



## Yhteystiedot

**Vahvasti tukien -kuntoutus**  
Sturenkatu 11, 00510 Helsinki

Kalliolan Setlementti ry

**Kaisa Liinanto**

041 527 1994

kaisa.liinanto@kalliola.fi

**Ritva Nikkilä**

050 433 3110

ritva.nikkila@kalliola.fi

**Antti Puustinen**

045 7730 4203

antti.puustinen@kalliola.fi

**www.kalliola.fi**

Vahvasti tukien -kuntoutus on osa Kallion Setlementtiä, joka on tarjonnut uusia alkuja jo vuodesta 1919. Kuntoutusta rahoittaa Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskus (STEA).

**Kalliola**

**VAHVAT**

**Kalliola**

**VAHVAT**

**Vahvasti tukien**  
päihdekuntoutusta  
rikostaustaisille



## Mikä ihmeen Vahvat?

Vahvasti tukien on **rikostaustaisille tarkoitettu maksuton päihdekuntoutus** Helsingissä. Vahvoissa tuetaan rakentamaan hyvää, oman näköistä elämää. Kuntoutuksessa käsitellään mm. muutosta, itsetuntemusta, tunnesäätelytaitoja, hyvinvointia, riippuvuuksien hallintaa ja ihmissuhteita. Kuntoutuksessa keskitytään jokaisen vahvuuksiin ja **rakennetaan tulevaisuutta Hyvän elämän mallin pohjalta**. Tutustumme päihteettömään ja rikoksettomaan elämään eri järjestöjen ja kunnan tarjoamien palvelujen sekä harrastusmahdollisuuksien kautta.

## Kenelle Vahvat sopii?

**Jos haluat irrottautua haitallisesta päihteiden käytöstä ja rikollisesta elämästä sekä olet valmis työskentelemään näiden tavoitteiden eteen, niin Vahvat on juuri oikea paikka sinulle. Kuntoutukseen voi osallistua vankilasta, valvotusta koevapaudesta tai vapaudesta käsin tai osana yhdyskuntaseuraamusta. Mukaan ovat tervetulleita täysi-ikäiset kotikunnasta, sukupuolesta tai rikostaustasta riippumatta. Myös korvaushoidossa olevat voivat osallistua kuntoukseen työntekijöiden yksilöllisen arvion mukaan.**

## Miten homma toimii käytännössä?

Kuntoutus tapahtuu **pienryhmissä**, jotka kokoontuvat **maanantai-, keskiviikko- ja perjantaipäivisin** Helsingissä. Kuntoutukseen osallistuminen edellyttää sitoutumista kuntoutusryhmissä käymiseen sekä päihteettömyyteen. Kuntoutuksen kesto muotoutuu asiakkaan tarpeiden mukaan. Keskimääräinen **kuntoutusjakso kestää 2–4 kuukautta**. Ryhmän lisäksi tarjoamme **yksilötapaamisia** noin kaksi kertaa kuukaudessa oman työntekijän kanssa. Mikäli ryhmäkuntoutus ei ole sinulle sopiva vaihtoehto, tiedustele mahdollisuutta yksilötyöhön.

## Vähän kiinnostaisi, pääsisinkö mukaan?

Kuntoutukseen on **jatkuva haku** ja **aloittamisajan kohta sovitaan yksilöllisesti**. Hakeutuminen tapahtuu vankilan työntekijän kautta tai verkkosivuiltamme tulostettavalla hakemuksella. Hakemuksessa kerrotaamme hakijan taustaa, toiveita ja motivaatiota. Kaikkiin hakemuksen lähettäneisiin ollaan yhteydessä ja heidät haastatellaan henkilökohtaisesti. Tervetuloa kääntämään uusi sivu elämässäsi!