

Torstai-ryhmä syksy 2023

Ohjelma:

- 3.8. Kesän kuulumiset
- 10.8. Rauhoittumisen merkitys, sosionomi Nina Suutari
- 17.8. Luonto ja eläimet toipumisen tukena, sairaanhoitaja Vilja Nieminen
- 24.8. Liikunta ja kehonhuolto, sosiaalityöntekijä Sonja Tirkkonen
- 31.8. Postikortti itselle
- 7.9. Vapaata keskustelua
- 14.9. Arjen hallinta, vieraana Martat
- 21.9. AA-esittäytyy
- 28.9. Miten selvitä kaamosajasta
- 5.10. Alkoholin vaikutukset terveyteen, lääkäri Antti Martikainen
- 12.10. Päihdesairauteen liittyvää kirjallisuutta esillä
- 19.10. Oma voimalauluni
- 26.10. Vieraana Miessakit ry/ Kuopio
- 2.11. Vieraana Pohjois-Savon omaishoitajat
- 9.11. Teemana isänpäivä, vapaata keskustelua
- 16.11. Vapaata keskustelua
- 23.11. Unen ja levon merkitys
- 30.11. Vieraana kokemusasiantuntija
- 7.12. Itsenäisyyspäivän tunnelmissa
- 14.12. Minun jouluni
- 21.12. Joulukahvit

Ryhmätoiminta jatkuu 4.1.2024

Torstai-ryhmä on kerran viikossa kokoontuva ammatillisesti ohjattu, avoin keskusteluryhmä kaikille päihdekuntoutujille.

Ryhmän tarkoitus on tarjota vertaistuen mahdollisuus ja tukea kuntoutujaa hänen toipumisprosessissaan.

Ryhmä kokoontuu torstaisin klo 12.00 - 13.30 Päihdeklinikan tiloissa, osoitteessa Suokatu 23, 1.krs.

Ryhmää ohjaa sh. Raija Väätäinen puh. 040 710 3510

[/raija.vaatainen@ksps.fi](mailto:raija.vaatainen@ksps.fi)

Tervetuloa ryhmään!