

# SYKSY 2022

## 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.

Ryhmänohjaaja **psykoterapeutti Tarja Koivisto** haastattelee ilmoittautuneet 14.9.22 klo 17.00 alkaen.



SUOMEN VALKONAUHALIITTO  
- Förbundet Vita Bandet i Finland ry



Ryhmätapaamiset  
kymmenen kertaa  
21.9.-23.11.2022  
keskiviikko iltaisin  
klo 17:15 - 18:45

Osoitteessa:  
Liisankatu 27 A 3,  
00170 HELSINKI

Haastatteluajan voit  
varata soittamalla  
puh. (09) 1351 268

Maksu koko ajalta on  
50 euroa.

Pyrimme toteuttamaan  
ryhmätapaamiset  
lähitapaamisina mutta  
koronatilan-  
teen vaatiessa ryhmään voi  
osallistua myös  
etäyhteydellä.

Asiasta tiedotetaan  
ilmoittautuneille ennen  
ryhmän alkua

Ryhmän järjestää  
Suomen Valkonauhaliitto  
yhteistyössä  
STEP-opintokeskuksen  
kanssa.

