

Vertaisten tukea
yli 65-vuotiaille

TERAPEUTTISET KESKUSTELU- RYHMÄT



HelsinkiMission Senioripysäkin terapeuttisissa keskusteluryhmissä voit kertoa elämäsi kipukohtista, iloista ja suruista sekä kuulla muiden tarinoita. Puhuminen ja vertaistuki helpottavat ahdistusta ja yksinäisyyden kokemusta.



Ryhmiiin tullaan haastattelun kautta. Ne kokoontuvat 15 kertaa 1,5 tunnin ajan kerran viikossa. Ryhmään osallistuu ammattilaisen lisäksi 5–8 henkilöä.

Keskustelut toteutetaan koulutetun ammattilaisen kanssa, ja ne ovat luottamuksellisia. Meiltä voit saada myös kahdenkeskistä keskusteluapua.

TÄYTÄ HAKULOMAKE VERKOSSA TAI OTA YHTEYTTÄ:

- Verkkolomake: helsinkimissio.fi/keskusteluryhmat
- Sähköposti: senioripysakki@helsinkimissio.fi
- Puhelin: 045 881 9743 tai 045 870 4678

HelsinkiMissio on poliittisesti ja uskonnollisesti sitoutumaton sosiaalialan järjestö. Tehtävämme on vähentää yksinäisyyttä ja lisätä hyvinvointia.

#YhdessäYksinäisyysVoitetaan
helsinkimissio.fi

**HELSINKI
MISSION**
HELSINGFORS MISSION