on tiimin vastaava Janica Enoranta. Ryhmässä on mukana myös kokemusasiantuntija.

to 11.2. klo 16-18

LUENTO Tietoa päihderiippuvuudesta ja niihin liittyvistä mielenterveysongelmista:
Nuorisopsykiatri Ann-Mari Härmä

to 18.2. klo 16-18

RYHMÄKOKOONTUMINEN

ti 25.2. klo 16-18

RYHMÄKOKOONTUMINEN

ti 11.3. klo 16-18

RYHMÄKOKOONTUMINEN

PAIKKA Vilppulan terveysaseman kokoushuone (Vilppunkatu 6A, 35700 Vilppula)

TERVETULOA MUKAAN!

Lisätiedot ja ilmoittautumiset viimeistään 29.1.:

Janica Enoranta, 050 35 89 112
janica.enoranta@pihlajalinna.fi



Tulethan paikalle vain terveenä, huolehdi käsihygieniasta ja ota huomioon turvavälit. Koronatilanteen muuttuessa aikataulumuutokset ovat mahdollisia. Niistä tiedotetaan KMV-lehdessä, Mäntänvuoren Terveiden sekä Pirkanmaan FinFamin nettisivuilla.

www.mantanvuorenterveys.fi

www.finfamipirkanmaa.fi