

Myllyhoitoyhdistys ry

Annankatu 29 A 9
00100 Helsinki

myka@myllyhoito.fi
puh. 03 884 840 (arkisin 9-15)

www.myllyhoitoyhdistys.fi

 @myllyhoitoyhdistysry

 @myllyhoitoyhdistys_ry

 @myllyhoito

Myllyhoitoyhdistys

Myllyhoitoyhdistys on sitoutumaton valtakunnallinen asiantuntija- ja kansalaisjärjestö. Yhdistyksen tavoitteena on riippuvuuksien ehkäiseminen, päihderiippuvuuteen tai muihin haitallisiin riippuvuuksiin sairastuneiden ja heidän läheistensä auttaminen sekä toipumiskeskeisen riippuvuushoidon kehittäminen.

Välitämme tietoa riippuvuuksista ja järjestämme toimintaa riippuvuuteen sairastuneille ja läheisille.

Tarvitsetko sinä tai läheisesti apua riippuvuudesta toipumiseen?

Löydät nettisivuiltamme Suomessa toimivat 12 askeleeseen pohjaavat toipumiskeskeiset hoitopaikat.

WWW.MYLLYHOITTOYHDISTYS.FI



Myllyhoito-
yhdistys

Toipumiskeskeinen Myllyhoito

Myllyhoito on Yhdysvalloista lähtöisin oleva 12 askeleen mukaisen päihteettömän päihdetyön muoto. Nykyisin 12 askeleen ammatillista soveltamista harjoittavista yhteisöllisistä riippuvuushoidoista puhutaan usein toipumiskeskeisinä hoitomuotoina.

TOIPUMISKESKEISESSÄ HOIDOSSA:

- Riippuvuus on sairaus, josta on mahdollista toipua.
- Vertaistuki on keskeistä riippuvuudesta toipumisessa, sillä päihdesairaudesta on vaikea toipua yksin. Vertaistuen piiriin ohjataan jo hoidon aikana.
- Sovelletaan 12 askeleen ohjelmaa ammatillisesti. Ohjelma kannustaa esimerkiksi rehellisyyteen, oman voimattomuuden myöntämiseen suhteessa riippuvuuteen sekä anteeksipyyntöön.
- Tiedostetaan, että haitallinen riippuvuus voi ilmetä joko aineellisenä tai toiminnallisena riippuvuutena.
- Riippuvuutta ei nähdä kenenkään syynä.
- Sairastuneen motivaatio hoidon aloittamisen hetkellä ei määrää hoidon lopputulosta.
- Huomioidaan yleensä myös toipujan läheiset osana hoitoa.

Hankkeet ja ohjelmatyö

STEAN RAHOITTAMAT

VAPAAUS TUO VASTUUN -OHJELMA

Vapaus tuo vastuun on ehkäisevän työn ohjelma nuorille. Ohjelmassa järjestetään työpajoja 12-17 vuotiaille koululaisille elämänhallintaan, sosiaaliseen mediaan, riippuvuuksiin ja oman hyvinvoinnin tukemiseen liittyen. Työpajoissa käydään keskustellen läpi nuoruusiän riskitekijöitä riippuvuuksien näkökulmasta.

Lisätietoja: ohjelmapäällikkö Mikko Cederberg, mikko.cederberg@myllyhoito.fi

RUOKA JA RIIPPUVUUS -HANKE

Ruoka ja riippuvuus -hanke (2018–2020) tarjoaa tukea ja apua hallitsemattomasta syömisestä kärsiville ryhmätoiminnan kautta, sekä kouluttaa sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisia ruokaan ja syömiseen kohdistuvasta riippuvuudesta. Lisäksi tavoitteena on lisätä yhteiskunnallisten toimijoiden tietoisuutta ruokariippuvuudesta.

Lisätietoja: projektipäällikkö Marianne Luojola, marianne.luojola@myllyhoito.fi

TIETOISESTI KOHTI PAREMPAA -HANKE

Tietoisesti kohti parempaa -hanke (2019–2021) tarjoaa matalan kynnyksen valmentavaa, vertaistuellista ryhmätoimintaa päihde- ja muista riippuvuuksista kärsiville aikuisille sekä heidän läheisilleen Kainuun alueella. Lisäksi hankkeessa järjestetään koulutusta, luennointia ja tiedotusta sosiaali- ja terveydenhuoltoalan ammattilaisille sekä oppilaitoksille.

Lisätietoja: projektikoordinaattori Piia Sumupuu, piia.sumupuu@myllyhoito.fi

VIESTINTÄ- JA VAIKUTTAMISTYÖ

Viestintä- ja vaikuttamistyön tavoitteena on edistää toipumiskeskeistä työtettä sekä lisätä tietoisuutta riippuvuudesta sairautena, josta voi toipua. Tarkoituksena on ehkäistä riippuvuuksia ja ohjata riippuvuuteen sairastuneet avun piiriin. Myllyhoitoyhdistyksen koordinoima TOIVE-verkosto tavoittaa yli kymmenen toipumiskeskeistä päihdehoitoa edistävää toimijaa.

Lisätietoja: viestintäsuunnittelija Inka Lähteenaro, inka.lahteenaro@myllyhoito.fi

OMAVARAINEN TOIMINTA

VALMENNUKSET

Myllyhoitoyhdistys järjestää yhteisöille ja yrityksille monipuolisia valmennuksia riippuvuusilmiöstä. Yhdistyksellä on yli 30 vuoden kokemus riippuvuuksien ehkäisemiseen ja kohtaamiseen liittyvästä kouluttamisesta.

Lisätietoja: toiminnanjohtaja Minna Ekholm, minna.ekholm@myllyhoito.fi