

VERTAISTUKIPAINOTTEINEN KESKUSTELURYHMÄ

JÄRJESTÄJÄ Mielenterveysyhdistys Valkeamieli ry

MILLOIN Joka torstai, klo 17:30 - 19:00

MISSÄ Rengastie 3, 37630 Valkeakoski

MITÄ Keskustelemme vertaistukipainotteisesti osanottajia koskevista aiheista. Tule kohtaamaan muita eri elämänkokemuksia omaavia ihmisiä, ja kuunnelluksi.



Ryhmän vertaistuki on luonteeltaan yleisluontoista ja ryhmän toimintaa vetää erilaisia kokemuspohjia omaavat henkilöt yksityishenkilöiden ominaisuuksissa.

Ryhmän tavoitteena on:

- jakaa tunteita ja kokemuksia osanottajien kesken
- ehkäistä yksinäisyyttä ja syrjäytymistä
- löytää uusia selviytymiskeinoja

Ajankohta ja sijainti ovat avoinna muutokselle, mistä ilmoitetaan erikseen. Päivätty 30.01.2019.

RYHMÄN SÄÄNNÖT

1 § VERTAISTUKIPAINOTTEISUUS

Ryhmään osallistuvat ovat tasavertaisia keskenään ja toimivat sekä tukijoina että tuettavina. Ryhmässä saa jakaa niin elämään kuin ihan arkeen liittyviä kokemuksia, ja ryhmässä on avoin keskustelumahdollisuus.

2 § LUOTTAMUKSELLISUUS

Ryhmässä noudatetaan vaitiolovelvollisuuden periaatetta.

3 § KESKINÄINEN IHMISKUNNIOITUS

Ryhmässä harjoitetaan keskinäistä ihmiskunnioitusta:

kunnioita ihmisten erilaisuutta, heidän erilaisia näkemyksiään, kokemuksiaan ja taustojaan. Kunnioita myös heidän valintoja, identiteettiä, omaa tilaa ja rajoja. Kohtaa muut ihmiset sellaisina kuin he ovat.

Emme salli minkäänlaista rasistista, seksististä, ahdasmielistä, loukkaavaa, väkivaltaista tai uhkaavaa käytöstä, eikä syrjimistä tai kiusaamista.

4 § OHJELMALLISUUS

Ryhmään osallistuvat saavat tuoda ohjelmaa mukanaan ryhmään, sillä ehdolla, että asia vahvistetaan vetovastuussa olevalta henkilöltä ja ohjelma kuuluu tavalla tai toisella vertaistukipainotteisuuden piiriin.