

# Torstai-ryhmä kevät 2025

## Ohjelma:

- 9.1. Uusi vuosi ”raittiutta kohti”
- 16.1. Ryhmäläisen aihe ”digineuvonta”
- 23.1. Mistä saan voimaa raittiuteen
- 30.1. Tarvitseeko raittiutta suorittaa
- 6.2. Miten voin olla vertaisena toiselle
- 13.2. Miten valitsen ystäväni toipumisen tueksi
- 20.2. Riippuvuus, mikä on riippuvainen persoona
- 27.2. Uskallanko puhua retkahdusriskistä
- 6.3. Naisen asema Suomessa, kokeeko nainen enemmän syyllisyyttä alkoholin käytöstä
- 13.3. Henrik (nuorten työryhmästä)-oma aihe
- 20.3. Miksi alkoholisti alkaa salailemaan ja piilottelemaan juomistaan
- 27.3. Valosta voimaa
- 3.4. Alkoholin vaikutus terveyteen
- 10.4. Alkoholin käyttö koskettaa koko perhettä ja läheisiä
- 24.4. Sukupolvien merkitys alkoholikulttuuriin
- 8.5. Kuinka ottaa puheeksi läheisen, ystävän alkoholinkäyttö
- 15.5. Kuinka käsitellä raittiina syyllisyyden tunteita
- 22.5. Muistelua ryhmäajalta vapaan keskustelun merkeissä

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!