



Äitiys on mahdollisuus

Vauvaa odottavien ryhmä Avopalvelu Pesässä ja Esmiinassa

Ryhmä on tarkoitettu sinulle raskaana oleva nainen, joka toivot tukea päihteettömään raskauteen ja tulevaan vauvaperheen arkeen. Työskentelyn tarkoituksena on tarjota tukea päihdeidenkäytön hallintaan ja auttaa sinua valmistautumaan vanhemmuuteen. Vertaistuki on tärkeä osa ryhmää.

Ryhmä alkaa yhteisellä ruokailulla jonka jälkeen keskustelemme raskauteen, vanhemmuuteen ja päihdeongelmasta kuntoutumiseen liittyvistä teemoista. Ryhmässä huomioimme erityisesti masuvauvat ja tuemme suhteen syntymistä äidin ja masuvauvan välille. Lopussa on mahdollisuus raskausrentoutukseen ja korva-akupunktioon. Voit itse vaikuttaa ryhmän teemoihin.

Ennen ryhmään tuloa varaa aika tutustumiskäynnille. Ryhmä on täydentyvä ja voit aloittaa ryhmässä, kun sinulle sopii. Ryhmä on maksuton eikä vaadi kunnan maksusitoumusta. Myös isät ovat sovitusti tervetulleita mukaan.

HELSINGISSÄ:

Avopalvelu PESÄ

Nokiantie 2-4 (Vallila)

TIISTAISIN KLO:13.30-15.45

P. 044-7260765 Miia

p. 044-7260795 Eija

Tervetuloa tutustumaan!

ESPOOSSA:

Avopalvelu ESMIINA

Tinurinkuja 4, 3krs (Leppävaara)

KESKIVIKKOISIN KLO:13-15

p. 040-0833876 Anne

p. 040-5088456 Kirsikka

p. 044-7588348 Maria

Tervetuloa tutustumaan!