



KYNTTILÄ PIMEYDESSÄ

TAMPEREEN KÄYTTÄJÄYHTEISÖN LEHTI

21.–27.9.2026

ILMAINEN · OTA MUKAASI



TAMPEREEN KÄYTTÄJÄYHTEISÖ

Tampereen Käyttäjäyhteisö

Tampereen Käyttäjäyhteisö pyrkii edustamaan Tampereen päihdekäyttäjäyhteisöä, tunnistuen että yhteisömme koostuu ihmisistä, jotka tulevat hyvin erilaisista lähtökohdista ja ovat hyvin erilaisissa tilanteissa. Ensisijaiseksi katsomme tuoda kaikista huono-osaisempien äänen kuuluviin, sillä tiedostamme että juuri huonoimmassa asemassa olevat ovat suurimman uhan alla ja vaarassa menehtyä.

Tärkein meitä ohjaava periaate on siis henkien pelastaminen. Tämän lisäksi pyrimme edistämään yhteisömme hyvinvointia ja parantamaan suhteitamme yhteiskuntaan, muihin yhteisöihin, naapurustoon ja viranomaisiin.

Tiedostamme että päihdepoliittinen tilanne Suomessa kaipaa parannusta ja vaadimme että vertaistemme ääni on mukana kaikessa yhteisöämme koskevissa asioissa.

Yhteisöömme ovat tervetulleet niin huumeidenkäyttäjät, kuin niitä ennen käyttäneet tai kuka tahansa yhteisöstämme kiinnostunut taho.

SÄHKÖPOSTI trekayttajayhteiso@proton.me
VERKOSSA <http://dy.fi/7zs>



KOKOUKSET JA TAPAHTUMAT

Käyttäjäyhteisön omat kokoukset ja tapahtumat. Kaikki ovat tervetulleita, ellei toisin mainita.

TO 8.10.
KLO 17.00

Tampereen Käyttäjäyhteisön kokous

KOKOONTUMINEN TAMMELAN STADIONIN K-KAUPAN VIEREISELLÄ AUKIOLLA

Jos saapuu paikalle myöhässä voi soittaa 0503131787

KOKOUKSET JA TAPAHTUMAT [\(1\)](#)

TIEDOTTEET [\(10\)](#)

ARTIKKELIT

[DEMO] Havaintoja kadulta: tarve haavanhoito-ohjaukselle kasvaa

[DEMO] Havaintoja kadulta: tarve haavanhoito-ohjaukselle kasvaa

[DEMO] Havaintoja kadulta: tarve haavanhoito-ohjaukselle kasvaa

TAMPEREEN PALVELUT [\(122\)](#)

TAMPEREEN NA-RYHMÄT [\(26\)](#)

KIRJOITA MEILLE



TIEDOTTEET

[DEMO] NERVI – TERVEYSNEUVONTA

[DEMO] NALOKSONIKOULUTUS KESKIVIKKONA

Ilmainen naloksonikoulutus keskiviikkona klo 14. Ei ennakkoilmoittautumista.

[DEMO] KRIISIKESKUS OSVIITTA

[DEMO] PUHELINNUMERO TILAPÄISESTI POIS KÄYTÖSTÄ

Puhelinlinjamme on tilapäisesti pois käytöstä huoltotöiden vuoksi. Käy paikan päällä tai lähetä sähköpostia.

[DEMO] NERVI – TERVEYSNEUVONTA

[DEMO] NALOKSONIKOULUTUS KESKIVIKKONA

Ilmainen naloksonikoulutus keskiviikkona klo 14. Ei ennakkoilmoittautumista.

[DEMO] KRIISIKESKUS OSVIITTA

[DEMO] PUHELINNUMERO TILAPÄISESTI POIS KÄYTÖSTÄ

Puhelinlinjamme on tilapäisesti pois käytöstä huoltotöiden vuoksi. Käy paikan päällä tai lähetä sähköpostia.

[DEMO] NERVI – TERVEYSNEUVONTA

[DEMO] POIKKEUSAUKIOLO

Suljemme poikkeuksellisesti klo 16 torstaina. Kiireellisissä asioissa ota yhteyttä puhelimitse.

voimassa 21.9.2026

[DEMO] NERVI – TERVEYSNEUVONTA

[DEMO] NALOKSONIKOULUTUS KESKIVIKKONA

Ilmainen naloksonikoulutus keskiviikkona klo 14. Ei ennakkoilmoittautumista.

[DEMO] KRIISIKESKUS OSVIITTA

[DEMO] PUHELINNUMERO TILAPÄISESTI POIS KÄYTÖSTÄ

Puhelinlinjamme on tilapäisesti pois käytöstä huoltotöiden vuoksi. Käy paikan päällä tai lähetä sähköpostia.

[DEMO] NERVI – TERVEYSNEUVONTA

[DEMO] POIKKEUSAUKIOLO

Suljemme poikkeuksellisesti klo 16 torstaina. Kiireellisissä asioissa ota yhteyttä puhelimitse.

voimassa 21.9.2026

[DEMO] NERVI – TERVEYSNEUVONTA

[DEMO] NALOKSONIKOULUTUS KESKIVIKKONA

Ilmainen naloksonikoulutus keskiviikkona klo 14. Ei ennakkoilmoittautumista.

[DEMO] KRIISIKESKUS OSVIITTA

[DEMO] PUHELINNUMERO TILAPÄISESTI POIS KÄYTÖSTÄ

Puhelinlinjamme on tilapäisesti pois käytöstä huoltotöiden vuoksi. Käy paikan päällä tai lähetä sähköpostia.



[DEMO] HAVAINTOJA KADULTA: TARVE HAAVANHOITO-OHJAUKSELLE KASVAA

[DEMO] JÄSEN MEIKÄLÄINEN

MITÄ KUULIMME

Viime viikkojen katukierroksilla useampi ihminen kysyi haavanhoidosta ja puhtaista sitomistarvikkeista.

Muistutamme, että matalan kynnyksen terveysneuvonnasta saa apua myös haavanhoitoon.

[DEMO] HAVAINTOJA KADULTA: TARVE HAAVANHOITO-OHJAUKSELLE KASVAA

[DEMO] JÄSEN MEIKÄLÄINEN

MITÄ KUULIMME

Viime viikkojen katukierroksilla useampi ihminen kysyi haavanhoidosta ja puhtaista sitomistarvikkeista.

Muistutamme, että matalan kynnyksen terveysneuvonnasta saa apua myös haavanhoitoon.

[DEMO] HAVAINTOJA KADULTA: TARVE HAAVANHOITO-OHJAUKSELLE KASVAA

[DEMO] JÄSEN MEIKÄLÄINEN

MITÄ KUULIMME

Viime viikkojen katukierroksilla useampi ihminen kysyi haavanhoidosta ja puhtaista sitomistarvikkeista.

Muistutamme, että matalan kynnyksen terveysneuvonnasta saa apua myös haavanhoitoon.



TAMPEREEN PALVELUT

Hakemisto Tampereen päihde- ja mielenterveyspalveluista, järjestöistä ja vertaistuesta. Tämä ei ole kattava lista – täydennämme sitä sitä mukaa kun tietoa kertyy.

AIKUISTEN PSYKIATRIA

AKUUTTIPSYKIATRIAN POLIKLINIKKA

LIKKUVA PSYKOOSISAIRAUKSIEN POLIKLINIKKA

MIELIALAHÄIRIÖPOLIKLINIKKA

Hallituskatu 14-16, Tampere

NEUROPSYKIATRISET TUTKIMUKSET JA HOITO OSANA SOVELTUVIA ERIKOISSAIRAANHOIDON PALVELUJA

PAKOLAISPSYKIATRIAN POLIKLINIKKA

Hallituskatu 14-16, Tampere

PSYKIATRIAN KRIISIOSASTO

PSYKIATRIAN PÄIVYSTYSPOLIKLINIKKA

PSYKIATRISET OSASTOT JA TEHOSTETTU AVOHOITO

PSYKOOSISAIRAUKSIEN POLIKLINIKKA

Tipotie 4, Tampere

SYÖMISHÄIRIÖIDEN ERIKOISSAIRAANHOITO

YLEISSAIRAALAPSYKIATRIAN POLIKLINIKKA

Arkkiatrinkuja 1, Tampere

KIIREELLINEN APU JA KRIISIPALVELUT

HÄTÄNUMERO 112

Henkeä uhkaavat tilanteet, vakava itsetuhoisuus, tajuttomuus, yliannostus tai muu välitön vaara.

KRIISIKESKUS OSVIITTA

0400 734 793

Maanantaista torstaihin klo 10–12. Maksutonta keskustelua ilman lähetettä tai diagnoosia.

Sorinkatu 4 C, Tampere

MIELI KRIISIPUHELIN

09 2525 0111

Avoinna suomeksi ympäri vuorokauden.

NOLLALINJA

116 016

Avoinna ympäri vuorokauden. Apua lähisuhdeväkivaltaa tai naisiin kohdistuvaa väkivaltaa kokeneille sekä...

PIRKANMAAN PÄIVYSTYSAPU

116 117

Kiireelliset terveysongelmat silloin, kun oma sosiaali- ja terveysama on suljettu.

PIRKANMAAN SOSIAALI- JA KRIISIPÄIVYSTYS

050 062 5990

Avoinna ympäri vuorokauden. Äkilliset kriisit, väkivalta, asumisen kriisit, läheisen kuolema ja muut...

Sorinkatu 12 D, 2. kerros, Tampere

TAYS PÄIVYSTYS ACUTA

Vakavat ja välitöntä sairaalahoitoa vaativat tilanteet.

Ensietie 8, Tampere

TAYS PSYKIATRIAN PÄIVYSTYSPOLIKLINIKKA

Pirkanmaan ympärivuorokautinen aikuisten psykiatrinen päivystys. Ennen hakeutumista yhteys omaan sote-asemaan...

Arkkiatrinkuja 1, T-rakennus, C-osa, 1. kerros, Tampere

LASTENPSYKIATRIA

LASTENPSYKIATRIAN ALKUARVIOINTIYKSIKKÖ

LASTENPSYKIATRIAN ALUEYKSIKKÖ TAMPERE

LASTENPSYKIATRIAN AVOHOIDON YKSIKKÖ

LASTENPSYKIATRIAN OSASTO- JA AKUUTTIHOIDON YKSIKKÖ

NUORISOPSYKIATRIA

EVA-YKSIKKÖ ELI ERITYISEN VAIKEAHOITOISTEN ALAIKÄISTEN PSYKIATRINEN TUTKIMUS- JA HOITOYKSIKKÖ

Taysin psykiatriisiin palveluihin tarvitaan yleensä lääkärin tai muun terveydenhuollon ammattilaisen lähete.

NUORISOPSYKIATRIAN OSASTO

NUORISOPSYKIATRIAN POLIKLINIKKA

PUHELIN- JA VERKKOPALVELUT

EHYT PÄIHDENEUVONTA

0800 900 45

Maksuton ja anonymi, ympäri vuorokauden.

MIELI KRIISIPUHELIN

09 2525 0111, ympäri vuorokauden.

MIELENTERVEYSTALO

Omahoito-ohjelmia, oirekyselyitä, palveluohjausta ja tietoa mielenterveydestä.

NOLLALINJA

116 016, ympäri vuorokauden.

NUORTENLINKKI

Nuorille tarkoitettua tietoa, neuvontaa ja keskustelupalveluja päihteistä, mielenterveydestä ja...

PELUURI

0800 100 101

Apua rahapelaamiseen, digipelaamiseen ja läheisten tilanteisiin.

PIRKANMAAN PÄIVYSTYSAPU

116 117.

PÄIHDELINKKI

Tietoa päihteistä ja riippuvuuksista, testejä, omahoitoa, neuvontaa ja vertaistukea.

SEKASIN-CHAT

Anonyymi keskustelupalvelu 12–29-vuotiaille.

SOLMUSSA-CHAT

MIELI ry:n keskusteluaupua täysi-ikäisille.

TUKINET

Kriisi-, mielenterveys- ja vertaistukichatteja sekä ryhmäkeskusteluja.

PÄIHDEHOITO, HUUMEHOITO JA RIIPPUVUUSPALVELUT

A-KLINIKKAYHTEISÖ TAMPERE

Päihdekuntoutusta yhteisöllisessä ja laitosmuotoisessa ympäristössä.

EHYT RY:N PÄIHDEASIAMIES

Neuvontaa päihdepalveluihin, asiakkaan oikeuksiin ja palveluissa kohdattuihin ongelmiin liittyvissä asioissa.

EHYT RY:N PÄIHDENEUVONTA

0800 900 45

Maksuton ja anonymi palvelu ympäri vuorokauden. Päihteitä käyttäville, läheisille ja ammattilaisille.

HAPPI – PÄIHDE- JA RIIPPUVUUSSAIRAUKSIEN YKSIKKÖ

044 485 8674

Avoin vastaanotto maanantaista perjantaihin klo 12–14. Hoidon tarpeen arviointi.

Päivystävä sairaanhoitaja...

Hatanpäänkatu 22, O-rakennus, yläpiha, Tampere

K-KLINIKKA TAMPERE

040 570 7830

A-klinikka Oy. Avoinna maanantaista perjantaihin klo 8–16. Huumehoidon avohoitoa ja opioidikorvaushoitoa.

Sumeliuksenkatu 13 A, Tampere

KATUKLINIKKA TAMPERE

A-klinikkasäätiön jalkautuvaa ja matalan kynnyksen terveys- ja sosiaalineuvontaa kaikkein heikoimmassa...

NERVI – TERVEYSNEUVONTA TAMPERE

A-klinikka Oy:n matalan kynnyksen terveysneuvontaa huumeita käyttäville.

Neuvontaa, hoitoon ohjausta...

RINNEKODIT BREIKKI TAMPERE

Huumehoidon avohoitoa ja opioidikorvaushoitoa täysi-ikäisille tamperelaisille ja oriveteläisille. Hoitoon...

Gauffininkatu 3, Tampere

SUUNTA

Tampereella toimiva huumehoidon avohoitoyksikkö. Hoitoon ohjaututaan Pirhan palvelujen ja hoidon tarpeen...

TAMPEREEN A-KILTA

Päihteetöntä vertaistukea, kohtaamispaikkatoimintaa, asumiseen liittyvää tukea ja huumehoidon avohoitoa.

TAMPEREEN SELVIÄMISHOITOASEMA

Avoinna ympäri vuorokauden. Yli 16-vuotiaiden päihtyneiden turvallinen seuranta silloin, kun sairaalahoitoa...

Sorinkatu 12 D, Tampere

VALO-VALMENNUSYHDISTYS

Avopäihdekuntoutusta, asumisen tukea, työpajatoimintaa ja Starttipaja-toimintaa.

VETY – RIIPPUVUUSHOIDON YKSIKKÖ

Ympärivuorokautinen vieroitus- ja osastohoitoyksikkö. Hoitaa vaikeita alkoholi-, huume-, lääke-, stimulantti-...

Elämänaukio 2, Tays B-rakennus, 10. kerros, Tampere

VIADIA PIRKANMAA – KADULTA KOTIIN

Asunnottomuutta ja päihteiden käytöstä aiheutuvia haittoja vähentävää tukea sekä kuntouttavaa työtoimintaa.

VIEROITUSHOITOYKSIKKÖ TAMPERE

A-klinikka Oy:n vieroitushoitoa alkoholi-, lääke- ja huumeriippuvuuksiin.

VÖLJY

A-klinikkasäätiön Tampereella toteuttamaa tukea ja palveluohjausta päihteitä käyttäville ja vaikeassa...

TAMPEREELLA TOIMIVAT MIELENTERVEYS- JA PÄIHDEJÄRJESTÖT

A-KLINIKKASÄÄTIÖ

Päihde- ja riippuvuustyö, haittojen vähentäminen, verkkopalvelut, Katuklinikka ja VÖLJY.

EHYT RY

Päihdehaittojen ehkäisy, neuvonta, koulutus ja kohtaamispaikkatoiminta.

ELOKOLO TAMPERE

EHYT ry:n päihteetön ja maksuton kohtaamispaikka.

FINFAMI PIRKANMAA RY

Tukea ihmisille, joiden läheisellä on mielenterveys- tai päihdeongelmia.

Keskusteluapua, vertaistukiryhmiä...

HÖLLÄÄMÖ

Sosped-säätiön yhteisöllistä ja hyvinvointia tukevaa toimintaa.

IRTI HUUMEISTA RY

Tukea huumeita käyttäville, käytön lopettaneille ja heidän läheisilleen. Tampereella läheisryhmätoimintaa...

KRIS-TAMPERE RY

Tukea rikos- ja päihdetaustaisille sekä vankilasta vapautuville. Vertaistukea, palveluohjausta ja...

KOKOA – KOULUTETUT KOKEMUSASIAINTUNTIJAT RY

Kokemusasiantuntijatoiminnan kehittämistä, koulutusta ja välitystä.

KULTTUURIPAJA VIRTÄ

Luovaa ryhmä- ja vertaistoimintaa nuorille aikuisille, joilla on kokemuksia mielenterveyden ongelmista.

KUMPPANUUSTALO ARTELI

Useiden sosiaali-, terveys-, vammais- ja mielenterveysjärjestöjen yhteinen toimintatalo Tampereella.

LEGIOONATEATTERI

Teatteri- ja yhteisötoimintaa vaikeassa elämäntilanteessa oleville, päihdekuntoutujille ja nuorille.

MARIA AKATEMIA RY

Tukea naisille tunteiden, väkivallan, aggression ja elämän kriisien käsittelyyn.

Tampereen toimipiste...

Puutarhakatu 11 C, 4. kerros

MIELEN AVOIN OPISTO / RECOVERY COLLEGE

Kokemustietoa ja ammatillista tietoa yhdistäviä kursseja mielenterveydestä ja toipumisesta.

MIELEN AVOIN PAJA INSPIS

Avoin kohtaamis- ja toimintapaikka.

MIELEN IIDESHOVIN AVOIN TUPA

Matalan kynnyksen kohtaamispaikka ja ryhmätoimintaa.

MIELEN TAMMELAN LÄHITORI

Neuvontaa, ryhmiä ja yhteisöllistä toimintaa.

MIELEN RY

Mielenterveys- ja päihdekuntoutujien toimintaa, asumispalveluja, työpajatoimintaa ja sosiaalista kuntoutusta.

MIELENTERVEYDEN KESKUSLIITTO

Neuvontaa, vertaistukea, kursseja ja toimintaa mielenterveysongelmia kokeneille.

NAISTENKARTANO RY

Tukea naisille riippuvuuksiin, haitallisiin toimintamalleihin, ihmissuhteisiin ja elämänhallintaan.

NAUHA RY

Päihde-, mielenterveys-, asumis-, työllisyys- ja nuorisotyötä.

NAUHA RY – KARTANOLLA KOHDATAAN

Kohtaamispaikka- ja yhteisötoimintaa.

NAUHA RY – KAUKAJÄRVEN TOIMINTA

Alueellista kohtaamis- ja ryhmätoimintaa.

NAUHA RY – KOHTAAMISPAIKKA CALLIO

Matalan kynnyksen kohtaamispaikka.

NAUHA RY – MUKANA

Osallisuutta ja yhteisöllistä toimintaa.

NAUHA+

Tukea ja toimintaa päihde- ja mielenterveysongelmia kokeville.

NOUSEVA MIELI – SUOMEN SKITSOFRENIAYHDISTYS RY

Tietoa, vertaistukea ja toimintaa skitsofreniaan sairastuneille ja heidän läheisilleen.

NÄSINKULMAN KLUBITALO

Sopimusvuori ry:n yhteisö ja työpainotteinen kuntoutumisympäristö mielenterveyskuntoutujille.

PELIRAJATON

Vertaistukea ongelmallisesti rahapelaaville ja heidän läheisilleen.

PIRKANMAAN MIELENTERVEYS RY

Mielenterveyden edistämistä, kriisianttamista ja vapaaehtoistoimintaa. Ylläpitää Kriisikeskus Osviittaa.

PIRKANMAAN PÄIHDE- JA MIELENTERVEYSJÄRJESTÖJEN VERKOSTO PÄMI

Pirkanmaan alueen päihde- ja mielenterveysjärjestöjen yhteistyöverkosto.

PIRKANMAAN PÄIHDEPALVELUJÄRJESTÖT RY

Päihdetyötä tekevien järjestöjen yhteistyötä ja edunvalvontaa.

PRO-TUKIPISTE TAMPERE

045 265 0480

Matalan kynnyksen sosiaali- ja terveyspalveluja seksi- ja erotiikka-alalla työskenteleville sekä ihmiskaupan...
Aleksis Kiven katu 10 E 55, Tampere

RIKOKSETTOMAN ELÄMÄN TUKISÄÄTIÖ RETS

Tukea rikostaustaisille ja heidän läheisilleen, asumisen neuvontaa ja rikoksettomaan elämään kiinnittymistä.

SETLEMENTTI TAMPERE RY

Yhteisö-, nuoriso-, väkivalta-, maahanmuuttaja- ja kansalaistoimintaa.

SETLEMENTTI TAMPERE – KIUSATUT

Apua kiusaamista kokeneille.

SETLEMENTTI TAMPERE – MATTILA

Kansainvälinen kohtaamispaikka miehille ja pojille.

SETLEMENTTI TAMPERE – NAISTARI

Monikulttuurinen kohtaamispaikka naisille.

SETLEMENTTI TAMPERE – OMAVOIMA

Tukea neurokirjon aikuisille ja heidän läheisilleen.

SETLEMENTTI TAMPERE – TYTTÖJEN TALO

Tukea ja toimintaa tytöille ja nuorille naisille.

SETLEMENTTI TAMPERE – WIHREÄ PUU

Yhteisöllinen kohtaamispaikka Hervannassa.

SETLEMENTTI TAMPEREEN VÄKIVALTATYÖ

Apua lähisuhdeväkivallan eri osapuolille.

SILTA – KEIJO-KOKEMUSASIANTUNTIAKOULUTUS

Rikos- ja päihdetaustaisille tarkoitettua kokemusasiantuntijakoulutusta.

SILTA-VALMENNUSYHDISTYS RY

Päihde- ja rikostaustaisten kuntoutusta, asumisen tukea, työ- ja yksilövalmennusta sekä nuorten palveluja.

SOPIMUSVUORI RY

Mielenterveys- ja päihdetyötä, sosiaalista kuntoutusta, työtoimintaa ja klubitalotoimintaa.

SOSPED-SÄÄTIÖ

Kulttuuriin, vertaistukeen ja sosiaaliseen osallisuuteen perustuvaa toimintaa.

SYÖMISHÄIRIÖLIITTO SYLI RY

Neuvontaa, vertaistukea ja toimintaa syömishäiriötä sairastaville, oireileville ja läheisille.

TAIMI RY

Mielenterveysyhdistys, joka järjestää kohtaamispaikka-, vertaisryhmä- ja virkistystoimintaa.

Koulukatu 11, Tampere

TAMPEREEN A-KILTA RY

Päihteetöntä vertaistukea, kuntoutusta, asumisen tukea ja kohtaamispaikkatoimintaa.

TAMPEREEN A-KILTA – HERVANNAN YHDYSKUNTATUPA

TAMPEREEN A-KILTA – HÄRMÄLÄTUPA

TAMPEREEN A-KILTA – KARTANOTUPA

TAMPEREEN ENSI- JA TURVAKOTI RY

Apua lähisuhdeväkivaltaan, perhekriiseihin, vauva- ja lapsiperheiden ongelmiin sekä turvallisen asumisen...

VALO-VALMENNUSYHDISTYS RY

Päihdekuntoutusta, asumisen tukea, työpajoja, valmennusta ja nuorten Starttipaja-toimintaa.

VIADIA PIRKANMAA RY

Ruoka-apua, kohtaamispaikkoja, asunnottomuustyötä, päihdetyötä ja kuntouttavaa työtoimintaa.

YAD YOUTH AGAINST DRUGS RY

Nuorten ehkäisevää huumetyötä, vertaistoimintaa, vapaaehtoistoimintaa ja huumeisiin liittyvää neuvontaa.

VERTAISTUKIRYHMÄT TAMPEREELLA

AA – NIMETTÖMÄT ALKOHOLISTIT

Vertaistukiryhmiä ihmisille, jotka haluavat lopettaa alkoholin käytön.

ACA / AAL – ALKOHOLISTIEN AIKUISET LAPSET

Vertaistukea ihmisille, jotka ovat kasvaneet alkoholismista tai muusta perheen toimintahäiriöstä kärsineessä...

AL-ANON

Vertaistukea ihmisille, joiden läheisen alkoholin käyttö aiheuttaa huolta tai haittaa.

FINFAMI PIRKANMAAN VERTAISRYHMÄT

Mielenterveys- tai päihdeongelmia kokevien ihmisten läheisille.

GA / NIMETTÖMÄT PELURIT

Vertaistukea rahapeliongelmaista toipuville.

IRTI HUUMEISTA RY:N LÄHEISRYHMÄT

Vertaistukea huumeita käyttävien ihmisten vanhemmille, puolisoille, sisaruksille ja muille läheisille.

KRIS-TAMPEREEN VERTAISRYHMÄT

Päihde- ja rikostaustaisille sekä vankilasta vapautuville.

MIELENTERVEYDEN KESKUSLIITON VERTAISRYHMÄT

Mielenterveysongelmia kokeneille ja kuntoutujille.

NA – NIMETTÖMÄT NARKOMAANIT

Vertaistukiryhmiä ihmisille, joille huumeiden tai muiden päihteiden käytöstä on muodostunut ongelma.

NAR-ANON

Vertaistukea huumeita käyttävien ihmisten läheisille.

PELIRAJATON

Vertaistukea ongelmallisesti rahapelaaville ja heidän läheisilleen.

SYÖMISHÄIRIÖLIITON VERTAISTUKIRYHMÄT

Syömishäiriötä sairastaville, oireileville ja heidän läheisilleen.

TAIMI RY:N VERTAISRYHMÄT

Mielenterveyskuntoutujille ja muille mielenterveyden haasteita kokeneille.

TAMPEREEN A-KILLAN VERTAISRYHMÄT

Päihteettömään elämään pyrkiville ja päihteistä toipuville.

UUDET KOKEMUKSET TÄLLÄ VIIKOLLA

Ei uusia kokemuksia tällä viikolla.



Haluatko selata kaikkia kokemuksia tai jakaa omasi? Suuntaa sivustolle: <https://kuntoutus.info>

TAMPEREEN NA-RYHMÄT

Nimettömät Narkomaanit on pitkäikäinen kansainvälinen yhteisö joka tarjoaa vertaistukea huumeidenkäyttäjille jotka pyrkivät päihteettömään elämään.

NA (Narcotics Anonymous) ryhmiä on myös paljon Tampereella ja jokainen joka kokee käyttönsä olevan ongelma on tervetullut käymään ryhmissä ja lähteä saa yhtä vapaasti.

Yleensä ryhmissä toivotaan että ei puhuisi ryhmän ollessa käynnissä jos on päihtyneenä, mutta paikalle saa tulla ja jutella muiden kanssa ennen ryhmää ja sen jälkeen.

MAANANTAI

KLO 17:00 • NA-AURINKO Kisakentänkatu 18 (Pyynikin seurakuntatalo)

KLO 17:00 • NA-VALONKANTAJA Lähteenkatu 11 N

KLO 18:00 • NA-LIEKKI Riipuksenkatu 13

KLO 19:00 • AMOUR Lähteenkatu 11 N

TIISTAI

KLO 11:00 • NA-HYVÄ TAHTO Kisakentänkatu 18

KLO 17:00 • NA-3 Messukylänkatu 36

KLO 17:30 • NA-KATKO Vipusenkatu 6

KLO 19:00 • AMOUR Lähteenkatu 11 N

KESKIVIIKKO

KLO 17:00 • NA-TORNI Kisakentänkatu 18

KLO 18:30 • NA-VALONKANTAJA Lähteenkatu 11 N

TORSTAI

KLO 13:00 • AMOUR Lähteenkatu 11 N

KLO 17:00 • NA-3 Messukylänkatu 36

KLO 19:00 • AMOUR Lähteenkatu 11 N

PERJANTAI

KLO 18:00 • AMOUR Lähteenkatu 11 N

KLO 19:00 • NA-MULTSU Multisillankatu 5

KLO 20:00 • NA-VALONKANTAJA Lähteenkatu 11 N

LAUANTAI

KLO 11:00 • NA-ELÄMINEN PUHTAANA Pispalan valtatie 16

KLO 17:00 • NA-SATEENKAARI Kisakentänkatu 18

KLO 18:00 • AMOUR ASKELTYÖ Lähteenkatu 11N

KLO 19:00 • NA-UUSIALKU Pitkänienmenkatu 9

KLO 19:15 • NA-HYVÄ TAHTO Kisakentänkatu 18

KLO 21:00 • AMOUR Lähteenkatu 11 N

SUNNUNTAI

KLO 11:00 • NA-TORNI Kisakentänkatu 18

KLO 12:00 • NA-HERVANTA Lindforsinkatu 7

KLO 18:00 • AMOUR Lähteenkatu 11 N

KLO 19:00 • NA-ROTVALLI Tampereen Valtatie 23



HALUATKO KIRJOITUKSESI SEURAAVAAN LEHTEEN?

Ota yhteyttä sähköpostitse: trekayttajayhteiso@proton.me

Tai pyydä lehden jakajaa kirjaamaan ylös kuulumisesi!



KYNTTILÄ PIMEYDESSÄ