

INTENSIIVI- RYHMÄ

Vantaan Päihdepalvelut



Vantaa
Vanda

RYHMÄ PÄIHDEKUNTOUTUJILLE

KENELLE?

Toiminta on tarkoitettu alkoholi-, huume-, ja lääkeriippuvaisille vantaalaisille, jotka haluavat tukea ja vertaistukea omaan toipumiseen.

MIKSI KANNATTAA OSALLISTUA RYHMÄÄN?

Ryhmässä pohditaan konkreettisia keinoja toipumiseen. Tavoitteena on oppia tunnistamaan riskitilanteita sekä päihteidenkäyttöä ylläpitäviä ajatuksia ja toimintatapoja.

MITÄ RYHMÄSSÄ TEHDÄÄN?

Ryhmässä käsiteltäviä aiheita ovat mm. riippuvuus, retkahtamisen ehkäisy, tunteiden säätely, ihmissuhteet ja toipuminen. Aiheita käsitellään alustusten, keskustelun, yksilötehtävien ja toiminnallisten luovien harjoitusten kautta. Osalla tapaamiskerroista ryhmässä on asiantuntijavierailija, kuten kokemusasiantuntija, perheterapeutti tai toimintaterapeutti. Lisäksi viikko-ohjelmaan kuuluvat rentoutumis- ja tietoisuusharjoitukset, tutustumiskäynnit, retket ja liikunta (uinti, kuntosali ja ulkoilu).

RYHMÄN KOKOONTUMINEN

Ryhmä kokoontuu Länsi-Vantaan A-klinikalla osoitteessa Laajaniityntie 3, 5. krs, 01620 Vantaa.

Ryhmän kesto on yhteensä 5 viikkoa ja se kokoontuu kolmena päivänä viikossa ma, ti ja to klo 8.30–14. Osallistujat sitoutuvat yhteiseen viikko-ohjelmaan ja pääsevät itse vaikuttamaan hoidon sisältöön.

Ryhmäläiset haastatellaan ennen ryhmään tuloa ja uudet ryhmäläiset aloittavat sovitusti maanantaisin paikkojen vapautuessa.

Ryhmä on maksuton ja se sisältää päivittäin lounaan.



Tervetuloa hakemaan uutta suuntaa elämälle!

MITEN HAEN RYHMÄÄN?

- **Ottamalla suoraan yhteyttä ryhmän ohjaajiin tai jättämällä soittopyynnön Länsi-Vantaan A-klinikan ajanvarausnumeroon p. 09 8393 5534**
Jani Hermansson p. 050 567 5263, jani.hermansson@vantaa.fi
Reetta Ekström p. 050 303 6858, reetta.ekstrom@vantaa.fi
- **Päihde-, terveys- tai sosiaalipalvelujen työntekijäsi kautta.**
Lähetettävä taho täyttää esitietolomakkeen.

Esitietolomake Vantaan kaupungin internet-sivuilla:

Terveys- ja sosiaalipalvelut > Mielenterveys ja päihteet > Ongelmana alkoholi tai lääkkeet > Länsi-Vantaan A-klinikka / Itä-Vantaan A-klinikka

Terveys- ja sosiaalipalvelut > Mielenterveys ja päihteet > Ongelmana huumeet > Huumehoitoklinikka

Esitietolomake toimitetaan:

Vantaan kaupungin sisältä sähköpostilla: YHT intensiivikuntoutumiskurssi
Vantaan kaupungin ulkopuolelta faksilla: 09-8393 5546



**Vantaa
Vanda**