

KEVÄT 2025

NAINEN JA ALKOHOLI -VERTAISTUKIRYHMÄ

Ryhmä sopii kaikille naisille, jotka haluavat pohtia oman alkoholinkäyttönsä vaikutuksia itseensä ja läheisiinsä.

Ryhmässä hyödynnetään mm. hyväksymis- ja omistautumisterapian ajatuksia omien arvojen kautta ohjautuvasta merkityksellisestä elämästä ja perehdytään tietoisuustaitoihin. Ryhmässä on mahdollisuus pohtia omaa alkoholinkäyttöään ja samalla saada tukea samassa tilanteessa olevilta sekä kuulla muiden ryhmäläisten ja ryhmänohjaajan ajatuksia omasta tilanteestaan. Ryhmästä saat tukea päihteettömään elämään.

Ryhmänohjaaja **psykoterapeutti Tarja Koivisto** haastattelee ilmoittautuneet ennen ryhmän alkua.



Ryhmätapaamiset
kymmenen kertaa
5.3.-14.5.2025
keskiviikko iltaisin
klo 17:15 - 18:45

Ryhmä toteutetaan,
jos osallistujia
ilmoittautuu 6.

Osoitteessa:
Liisankatu 27 A 3,
00170 HELSINKI

30 min haastatteluajan
voit varata soittamalla
meille arkisin
puh. (09) 1351 268

Maksu koko ajalta on
50 euroa.

Ryhmän järjestää
Suomen
Valkonauhaliitto
yhteistyössä
STEP-opintokeskuksen
kanssa.

