

# Muistisairaiden läheisille ryhmäterapeuttinen intensiiviryhmä

**Oletko vaikeassa tilanteessa läheisesi muistisairauden takia?**

**Kaipaisitko tukea ja mahdollisuutta keskustella kohtalotoverien kanssa?**

**Haluaisitko löytää uusia keinoja selviytyäksesi paremmin?**

## **Ryhmässä voit**

- tulla kuulluksi omassa tilanteessasi
- saada lisää voimavaroja ja uskoa omaan selviytymiseesi
- ymmärtää paremmin omia luonnollisia reaktioitasi ja tunteitasi muistisairaana läheisenä
- saada turvallisen paikan käsitellä tuskallisiakin asioita
- saada keinoja ja menettelytapoja hankaliin vuorovaikutustilanteisiin
- kohdata terveitä aikuisia, jotka elävät samantapaisissa olosuhteissa
- oppia muilta osallistujilta lisää muistisairauksista ja niihin suhtautumisesta

## **Ryhmä toimiinän:**

- Alkuhaastattelussa ryhmän ohjaajan kanssa selvitätte, sopiiko ryhmä sinulle. Ryhmään mahtuu 8-15 henkilöä.
- Ryhmä kokoontuu kolme kertaa päivän kerrallaan. Koko päivä lounaineen vietetään yhdessä. Älä tee muita varauksia.
- Ryhmässä tutustutaan, vaihdetaan kokemuksia ja tutkitaan osallistujien omia tilanteita toiminnallisilla menetelmillä.
- Luottamuksellisuuteen sitoutuminen on osallistumisen edellytyksenä.
- Omia asioita voi tuoda esille sen verran kuin itse haluaa.
- Osallistuja sitoutuu koko kolmen päivän prosessiin, jona aikana ryhmään ei tule uusia jäseniä.

**Ryhmä kokoontuu** vetäjän omassa rauhallisessa kokoontumistilassa Etu-Töölössä Pohjoisella Rautatiekadulla torstaisin 7.3., 21.3. ja 11.4.2024 klo 9-16.30.

Ajan varaus ilmaiseen alkuhaastatteluun 31.1.2024 mennessä. Haastattelu on helmikuun alussa ja jos päätät osallistua, ilmoittaudu sitovasti maksamalla osallistumisesi 12.2.2024 mennessä.

**Varaa aika alkuhaastatteluun** ryhmän ohjaajalta joko sähköpostitse tai hänen verkkosivuiltaan yhteydenottolomakkeella:

## **Pirkko Hurme**

psykologi, psykoterapeutti ET+VET  
Puh. 040 505 6900 | [pirkko.hurme@perendie.fi](mailto:pirkko.hurme@perendie.fi)  
[www.pirkkohurme.com](http://www.pirkkohurme.com)

Kokonaishinta 750 €, joka sisältää alkuhaastattelun + 3 pv ryhmäterapiaa.

