

## Hengitysliiton monimuotoinen vertaistoiminta – minä mukana toimijana

**Aika** 9.-10.4.2022

**Paikka** Scandic Tampere City, Rautatienkatu 18 (sisäänkäynti)  
[Katso sijainti](#) ja [pysäköinti](#)



### Kohderyhmä

Hengitysliiton kouluttamat kokemustoimijat, vertaistukijat, vertaispuhelinpäivystäjät, verkkovertaisohjaajat ja hengitysyhdistyksissä toimivat vertaisohjaajat.

### Koulutuksen tavoitteena on

- ymmärtää Hengitysliiton vertaistoiminnan kentän ja oman toimintansa merkityksen kokonaisuudessa
- kehittää yhdessä Hengitysliiton vertaistoimintaa
- saada työkaluja ohjaajana toimimiseen
- saada eväitä omaan jaksamiseen
- tutustua muihin vertais- ja kokemustoimijoihin.

### Kouluttajat

Kouluttajina toimivat Merja Matilainen, Teija Eskola Mielenterveyden Keskusliitosta sekä Hengitysliiton asiantuntijat Eeva Palmroos, Hanna-Leena Kärkkäinen, Helena Narkilahti, Marika Kiikala-Siuko, Pirkko Moisio, Päivi Suuniittu ja Sari Mäki.

### Hinta

Koulutus, majoitus ja ohjelmaan merkityt tarjoilut ovat maksuttomia. Matkakustannukset korvataan halvinta julkista kulkuneuvoa käyttäen. Oman auton käyttö on mahdollista perustellusta syystä. [Matkustussääntö](#).

### Hakeminen

Paikkoja rajoitetusti. Hae **16.3.2022 mennessä** täyttämällä [sähköinen hakulomake](#).

Lisätietoa hakijoille lähetetään 18.3.2022 mennessä.

### Peruminen

Jos joudut perumaan osallistumisesi, ilmoita siitä mahdollisimman pian [hanna-leena.karkkainen@hengitysliitto.fi](mailto:hanna-leena.karkkainen@hengitysliitto.fi), puhelin 050 561 8390.

Perumisen voi tehdä kuluitta kaksi viikkoa ennen koulutusta. Mikäli osallistuminen perutaan tämän jälkeen, Hengitysliitto perii osallistujilta 60 euroa. Mikäli peruminen johtuu terveydellisistä syistä, osallistumisen perumisesta ei aiheudu kuluja.

#### **Ohjelma 9.4.**

	Hotellin aamiainen (myös ei majoittuville)
9.00	Meitä on paljon – kuka sinä olet? - Tutustumista, työvälineitä ja menetelmiä
10.45	Jaloittelutauko, orientoituminen seuraavaan ohjelmanumeroon
11.00	Flash mob
12.00	Lounas
13.00	Miten vahvistan vertaisen toivoa – johdanto Teija Eskola ja Merja Matilainen, Mielenterveyden Keskusliitto
15.00	Kahvitauko
15.30	Miten herätän toivon ja lisään toivoa – ryhmätyöskentelyä Teija Eskola ja Merja Matilainen
17.00	Koulutus päättyy
18.00	Päivällinen

#### **Ohjelma 10.4.**

	Hotellin aamiainen (myös ei majoittuville)
9.00	Vapaavalintaiset työpajat tehtävittäin: Kokemustoimijat, vertaisohjaajat, vertaistukijat, verkkovertaisohjaajat Ideoidaan ja harjoitellaan vapaaehtoistoimintaa eri menetelmillä tai näkökulmista. Jos sinulla on useampi rooli, saat itse valita työpajan. Kysymme valintasi tammikuussa samalla, kun vahvistamme osallistumisesi.
11.30	Tauko, huoneiden luovutus
12.00	Lounas
13.00	Oman elämäkokemuksen hahmottaminen, kokemukset voimavaraksi Ennakkotehtävä (annetaan tammikuussa osallistumisvahvistuksen yhteydessä) Vertaisvoimalla eteenpäin!
14.30	Iltapäiväkahvi Hyvää kotimatkaa!

Ohjelman sisältö ja aikataulut viitteellisiä, muutokset mahdollisia!