

# MM-ryhmä

**MM-ryhmä eli Mahdollisuus Muutokseen -ryhmä on avoin vertaistukiryhmä päihderiippuvuudesta eroon pyrkiville.**



**AIKA** Perjantaisin klo 18 (26.1.2018 alkaen)

## **KENELLE**

- Jos tiedät, että sinulla on päihdeongelma ja haluat asiaan muutosta
- Jos elämä ilman päihteitä tuntuu raskaalta, etkä tiedä mitä tekisit
- Jos läheisesi mielestä sinulla on päihteiden kanssa ongelmia
- Jos haluat lopettaa päihteidenkäytön, mutta et onnistu omin voimin
- Riittää että katsot, että ryhmästä olisi sinulle apua

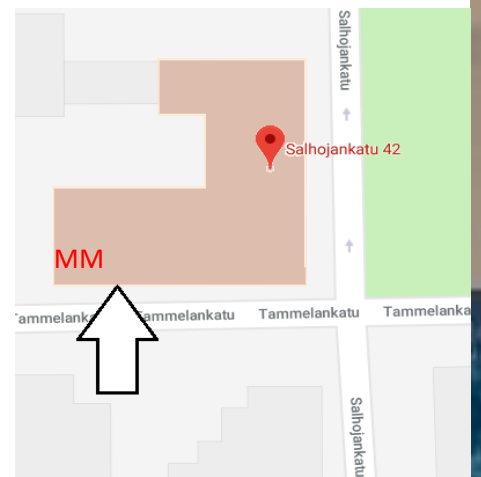
**PAIKKA** Salhojankatu 42. Ryhmään kulku Tammelankadun puolelta porttikongista, josta löytyy myös opaste ryhmään.

Ainoa vaatimus on, että tulet paikalle selvinpäin.  
Ryhmän järjestää Tampereen A-Kilta ry.

**LISÄTIEDOT** 040 529 0775

## **AIHEINA:**

26.1.2018	Itsen ja päihdeongelman kohtaaminen
2.2.2018	Voimavarat ja ilonlähteet
9.2.2018	Epämiellyttävät tunteet
16.2.→	Kävijöiden valitsemat aiheet



**Tervetuloa!**