

# TAMPEREEN SYLI-KESKUS

## OHJELMA TOUKO-ELOKUU 2019

<b>MAANANTAI</b>	<p><b>Syömishäiriöliiton tukipuhelin klo 9-15 puh. 02 251 9207.</b> Puhelimeen vastaavat Syömishäiriöliiton työntekijät.</p> <p><b>Vertaistukiryhmä syömishäiriöön sairastuneen läheisille 20.5, 17.6 ja 19.8 klo 18-20.</b> Läheisten ryhmä on tarkoitettu kaikille syömishäiriöön sairastuneista läheisistään tai läheisen oireilusta huolta kantaville ihmisille, jotka haluavat keskustella ja vaihtaa kokemuksiaan samassa tilanteessa olevien perheiden kanssa. Virallisia diagnooseja ei tarvita! Ryhmään ovat tervetulleita niin vanhemmat, isovanhemmat, puoliset kuin sisarussetkin. Ryhmässä saattaa vieraila asiantuntijoita ja tarvittaessa käsitellään toivottuja teemoja. Etukäteisilmoittautumista ei tarvita, ja ryhmään voi tulla millä kerralla hyvänsä. Ryhmää vetävät vertaisohjaajat. <b>Lisätietoja: tampere@sisasuomensyli.fi. Laita viestin otsikoksi LÄHEISET.</b></p>
<b>TIISTAI</b>	<p><b>Välipalapuuro klo 14-15</b> SYLI-keskus tarjoaa välipalan ennen kahvihetkeä. Voit tulla vain käymään tai jäädä koko iltapäiväksi! Kaikille avoin. Joka tiistai.</p> <p><b>Kaikille avoin kahvihetki klo 15-17</b> Tervetuloa kahvihetkeen juttelemaan, tutustumaan, tai vaikka vain kupilliselle kuumaa juomaa. Voit tulla vain piipahtamaan tai viipyä koko kaksituntisen. Joka tiistai.</p>
<b>KESKIVIIKKO</b>	<p><b>Avoin ryhmä syömishäiriöstä sairastuneille klo 17-18:30 joka toinen keskiviikko. Kokoontumiset 15.5 ja 29.5, 12.6 (HUOM! 12.6 poikkeuksellinen kokoontumisaika klo 18-19:30), 26.6, 10.7, 24.7, 7.8, 22.8.</b> Avoimeen vertaistukiryhmään ovat tervetulleita kaikki, jotka kokevat tai ovat kokeneet haastavana suhteensa ruokaan tai syömiseen—virallisia diagnooseja ei tarvita. Ryhmässä jaetaan kokemuksia ja keskustellaan mieltä askarruttavista asioista. Mukaan saa tulla myös nimettömänä, tai vain seuraamaan ryhmän toimintaa. Halutessasi voit myös ottaa yhteyttä ryhmän ohjaajiin ennen tapaamista. Ryhmässä on aina vertaisohjaaja paikalla. <b>Lisätietoja: tre@sisasuomensyli.fi. Laita viestin otsikoksi SAIRASTUNEET.</b></p>
<b>TORSTAI</b>	<p><b>Kaikille avoin kahvihetki klo 13-15</b> Tervetuloa kahvihetkeen juttelemaan, tutustumaan, tai vaikka vain kupilliselle kuumaa juomaa. Voit tulla vain piipahtamaan tai viipyä koko kaksituntisen. Joka torstai.</p> <p><b>SYLI-chat 18-19:30 Tukinet.net.</b> Keskustelua elämästä, arjesta, syömisestä, tunteista... Joka torstai! Keskustelua ohjaavat Syömishäiriöliiton kokemusasiantuntijat.</p>



SYLI-keskukselta saat tietoa ja tukea syömishäiriöihin liittyen. Järjestämme toimintaa yhdessä Sisä-Suomen SYLI ry:n kanssa. Toivotamme tervetulleiksi kaikenlaiset ihmiset ikään ja sukupuoleen katsomatta. Diagnoosia syömishäiriöstä ei tarvita.

Toimitilamme sijaitsevat Tampereen Hämeenpuistossa, **os. Hämeenpuisto 43-45, 33200 Tampere.** Käynti sisäpihan kautta. Voit myös seurata meitä Facebookissa ja Instagramissa @sylikeskustampere.

Voit ottaa yhteyttä:  
**Sanna.kuittinen@syomishairoiliitto.fi tai puh. 045 845 9210**



Tutustu nettisivuihimme ja tapahtumakalenteriimme: [syomishairoiliitto.fi](http://syomishairoiliitto.fi)