

KEVÄT 2026 RYHMÄT TURKU

Ilmoittautuminen ryhmiin: www.vsfinfami.fi/ryhmat/



+65 ryhmä

Ruusukortteli, ryhmähuone 3, Puistokatu 11

Ma 19.1., 16.2., 16.3., 20.4 ja 18.5. klo 13–15

Ikääntyville läheisille tarkoitettu avoin ryhmä. Tilat ovat esteettömät. Ryhmää ohjaavat koulutetut vapaaehtoiset. Ei ilmoittautumista, tervetuloa!

Puolisoryhmä

Tarja Raitis –kokoustilassa Kompassisairaalassa, Kiinamyllynkatu 13

Ti 20.1., 24.2., 17.3., 21.4. ja 19.5. klo 17–19

Puolisoryhmässä keskustellaan osallistujien esiin tuomista aiheista, jotka liittyvät puolison sairauden vaikutuksiin heidän elämäänsä ja arkeensa.

Taideterapiaryhmä

Maarian kylätalo, Arkeologinkatu 4

Ma 23.1., 2.2., 9.2., 16.2., 23.2., 2.3., 9.3. ja 16.3. klo 18–20

Taideterapiaryhmässä sinulla on mahdollisuus pysähtyä, käsitellä omia tunteitasi turvallisessa ympäristössä sekä vahvistaa itsetuntemustasi.

Ryhmä vanhemmille

pe 6.2-27.3.2026, (ei viikolla 8) klo 13.00–15.00

Tarja Raitis –kokoustilassa Kompassisairaalassa, Kiinamyllynkatu 13

Ryhmä on tarkoitettu yli 16- vuotiaiden ja aikuisten lasten vanhemmille, joiden lapsella on mielenterveyden tai päihteiden väärinkäytön haasteita.

Voimavaroja etsimässä

Turun toimisto

Pe 6.2-27.3.2026, (ei viikolla 8) klo 13.00–15.00

Niille, jotka toivovat saada lisää keinoja omaan hyvinvointiin, kun jaksamista kuormittaa läheisen mielenterveyden oireilu tai päihdeongelma. Ryhmässä käytetään depressiokoulumenetelmää.

KEVÄT 2026 RYHMÄT **TURKU**

Ammattilainen läheisenä

Turun toimisto

ma 9.2., 9.3., 13.4. ja 11.5. ja 8.6. klo 17–19

Sote-alan ammattilaisille, joiden läheisellä on mielenterveyden tai päihteiden käytön haasteita.

Skutsi - luontohyvinvointiryhmä

Turku, paikka tarkentuu

Ti 31.3., ke 1.4., ke 8.4. ja to 9.4. klo 10–14

18-35 -vuotiaille luontohyvinvoinnista kiinnostuneille. Ryhmän osallistujat pääsevät mm. kokeilemaan erilaisia luontoaktiviteetteja ja rauhoittumaan luonnon äärelle. Yhteistyössä Mielenterveyden keskusliiton Skutsi kuulee –hankkeen ja Kulttuuripaja Casan kanssa.

Prospect+

Turun toimisto

Ti 31.3., 7.4., 14.4., 21.4. ja 28.4. klo 18–20

Ryhmä sopii kaikille mielenterveysläheisille, jotka ovat osallistuneet Prospect-perusryhmään aiemmin.

Ilmoittautuminen ryhmiin: www.vsfinfami.fi/ryhmat/



KEVÄÄN 2026 RYHMÄT SALO

Ilmoittautuminen ryhmiin: <https://www.vsfinfami.fi/ryhmat/>



Maalauspaja

Galleria Joutsen, Tehdaskatu 18 (sisäänkäynti parkkipaikan puolelta).

Su 11.1., 25.1., 8.2., 22.2., 8.3., 22.3., 12.4., 19.4., 3.5. ja 17.5. klo 12–15

Kuvataiteilija ja ekspressiivinen taideterapeutti ohjaa avoimen ja maksuttoman maalauspajan. Paja on tarkoitettu mielenterveys- ja päihdeläheisille, mielenterveyskuntoutujille sekä elämän kriisitilanteissa oleville. Tarjolla on rauhallinen, turvallinen ja kiireetön hetki hengähtää ja tehdä taidetta ilman suorituspainetta – aiempaa kokemusta ei tarvita. Voit tulla ja lähteä joustavasti klo 12–15. Materiaalit ovat valmiina. Ei ilmoittautumista, tervetuloa!

Toivo-ryhmä

Syty, Helsingintie 6

ke 14.1., 11.2., 11.3., 8.4. ja 13.5. klo 17.30–19.30

Ryhmä on tarkoitettu vanhemmille, joiden elämää kuormittaa lapsen huumausaineiden käyttö. Osallistujat haastatellaan ennen ryhmän aloittamista. Ryhmää ohjaa koulutettu vapaaehtoinen.

Vaelletaan vertaisuudessa

Diakoniakeskuksen ryhmätila, Rummunlyöjänkatu 5

ke 21.1., 11.2., 18.3., 15.4. ja 20.5. klo 17.30–19.30

Ryhmässä tavoitellaan omien voimavarojen löytymistä ja oman elämän keventymistä, keskustellaan eri teemoista ja tehdään niihin liittyviä pieniä harjoituksia.

Ryhmää ohjaavat koulutetu vapaaehtoiset.

Musiikki tunteiden tulkkina

Syty, Helsingintie 6

Ma 2.2., 2.3. ja 13.4. klo 18–20

Tule mukaan Musiikki tunteiden tulkkina -ryhmään ja tuo mukanasasi kappale (tai kappaleen nimi), joka puhuttelee sinua juuri nyt. Ryhmä on avoin kaikille mielenterveys- ja päihdeläheisille. Ryhmää ohjaavat koulutetut vapaaehtoiset. Ei ilmoittautumista, tervetuloa!

KEVÄT 2026 RYHMÄT ETÄNÄ

Hengähdystauko -puhelinryhmä

ti 10.2., 24.2., 10.3., 24.3., 7.4., 21.4., 5.5., ja 19.5. klo 10–11.30

Vertaistukiryhmä yli 65-vuotiaille, jotka kantavat huolta läheisensä mielenterveydestä tai riippuvuudesta. Ryhmä on avoin, ja voit osallistua yksittäisille tai useammille kerroille.

Tapaamiset toteutetaan maksuttomana ryhmäpuheluna omasta puhelimesta käsin. Ryhmää ohjaavat V-S ja Pirkanmaan FinFamin työntekijät ja koulutettu vapaaehtoinen.

Ilmoittaudu työntekijälle puhelimitse numeroon 044 793 0582, niin kuulet lisää käytännöistä.

Ryhmä epävakaiden läheisille

Teams-etäyhteys

to 12.2. (klo 17–19), 12.3., 16.4., 14.5. ja 4.6. klo 17–18.30

Ryhmä on suunnattu henkilöille, joiden jaksamiseen vaikuttaa läheisen epävakaa persoonallisuushäiriö. Diagnoosia ei tarvita, pelkkä huoli riittää. Ryhmäkertojen käsiteltävät ja keskusteltavat teemat nousevat osallistujien tarpeista ja ajankohtaisista aiheista.

Ryhmää ohjaavat V-S ja Satakunnan FinFamin työntekijät sekä koulutetut vapaaehtoiset.

Ilmoittautuminen ryhmiin: www.vsfinfami.fi/ryhmat/

