

OMAISEN ABC- KURSSI HML



TIETOA, VERTAISTUKEA JA KEINOJA ARKEEN.

Pvm: Maanantaisin 20.4., 27.4., 4.5. ja 11.5.2026
Klo: 17.00-19.00
Paikka: Yhdistyksen toimitilat, Suomen Kasarmi, rak.2, h. 117, HML
Ilmoittaudu: Ma 6.4. mennessä Katjalle
Lisätiedot: Katja, p. 040 455 2162 / katja@finfamikantahame.fi
www.finfamikantahame.fi

Kurssi on suunnattu psyykkisesti sairastuneiden tai ongelmallisesti päihteitä käyttävien omaisille ja läheisille. Tilanne voi olla uusi tai pidempään jatkunut. Kurssin tavoitteena on läheisen sairauden tai riippuvuuden herättämien tunteiden tunnistaminen, oman jaksamisen sekä elämänhallinnan parantuminen vertaistuen ja asiantuntijatiedon avulla.

Omaisien ABC-kurssi koostuu neljästä tapaamiskerrasta, joista jokaisella on omaisen asemaan ja elämään liittyvä teema. Alustusten, keskustelujen ja pienten tehtävien avulla edistetään uuteen elämäntilanteeseen sopeutumista ja omaa hyvinvointia.

Ennen kurssin alkua on puhelinkeskustelu ohjaajan kanssa.

Skannaa QR-koodi
ja lue lisää!



Osallistuminen on maksutonta eikä edellytä yhdistyksen jäsenyyttä.
Lämpimästi tervetuloa!