



Finfami Pohjanmaan keskusteluryhmät mielenterveyskuntoutujien omaisille

FinFami Pohjanmaa ry:n ryhmät tarjoavat tietoa ja tukea ja niissä on mahdollisuus tavata samassa elämäntilanteessa olevia. Ryhmätoiminta on antanut omaisille uusia voimavaroja ja ratkaisumalleja ongelmatilanteisiin – omaisen ei tarvitse jaksaa yksin. Turvallinen ja luottamuksellinen keskusteluryhmä tukee arjessa jaksamista. **Ryhmät ovat maksuttomia** ja kaikille jäsenillemme avoimia. Ryhmät tarjoavat tietoa ja tukea myös heille, joille läheisen sairastuminen on uusi asia.

Onko puolisolasi, sisarellasi tai lapsillanne mielenterveysongelmia? Haluatteko keskustella ongelmistanne vertaistuen voimin? Perustamme uusia ryhmiä tarpeen mukaan. Ota rohkeasti yhteyttä Marjaan puh. 044-0334 280/ info@finfamipohjanmaa.fi
Tiedustelut ja ilmoittautumiset toimistollemme tai ryhmänohjaajille.

Suomenkieliset keskustelu- ja vertaistukiryhmät Vaasassa

Äidit-ryhmä

ohjaaja Anita Ruutiainen, puh. 044-2098 552
tiistaisin 8.8, 5.9, 3.10, 7.11 klo 17

Marjan keskusteluryhmä

ohjaaja Marja Österberg puh. 044-0334 280
keskiviikkoisin 20.9, 18.10, 22.11 klo 18

Syömishäiriöomaisten ryhmä

ohjaaja Arja Uusitalo, puh.050-5023 159 torstaisin 3.8, 7.9, 5.10, 2.11 klo 18

Miesten ryhmä

ohjaaja Matti Manninen, puh.0400- 788 725
kokoontumiset keskiviikkoisin 27.9, 25.10, 22.11 alkaen klo 13

Omaiscafe Vaasan Ilonassa

Omaiscafessa sinulla on mahdollisuus tavata muita omaisia sekä yhdistyksen työntekijöitä. Poikkeaa siis kupposelle kahvia tai teetä. 2.8, 16.8, 30.8, 13.9, 27.9, 11.10, 25.10, 8.11, 22.11



Finfami Österbottens samtalsgrupper för anhöriga till personer med psykisk ohälsa

FinFami Österbottens samtalsgrupper erbjuder information och stöd och i dem har man möjlighet att träffa andra som är i liknande livssituation. Gruppverksamheten ger anhöriga nya krafter och problemlösningssmodeller- den anhöriga behöver inte orka ensam. Grupperna är pålitliga och trygga, har tystnadsplikt och de stöder i att orka med vardagen. Verksamheten är avgiftsfri och öppen för alla medlemmar.

Har din partner, ditt syskon eller ditt barn problem med psykisk ohälsa? Vill du samtala med andra som har liknande erfarenheter? Det finns plats i alla grupper och vi startar också nya grupper enligt behov. Tveka inte att ta kontakt med Eva tel. 044-2000 733/ info@infamipohjanmaa.fi för mera information och anmälan till grupperna.

Svenskspråkiga grupper i **Vasaregionen:**

Svenskspråkig grupp i Vasa

Ledare Eva Hanses tel. 044-2000 733
torsdagar 17.8, 14.9, 12.10, 16.11 kl.17:30 -19:30

Grupp för föräldrar till ungdomar med psykisk ohälsa.

Ledare Eva Hanses **044-2000 733** och **Kirsi Ahllund**
torsdagar 24.8, 21.9, 19.10 och 23.11. kl.18- 20

Malax-Petalaxgruppen

Måndagar i Petalax bibliotek kl. **19-21**: 14.8, 9.10
Måndagar i K5:s utrymmen i Malax kl. **18-20** : 11.9, 13.11

Anhörigcafé på Ilona

Du är välkommen att ta en kopp té eller kaffe och träffa andra anhöriga och föreningens anställda. Onsdagar, udda veckor kl. 13-15. 16.8, 30.8, 13.9, 27.9, 11.10, 25.10, 8.11, 22.11.