

Itä-Uudenmaan sosiaalipsykiatrinen yhdistys ry.

Yhdistyksen tarkoituksena on edistää mielensterveyttä ja osallistua uusien kuntouttavien toimintamuotojen kehittämiseen.

Tavoitteena on lisätä avohoidossa olevien mielensterveyskuntoutujien ja heidän omaistensa psyykkistä, fyysistä ja sosiaalista hyvinvointia.

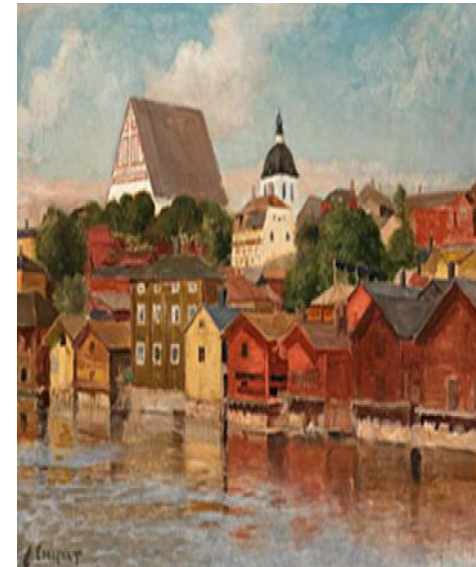


Itä-Uudenmaan sosiaalipsykiatrinen yhdistys ry
Socialpsykiatriska föreningen i Östra-Nyland rf



FinFami

Uusimaa ry



PORVOON

OMAI SRYHMÄ

SYKSYLLÄ 2018



Mietityttääkö läheisesi psykykinen sairaus ja oma jaksaminen ?

Tervetuloa saamaan tietoa, tukea,
toivoa ja virkistystä omaan
elämäntilanteeseesi.

Ryhmään osallistuminen on maksutonta.

Ryhmät ovat pääasiassa
keskustelufoorumeita, mutta mukana
voi olla myös asiantuntija-alustuksia ja
teemakeskusteluja.

PORVOON OMAISRYHMÄT SYKSYLLÄ 2018

Tellervokoti
Mannerheiminkatu 25 B
klo 18-19.30
Tiistai

28.8 Toivo
-sinun unelmasi ja toiveesi

25.9 Osallisuus
-sinä päätät
Mukana ryhmässä Kukunori
ry:n toiminnanjohtaja Markus
Raivio

23.10 Kohtaaminen
-sinä olet tärkeä sellaisena kuin
olet

20.11 Toimijuus
-sinun näkemyksesi ja
kokemuksesi

18.12 Pikkujoulu
-yhdessäoloa ja keskustelua

Mielenterveyskuntoutujan perheen ja
läheisen arki on usein rankkaa ja
vaatii sekä fyysisiä että psyykkisiä
voimavaroja.
Jotta arki sujuisi, on joskus hyvä
pysähtyä pohtimaan omaa
jaksamistaan.

Porvoon omaisryhmä on tarkoitettu
mielenterveyskuntoutujan
perheenjäsenille ja läheisille.
Omaisryhmässä on mahdollisuus
keskustella toisten
samantyyppisessä elämäntilanteessa
olevien kanssa.

Ryhmä on avoin ammatillisesti
ohjattu vertaistukiryhmä.

Tervetuloa mukaan !

Ryhmän ohjaajat :

Janne Riekkö 0504148368

Seija Öhman 0407340757