



IRTI HUUMEISTA RY

Suruviikonloppu 29.–30.8.2026

Paikka: Scandic Hotel Marski, osoite Mannerheimintie 10, Helsinki

Hinta: 80 euroa osallistumismaksu

(kahvi ja lounas sisältyvät hintaan, mahdollinen majoittuminen omakustanteisesti.)

Osallistujamäärä: min. 10 henkilöä, max. 17.

Ilmoittautuminen viimeistään 9.8.2026: [Ilmoittaudu!](#)

Ohjelma:

Lauantai 29.8. klo 8.45–15.15

Klo 8.45–9.00 Aamukahvitarjoilu

Klo 9.00–9.10 Aloituspuheenvuoro

Klo 9.10–10.00 Lohtu – FL, psykologi *Pirkko Lahti*

Klo 10.00–11.00 Kokemuspuheenvuoro: *Häpeästä vapaaksi: Miten löysin kiitollisuuden suruni keskellä* – kokemuspuhuja *Minna Karinen*.

Tauko 15 min.

Klo 11.15–12.15 Paneelikeskustelu: Yhdessä eteenpäin: Kokemuksia lohdusta ja toipumisesta – *Kokemuspuhujien keskustelu lohdusta*

Lounas klo 12.15–13.15

Klo 13.15–14.00 Suruun liittyvät ristiriitaiset tunteet – *Surutyön kehittäjä Isabella Åberg*

Klo 14.00–15.15 Iltapäiväkahvit, keskustelua ja päivän yhteenveto

(Ohjelma jatkuu seuraavalla sivulla)



IRTI HUUMEISTA RY

Sunnuntai 30.8. klo 10.00–14.30

Klo 10.00–10.15 Edellisen päivän tunnelmia

Klo 10.15–11.15 Häpeä, syyllisyys ja suru läheisen menetyksen jälkeen – Läheistyön vastaava *Virpi Jaakkola*

Tauko klo 11.15–11.30

Klo 11.30–12.15 Elämän varrella kulkenut suru – Läheistyöntekijä *Timo Miettinen*.

Lounas klo 12.15–13.15

Klo 13.15–14.00 Kokemuspuheenvuoro: Surun rinnalla – Läheiskokemusasiantuntija *Marja Moisander*

Klo 14.00–14.30 Iltapäiväkahvit ja loppukeskustelu

Aikataulu on suuntaa antava ja joustava. Pidätämme oikeuden ohjelman muutoksiin.

Lisätietoja:

Timo Miettinen, timo.miettinen@irtihuumeista.fi, puh. 044 784 5288 (poissa 29.6.–26.7)

Virpi Jaakkola, virpi.jaakkola@irtihuumeista.fi, puh. 050 320 8947 (poissa 17.6.–19.7.)

Isabella Åberg, isabella.aberg@irtihuumeista.fi, puh. 050 586 5373 (poissa 13.–24.7.)