

VEERAT-RYHMÄ JYVÄSKYLÄ

Naisille, jotka ovat toipumassa tai joilla on huoli omasta päihteiden käytöstä ja joita mietityttävät lähisuhdeväkivallan kysymykset.

Torstaisin 23.1.2025-20.2.2025
klo 17.00-18.30

Kortesuon kartano, Taitoniekantie 14,
Jyväskylän A-Kilta ry:n tiloissa

Ryhmässä keskitytään ennen kaikkea vahvistamaan omaa itsetuntemusta sekä lisäämään tietoa ja ymmärrystä lähisuhdeväkivallasta. Ryhmä tarjoaa mahdollisuuden tarkastella omaa elämäntilannetta ja harjoitella omien tunteiden sanoittamista ja tunnistamista. Ryhmässä käsiteltäviä teemoja ovat mm. tunteiden tunnistaminen, lähisuhdeväkivalta, omat rajat ja voimavarat. Ryhmä on luottamuksellinen ammattilaisohjattu vertaisryhmä ja jokainen osallistuja valitsee itse, kuinka paljon omasta tilanteestaan haluaa jakaa.

Ennen ryhmän alkua ohjaajat keskustelevat jokaisen ilmoittautuneen kanssa hieman osallistujan elämäntilanteesta joko kasvokkaisessa tapaamisessa tai puhelimitse.

Ryhmä on päihteetön ja maksuton.

Ryhmä järjestetään VEERAT-hankkeen ja Jyväskylän A-killta ry:n yhteistyönä

Lisätiedot ja ilmoittautumiset 20.1.2025 mennessä Satulle tai Maijulle

maiju.lehtonen@a-killtojenliitto.fi / 040 619 5036
satu.lahtinen@a-killta.net / 040 131 7520

