



IRTI HUUMEISTA RY

SURURYHMÄ - Vertaistukiryhmä huumeisiin kuolleiden läheisille Syksy 2024

Ryhmä on tarkoitettu täysi-ikäisille henkilöille, joiden läheinen on kuollut huumeisiin.

Aika:

Ryhmä alkaa keskiviikona 4.9.2024 ja kokoontuu 10 kertaa **keskiviikkoisin klo 17–19**.

Tapaamispäivät: 4.9.2024, 11.9.2024, 18.9.2024, 25.9.2024, 2.10.2024, 16.10.2024, 23.10.2024, 6.11.2024, 20.11.2024, 27.11.2024. Ryhmän päättymisen jälkeen pidetään seurantatapaaminen kolmen kuukauden kuluttua.

Paikka: Villa Sture Nordenskiöldinkatu 20, rak. 8, 2. kerros, (Auroran sairaala-alue) Tilaan on tarvittaessa esteetön kulku.

Järjestäjä: Irti Huumeista ry:n Läheistyönkeskus. Ryhmän ohjaajina toimivat Läheistyönkeskuksen läheistyöntekijät.

Tavoitteet:

- menetyksen aiheuttamien tunteiden ja kokemusten käsitteleminen
- kuulluksi ja kohdatuksi tuleminen ja uusien näkökulmien löytäminen omaan tilanteeseen
- kriisin pitkittymisen ja sairastumisen ehkäiseminen
- voimavarojen tunnistaminen ja vahvistaminen
- selviytymiskeinojen löytäminen ja mielekkään arjen tukeminen.

Sisältö:

Tapaamiset toteutetaan teemamuotoisina ja aiheina on mm.

- elämä ennen menetystä ja sen jälkeen
- menetyksen merkitys ja vaikutukset
- läheisen muistelu
- vaikeat tunteet ja syyllisyys,
- keho ja mieli surussa
- sosiaalinen tukiverkosto ja muut läheiset
- voimavarat ja selviytymiskeinot

Sisällöissä otetaan huomioon osallistujien tarpeet ja odotukset.

Kaikki osallistujat haastatellaan ennen ryhmän alkamista. Ryhmään otetaan 6–10 henkilöä.

Ryhmä on osallistujille maksuton.

Ilmoittautuminen ja lisätietoja: Virpi Jaakkola, 050 320 8947, virpi.jaakkola@irtihuumeista.fi

Irti Huumeista ry / Fredriksberginkatu 2, 00240 Helsinki

Puh: 0800 980 66 / E-mail: info@irtihuumeista.fi

www.irtihuumeista.fi