

Uusi vertaistukitoiminnan muoto syömishäiriöön sairastuneille Tampereella

Mitä kaveritoiminta on?

Väli-Suomen syömishäiriöperheet ry:n toteuttama kaveritoiminta tarkoittaa syömishäiriöstä toipuvan ja yhdistyksen vapaaehtoistyöntekijän kahdenkeskisiä, vertaistuellisia tapaamisia Tampereella. Yhdistyksen vapaaehtoistyöntekijä on itse syömishäiriön sairastanut ja siitä toipunut. Vertaistukihenkilö on osallistunut Syömishäiriöliitto SYLI- ry:n järjestämään vertaistukiohjaajakoulutukseen. Kaveritoiminta alkaa Tampereella kesäkuussa 2011. *Toiminnan säännöt seuraavalla sivulla.*

Usein syömishäiriötä sairastava salailee sairauttaan ja kokee itsensä syylliseksi syömishäiriön puhkeamiseen. Syömishäiriöstä kertominen koetaan vaikeaksi ja häpeälliseksi. Monesti sairastavasta tuntuu siltä, että hän on yksin sairautensa kanssa. Väli-Suomen syömishäiriöperheet ry:n vapaaehtoistyöntekijöiden kokemusten mukaan sairastava saattaa miettiä jopa vuosia, osallistuako syömishäiriötä sairastaville tarkoitettuun vertaistukiryhmään. Yhdistys haluaa helpottaa vertaistukiryhmään osallistumista ja lisätä vertaistukiryhmän kävijöiden määrää. Pohjois-Suomen syömishäiriöperheet ry aloitti onnistuneesti kaveritoiminnan Oulun alueella 2010. Väli-Suomen syömishäiriöperheet ry:n kaveritoiminnan säännöt ja periaatteet pohjautuvat Oulun alueella aloitettuun toimintaan.

Kuinka pääset mukaan kaveritoimintaan?

Ota yhteyttä: - sähköpostitse osoitteeseen tre@syomishairioliitto.fi
- soittamalla numeroon 045-867 3065 / Iidamari, Jenni (parittomien viikkojen keskiviikkoisin klo 18-19)

Kaveritoiminnan säännöt ja toimintaohjeet

Periaatteena on, että syömishäiriötä sairastava tai siitä toipuva tapaa 1-3 kertaa vertaishenkilön, joka on kaikilla kerroilla sama. Tapaamiset pyritään pitämään kahden kuukauden sisällä.

Tapaamisten aikana keskustellaan ja jaetaan kokemuksia syömishäiriön sairastamisesta ja jättämättä kuitenkaan vellomaan siihen tuskaan ja ahdistukseen, mitä elämä syömishäiriön kanssa usein on. Tavoitteena on saada apua ja tukea sairaudesta toipumiseen sekä tutustua yhdistyksen vertaistukiryhmään.

Tapaamiset sovitaan julkiselle paikalle esim. kahvilaan tai puistoon.

Osastohoidossa oleva syömishäiriötä sairastava henkilö on tervetullut mukaan toimintaan osastohoidon päätyttyä. Lääkärikäynneille, terveystieteiden keskuksiin, sairaaloihin yms. vertaishenkilö ei tule mukaan.

Sekä vertaishenkilöllä että kaverilla on vapaus kertoa tai olla kertomatta itsestään niin paljon tai niin vähän kuin haluaa. Keskustelut ja tapaamiset ovat kuitenkin luottamuksellisia ja niitä sitoo vaitiolovelvollisuus. Vertaishenkilö ei myöskään raportoi tapaamiskerhoista minnekään tai tee niistä muistiinpanoja.

Vertaishenkilö ei ole kaveritapaamisissa terapeutti vaan vertaistukihenkilö, joka tietää, mitä syömishäiriötä sairastaminen tarkoittaa ja miten se muuttaa koko elämän.

Tarjoamme vertaistukea, joka täydentää julkisen tai yksityisen puolen terveydenhuoltopalveluja.

Kaveritoiminta on siihen osallistuvalla maksutonta.

Väli-Suomen syömishäiriöperheet on Syömishäiriöliitto - SYLI ry:n jäsen. Väli-Suomen syömishäiriöperheet ry:n nettisivut osoitteessa:

<http://www.syomishairioliitto.fi/toiminta/jasenyhdistykset/valisuomi/>

Yhdistyksen tiedot:

Outi Lyytikäinen (pj)

p. 044 586 4415

pjvalisuomi@syomishairioliitto.fi

rek.nro 192665

Y-tunnus 2063630-5