

MOVEdigi Pirkanmaa -hanke tarjoaa vertaistukiryhmän :

# Säröistä voimaksi polku kiusaamisen varjoista vapauteen

ViaDia Pirkanmaan ry:n Kangasalan toimipistellä  
(*Artturintie 14, Kangasala*).

Kiusaaminen on henkistä väkivaltaa, joka jättää syvät jäljet niin kiusattuun kuin kiusaajaankin, mutta siitä on mahdollista selvitä. Ryhmässä käsitellään aihetta monesta eri näkökulmasta erilaisten materiaalien, keskustelun, vertaistuellisen jakamisen ja harjoitusten avulla.

## Aikataulu ja teemat:

- ma 15.6. klo 11-13 Kiusaaminen ja henkinen väkivalta
- to 18.6. klo 11-13 Yksilöiden ja ryhmän vastuu,  
vaikutus ja roolit kiusaamisessa
- ma 22.6. klo 11-13 Kiusaamisen seuraukset ja oireilu
- to 25.6. klo 11-13 Kiusaamisesta selviytyminen, oma tarina
- ma 29.6. klo 11-13 Anteeksiantaminen, irti päästäminen

Ryhmän tavoitteena on löytää ja saada työkaluja omaan toipumiseen ja irti päästämiseen sekä sen myötä oman hyvinvoinnin ja vapauden lisääntymiseen. Tämän vaikean asian läpikäyminen voi muuttua voimavaraksi ja mahdollistaa myös toisten vastaavaa kokeneiden tukemisen tulevaisuudessa.

**TERVETULOA ROHKEASTI MUKAAN!**

**Ilmoittautuminen viimeistään 5.6.2026:**

[leena.siintoharju@viadia.fi](mailto:leena.siintoharju@viadia.fi)

p. 050 501 7025

[anna.vironen@viadia.fi](mailto:anna.vironen@viadia.fi)

p. 050 313 6513



Kuva: iStock/Adobe Stock/ Education License

Lue lisää hankkeesta:

[projects.tuni.fi/movedigi](https://projects.tuni.fi/movedigi)



**Euroopan unionin  
osarahoittama**