



ETELÄ-SUOMEN SYÖPÄYHDISTYS
SÖDRA FINLANDS CANCERFÖRENING

mieli
Suomen Mielenterveysseura

Löydä oma tarinasi®- vertaistukiryhmä nuorille aikuisille, joiden vanhempi sairastaa syöpää syksy 2019

Kenelle

Ryhmä on tarkoitettu nuorille aikuisille (18-29-vuotiaat), joiden vanhempi sairastaa syöpää.

Toteutumisaika

Ryhmä alkaa 17.9.2019. Kertaviikkoisia kokoontumisia on 10 sekä lisäksi yksi ryhmän kanssa sovittu jatkotapaaminen. Ryhmä kokoontuu tiistaisin kello 15-17.

Paikka

Kokoontumiset Suomen Mielenterveysseuran SOS-kriisikeskuksessa, Maistraatinportti 4 A, 4 krs.

Tavoite

Ryhmä mahdollistaa kokemusten, ajatusten ja tunteiden jakamisen muiden samankaltaisessa elämäntilanteessa olevien kanssa.

Ryhmän keskeisiä teemoja

- oma ja perheen tarina
- oma tilanne, vointi ja jaksaminen
- perhe- ja läheissuhteet
- vakava sairastuminen kriisinä - oma kokemus kriisistä
- tunteet
- voimavarat ja selviytymiskeinot.

Menetelmät

Mm. ryhmäkeskustelut, alustukset, luovat ja toiminnalliset menetelmät, rentoutusharjoitukset.

Järjestäjät

Etelä-Suomen Syöpäyhdistys ja Suomen Mielenterveysseura, Ryhmätoiminnot

Ohjaajat

Ohjaajia on kaksi: Kirsi Roos, kuntoutusohjaaja, terveydenhoitaja Etelä-Suomen Syöpäyhdistyksestä ja Hannele Lehtonen, suunnittelija, psykoterapeutti Suomen Mielenterveysseuran Ryhmätoiminnoista.

Ryhmään hakeminen

Ryhmään haetaan hakulomakkeella. Hakijat haastatellaan. Ryhmään valinta tapahtuu haastattelun jälkeen. Ryhmään otetaan 6–8 henkilöä. Hakulomakkeen löydät www.etela-suomensyopayhdistys.fi sekä www.mielenterveysseura.fi/tukea ja apua/vertaistukiryhmät/muut ryhmät.

Voit tilata postitse lähetettävän lomakkeen tai linkin sähköiseen lomakkeeseen sähköpostiisi myös puh. 044 7303303 (Kirsi Roos) tai 040 3548040 (Hannele Lehtonen)

Lähetä hakemus **1.8.2019 mennessä**. Paperiset lomakkeet lähetetään osoitteella Etelä-Suomen syöpäyhdistys ry, Kirsi Roos, Liisankatu 21 B 15,00170 Helsinki.

Kustannukset

Ryhmä on osallistujille maksuton. Ryhmä toteutetaan Veikkauksen tuotoilla. Kyseessä on sopeutumisvalmennuskurssi, joka järjestetään viikoittaisena vertaistukiryhmänä.

Lisätiedot

Suunnittelija Hannele Lehtonen, puh. 040 354 8040 hannele.lehtonen@mielenterveysseura.fi
Neuvontahoitaja Kirsi Roos, puh.0447303303 kirsi.roos@essy.fi

