

## HELPOMPI TAPA... KOHTUUTEEN



## Esimerkki käyttämisestä

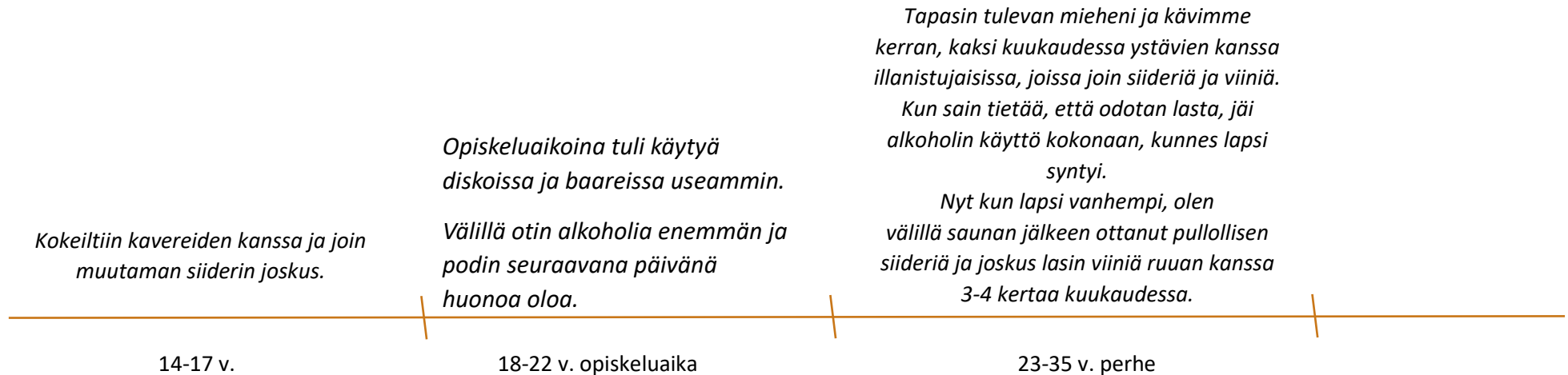
### JUOMATAPANI

#### Viinanvirta. Miten alkoholi on kuulunut elämäsi eri vaiheisiin?

Piirrä elämäsi kuvaava viiva eli virta. Jaottele se itsellesi sopiviin elämänjaksoihin, itsellesi sopivalla tavalla (voit käyttää ikävuosia tai sanallista kuvausta, esim. "18-25 vuotta" tai "nuoruus ennen perheen perustamista"). Jos et hahmota elämäsi virraksi, käytä piirakkaa tai muuta kuviota vaiheiden kuvaamiseen.

Miten alkoholin käyttö on liittynyt eri vaiheisiin? Kirjaa se haluamallasi tavalla.

#### Kati 35 v:



## HELPOMPI TAPA... KOHTUUTEEN



## JUOMATAPANI

### Viinanvirta. Miten alkoholi on kuulunut elämäsi eri vaiheisiin?

Piirrä elämäsi kuvaava viiva eli virta. Jaottele se itsellesi sopiviin elämänjaksoihin, itsellesi sopivalla tavalla (voit käyttää ikävuosia tai sanallista kuvausta, esim. ”18-25 vuotta” tai ”nuoruus ennen perheen perustamista”). Jos et hahmota elämäsi virraksi, käytä piirakkaa tai muuta kuviota vaiheiden kuvaamiseen.

Miten alkoholin käyttö on liittynyt eri vaiheisiin? Kirjaa se haluamallasi tavalla.