

VOIMARYHMÄ!

Haluatko lisätä voimavaroja ja jaksamista arjessa?

Vertaistukiryhmä on vanhemmuutta ja jaksamista tukeva ryhmä, jossa keskustellaan ja kuunnellaan ja jaetaan asioita ratkaisukeskeisten menetelmien avulla



Tapaaamiset:

Hyvän Mielen maja (Karstuntie 2),
Ryhmä kokoontuu tiistaisin klo18-20
3.9., 22.10., 12.11. ja 3.12.

“Onko sinulla kotona nuori/lapsi jolla on haasteita elämässä esim. ahdistuneisuutta, masennusta, itsetuhoista käytöstä tai Nepsy kirjon haasteita.”

Vertaistukiryhmä on vanhemmuutta ja jaksamista tukeva ryhmä, jossa keskustellaan ja kuunnellaan ja jaetaan asioita ratkaisukeskeisten menetelmien avulla. Tarkoituksena on lisätä vanhempien voimavaroja ja jaksamista arjessa.

Ohjaaja:

Mieli Lohjan mielenterveys ry:n vapaaehtoinen
Ulla Ekblad,
sosionomi, kuraattori ja lyhytterapeutti opiskelija.
Lisätietoja ryhmästä : 050-5171120.