

Irti Huumeista ry:n avoin vertaistukiryhmä Pietarsaassa

Avoin vertaistukiryhmä on tarkoitettu käyttäjien läheisille. Ryhmään voi tulla mukaan silloin, kun siltä tuntuu. Vertaistukiryhmätoiminta perustuu nimettömyydelle, luottamuksellisuudelle ja tasapuolisuudelle. Ryhmää ohjaavat koulutetut, vapaaehtoiset ryhmänohjaajat.

Vertaistukiryhmässä on mahdollisuus jakaa huumeongelman herättämiä ajatuksia ja tunteita muiden samassa elämäntilanteessa olevien kanssa. Ryhmän avulla voi oppia ymmärtämään, mistä huumeriippuvuudessa on kysymys.

Tavoitteena on

- vahvistaa selviytymiskykyä
 - rohkaista ja tukea muuttuvassa tilanteessa
 - antaa uusia näkökulmia ja toimintamalleja
 - tukea omaa jaksamista
-

Fri från narkotika rf:s kamratstödsgrupp i Jakobstad

Den öppna kamratstödsgruppen är avsedd för missbrukares anhöriga. Man kan vara med i gruppen när det känns angeläget. Stödgruppsverksamheten grundar sig på anonymitet, konfidentiellt och jämlikt bemötande. Gruppen leds av utbildade, frivilliga gruppledare.

I kamratstödsgruppen kan man dela tankar och känslor som drogproblemet gett upphov till med andra i samma livssituation. Med hjälp av gruppen kan man lära sig förstå, vad drogberoende egentligen handlar om.

Målet är

- att stärka förmågan att klara sig
- att uppmuntra och stöda i en föränderlig situation
- att ge nya infallsvinklar och handlingsmodeller
- att få stöd så att man orkar"