



Disso ry

VERTAISKAHVILAT

Yhdessä – avoimesti – turvallisesti

Disso ry:n vertaiskahvilat ovat kokoontumisia, joissa voimme viettää rennosti aikaa vertaisten kesken ja jakaa toipumiskokemusta. Kahvilat eivät ole ohjattuja vertaistukiryhmiä eivätkä terapiaa.

Kaikille turvallisen tilan varmistamiseksi sitoudumme kahvilaan osallistuessamme seuraaviin periaatteisiin:

1. **Yksityisyys:** Emme levitä tietoa osallistujien henkilöllisyydestä tai yksityisasiosta kahvilan ulkopuolelle.
2. **Turvallinen jakaminen:** Voimme puhua vapaasti elämästämme, mutta jätämme traumaattisten tapahtumien ja äärimmäisten tunnetilojen käsittelyn terapiaan, jotta emme triggeröisi muita osallistujia. Keskitymme tähän päivään.
3. **Koskemattomuus ja rajat:** Kunnioitamme toisten fyysisiä ja psyykkisiä rajoja ja omaa tilaa. Emme kysele yksityisiä asioita emmekä kosketa ilman lupaa. Annamme kaikille tilaa puhua.
4. **Erilaisuuden kunnioittaminen:** Kaikki ovat tervetulleita kahvilaan sellaisena kuin ovat, emmekä oleta tai kyseenalaista kenenkään identiteettiä.
5. **Päihteettömyys:** Emme tule kahvilaan päihtyneinä.



welcome