

# Ryhmän ohjelma

1. Tervetuloa Pelirajat´on-ryhmään (avoin ryhmäkerta)
2. Toiveet ja odotukset (avoin ryhmäkerta)
3. Rahapeliongelma ja pelaamisen syyt
4. Pelaamisen seuraukset, tarinat
5. Ratkaisut
6. Muutostyö
7. Ihmissuhteet
8. Oma jaksaminen ja hyvinvointi
9. Retkahdus vai lipsahdus?
10. Muutoksen ylläpitäminen
11. Arviointi
12. Ryhmän lopettaminen - katse tulevaisuuteen

## Muista!

Lisätukea saat mm. Pelirajat´on-chatista tai vertaispuhelimesta. Monipuolista tukea on tarjolla myös läheisille:

[pelirajaton.fi](http://pelirajaton.fi)

