

Tarjolla koulutusta: **Tunne voimavarasi - vertaisryhmämalli**

10.11.2022 klo 9–12

tai

30.11.2022 klo 13–16

verkossa, Teams-alustalla



Koulutuksessa (3 h) perehdytään Tunne voimavarasi -hankkeessa kehitettyyn vertaisryhmämalliin ikääntyville omaishoitajajaisille. Vertaisryhmämalli on viiden tapaamisen kokonaisuus, ja jokaisella tapaamisella on oma teemansa. Keskiössä on omien tarpeiden ja tunteiden tunnistaminen, tunnesäätely, rajojen asettaminen sekä voimavarat.

Osallistumalla ohjaajapäivään saat ohjaajan materiaalin sekä valmiudet Tunne voimavarasi -ryhmän toteuttamiseen. Ryhmämallia voi hyödyntää joko sellaisenaan, soveltaen eri kohderyhmille tai poimimalla yksittäisiä teemoja ja harjoituksia osaksi muita ryhmiä tai toimintaa.

Ohjaajapäivä sisältää:

- Taustoitusta tunteista ja tunnesäätelystä sekä kaltoinkohtelun ilmiöstä
- Katsauksen ryhmän tavoitteisiin, teemoihin, menetelmiin ja käytännön toteutukseen
- Ryhmämalliin sisältyviä harjoituksia ja tehtäviä
- Keskustelua ryhmämallin erilaisista käyttömahdollisuuksista

Ilmoittautumiset: <https://q.surveypal.com/Tv-vertaisryhmamallin-koulutukset>

Tilaisuuden toteutuksesta vastaavat Tunne voimavarasi -hankkeen työntekijät Elina Koponen, Henriikka Laurola ja Päivikki Inkerinniemi.

Lämpimästi tervetuloa mukaan!

Lisätietoja:

Päivikki Inkerinniemi, hankekoordinaattori, Miina Sillanpään Säätiö, paivikki.inkerinniemi@miinasillanpaa.fi

puh. 044 706 01 76

Lue lisää Tunne voimavarasi -hankkeesta: www.tunnevoimavarasi.fi

**Tunne
voimavarasi.**