

Alta löytyvät yhdistyksemme tapahtumat ja toiminnot. Tietoa tapahtumista saa jakaa eteenpäin.

Mikäli tahdot poistua postituslistaltamme, laita sähköpostia osoitteeseen: toimisto@finfamiiep.fi

VASTUULLISESTI YHDESSÄ

Olemme sitoutuneet toimimaan tartuntariskkejä minimoiden, sitouduthan sinäkin.

MAKSUTONTA KESKUSTELUTUKEA

Oletko huolissasi läheisesi mielenterveydestä ja kaipaisit tukea omaan jaksamiseen?

Ammatillista keskustelutukea on saatavilla.

Ajanvaraukset sähköisen ajanvarauksen kautta:

www.finfamiiep.fi/varaa. Voit myös soittaa tai

laittaa soittopyynnön tekstiviestillä.

Tuija Ikola, psyk. sairaanhoitaja,

omaistyöntekijä/ puh. 040 410 2549

INFOA

Olemme tavattavissa M-talolla tiistaisin klo 12-15. Omaistoiminnan tila sijaitsee sisääntuloaulan yhteydessä, huoneesta löydät läheisille suunnattua materiaalia ympäri vuorokauden.

Kauhajoen Harrastussäpinät **14.9. klo 17-20, Kauhajoen Yhteiskoulu**

Olemme tavattavissa Kauhajoen Harrastussäpinöillä. Olette lämpimästi tervetullut mukaan tapahtumaan!

NUORTEN TOIMINTA SYYSKUUSSA

Syyskuussa nuorille on alkamassa ryhmä yhteistyössä Seinäjoen kaupungin kohdennetun nuorisotyön kanssa.

Katso tarkemman tiedot [@finfamiepnuoret](https://twitter.com/finfamiepnuoret) somesta!

BOOSTIA SPORTTAAMALLA, SEINÄJOKI

Toiminnallinen vertaistukiryhmä sinulle mies, jonka läheinen oireilee tai sairastaa psyykkisesti. Ryhmään osallistuminen on ilmaista ja se ei edellytä läheisen diagnoosia tai yhdistyksen jäsenyyttä. 22.9. klo 17-19:30 Jouppilanvuoren esteetön elämysliikuntareitti (1,8 km) ja Aarnikotkan kota, kokoontuminen parkkipaikalla os. Jouppilanvuorentie 66.

Ilmoittaudu : toimisto@finfamiiep.fi tai p. 045 2319505/ järjestöavustaja.

Lisätietoja: www.finfamiiep.fi

HYVINVOINNIN KIPINÄ, KAUAJOKI

Toiminnallinen ryhmä naisille, joiden läheinen oireilee psyykkisesti. Tule saamaan itsellesi vertaistukea, iloa liikunnasta ja luonnosta sekä voimavaroja arkeen. Ryhmä on avoin kaikille, eikä osallistumiseen tarvita jäsenyyttä tai läheisen diagnoosia - huoli riittää. Ryhmä kokoontuu Kauhajoella 2022 ja on sinulle maksuton. 22.9. klo 16:30-18: ohjattu kuntosali/ryhmäliikunta, Loiste Training.

Ilmoittaudu mukaan syyskaudelle: toimisto@finfamiiep.fi tai p. 045 2319505/ järjestöavustaja. Lisätietoja: www.finfamiiep.fi

VIRTA, SEINÄJOKI

Vertaistukiryhmä vanhemmille, joiden 13-25-vuotiaalla nuorella on psyykkistä oireilua. Ryhmässä on mahdollista tavata toisia samassa elämäntilanteessa olevia vanhempia ja saada uusia voimavaroja omaan jaksamiseen. Osallistuminen ei vaadi nuoren hoitokontaktia tai diagnoosia, huoli riittää. Ryhmä kokoontuu 5 kertaa suljettuna Seinäjoella. Ohjaajina vapaaehtoinen ja kokemusasiantuntija. 20.9. Klo 17:30-19 Kuka tätä paattia ohjaa? Käsitellään lapsen sairastumisesta koko perheen kriisinä.

Ilmoittaudu mukaan: toimisto@finfamiiep.fi tai p. 045 2319505/järjestöavustaja. Lisätietoja: www.finfamiiep.fi

KÄSILLÄ TEKEMISEN ILOA- ILLAT

Tule saamaan iloa käsillä tekemisestä ja kokemaan vertaisuutta! Illat ovat avoimia kaikille omaishoitajille ja omaisille. Ke 21.9. ollaan virkkaamassa. Ilmoittautumiset viimeistään 2 päivää ennen kokoontumista. Osallistuja maksaa itse käyttämistään materiaaleista.

Paikka: Kalevan navetta, Nyykoolinkatu 25.

Ilmoittaudu: Elise, 040 066 3525 tai seinajoki@taitoep.net

Lisätietoja: www.finfamiep.fi

KAUHAJOEN TYÖIKÄISTEN RYHMÄ

Oireileeko läheisesi psyykkisesti? Oletko työikäinen? Haluaisitko jakaa huoliasi ja saada uusia näkökulmia tilanteeseesi ihmisiltä, jotka ymmärtävät tilannettasi? Tule mukaan Kauhajoella järjestettävään vertaistuelliseen ryhmään työikäisille mielenterveysomaisille.

Ilmoittautumiset ryhmään: toimisto@finfamiep.fi tai p. 045 231 9505

Paikka: Walkers-nuorisokahvilan takkahuone, Topeeka 40, Kauhajoki

Ryhmänohjaajina toimivat vapaaehtoinen ja kokemusasiantuntija.

Syyskuun kokoontuminen:
klo 17-18.30 5.9.2022

LAKEUDEN OMAISHOITAJIEN TYÖPAJA

Sotekeskus –hanke ja IkäKoti-hanke yhteistyössä Lakeuden Omaishoitajat ry:n kanssa järjestävät kaksi keskustelutilaisuutta. Tilaisuuksissa tarjoutuu mahdollisuus osallistua, kuulla ja keskustella omaishoitoon liittyvistä näkökulmista.

Ensimmäinen tilaisuus ke 21.9.2022 klo 16.30 - 18.30 verkossa.

Aiheena: Omaishoidon tuen tilannekatsaus hankkeen ja valmistelun näkökulmasta. Mahdollisuus katsomiseen netistä linkin kautta tai yhteiskatsomossa.

<https://www.epsoteuudistus.fi/yleinen/omaishoidon-tuen-tyopaja-ke-21-9/>

ALAJÄRVEN PÄIHDELÄHEISET

Oletko huolissasi läheisesi päihteidenkäytöstä? Vertaistukiryhmästä sinun on mahdollista saada ymmärrystä, lohtua ja helpotusta samassa tilanteessa olevilta ihmisiltä. Ryhmässä käydään keskusteluja siitä, millaisia haasteita, ajatuksia ja tunteita läheisen liiallinen päihdekäyttö tuo omaisen elämään ja miten omia voimavaroja voisi lisätä. Diagnoosia ei tarvita, huoli riittää. Ryhmä on kaikille avoin ja maksuton.

Syyskuun tapaamiset:

1.9.2022

29.9.2022

Ilmoittaudu: toimisto@finfamiep.fi tai p. 045 231 9505. Lisätietoja: www.finfamiep.fi

PURO-RYHMÄ

Oireileeko tai sairastaako puolisoasi psyykkisesti? Haluaisitko käsitellä omia tunteitasi vertaisten kesken?

Kun yksi sairastuu, monen maailma muuttuu. Puolison psyykkinen sairaus vaikuttaa myös parisuhteeseen, perheeseen ja läheisiin. Miten sinä jaksat? Tule mukaan vertaistukiryhmään saamaan itsellesi tukea, kiinnittämään huomiota omaan hyvinvointiisi ja voimaantumiseen vertaistuesta. Ryhmä on kaikille avoin, mutta edellyttää ilmoittautumista. Ohjaajana toimii vapaaehtoiset ryhmänohjaajat. Lämpimästi tervetuloa mukaan!

Ilmoittautumiset toimisto@finfamiep.fi tai p. 045 231 9505, järjestöavustaja.

Kokoontumiset:

FinFami Etelä-Pohjanmaa ry:n toimitiloissa, os. Huhtalantie 2, 3. krs., 60220 Seinäjoki.

Seuraava ryhmä toteutuu syyskaudella 2022 kurssimuotoisena 4 kertaa, kun koossa on riittävä määrä osallistujia.

Ilmoittaudu siis mukaan-

LAUANTAI TREFFIT, OLKKARI SEINÄJOKI

Hei pariskunnat!

Tervetuloa Olkkariin viettämään

Lauantai Treffejä Seinäjoelle 10.09 Klo 12-15.

Luvassa on rentoa kahvittelua muiden pariskuntien kanssa, tutustumista Olkkarin ja FinFami E-P:n toimintaan sekä kokemusasiantuntijoiden puheenvuoroja!

Mukana myös FinFami E-P:n Puro-ryhmän ohjaajat, jotka esittelevät puolisolle suunnatun vertaistukiryhmän sisältöä.

Jokaiselle pariskunnalle on myös luvassa pieni yllätyslahja.

Osoite: Olkkari, Kauppaneliö 2,
60120, Seinäjoki

Päivämäärä ja aika: Lauantai 10.09 Klo 12-15

Lisätietoa: Järjestöavustaja FinFami E-P

p. 045 231 9505, toimisto@finfamiep.fi