

Hengitysliiton monimuotoinen vertaistoiminta – voimallista vertaisuutta

Aika perjantai 10.2. – sunnuntai 12.2.2023

Paikka **Scandic Kuopio**, Satamakatu 1, 70100 Kuopio

Kohderyhmä

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



Koulutuksen tavoitteena on

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

Kouluttajat

Kouluttajina toimivat

Sari Marita Ikäheimo, Sopusointu Hyvinvointipalvelut ja Hengitysliiton asiantuntijat: Hanna-Leena Kärkkäinen, Helena Narkilahti, Marika Kiikala-Siuko, Pirkko Moisio, Päivi Suuniittu, Sari Mäki ja Kiti Haukilahti.

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 **15.01.2023 mennessä** täyttämällä [sähköinen hakulomake](#).

Lisätietoa hakijoille lähetetään 20.01.2023 mennessä.

Peruminen

Jos joudut perumaan osallistumisesi, ilmoita siitä mahdollisimman pian helena.narkilahti@hengitysliitto.fi, p. 0400 558 416.

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

Perjantai 10.2.2023

Saapuminen

Lauantai 11.2.2023

Hotellin aamiainen (myös ei majoituville)

09.00 Keitä olemme?

10.00 Ryhmäkeskustelu (jako pienryhmiin rooleittain)

Minkälaiset asiat askarruttavat? Mitä on mielessä juuri nyt?

12.30 Lounas

13.30 Arvostavia kohtaamisia vertaisaktiivin arjessa

Sopusoinnuttaja Sari Marita Ikäheimo, SopuSointu Hyvinvointipalvelut

15.00 Kahvitauko

15.30 Arvostavia kohtaamisia vertaisaktiivin arjessa, jatkuu

16.30 Koulutus päättyy

18.00 Päivällinen

Sunnuntai 12.2.2023

Hotellin aamiainen (myös ei majoituville)

09.00 Tunnelmat eiliseltä

9.30 Itselle tärkeiden arvojen vahvistaminen omassa elämässä

Kiti Haukilahti, Teams

Asiantuntija, Koronasta kuntoon- hanke,

11.30 Huoneiden luovutus

12.00 Mukavaa ja kevyttä!

12.30 Lounas

Hyvää kotimatkaa!

Alustavan ohjelman sisältö ja aikataulut viitteellisiä, muutokset mahdollisia!

Tervetuloa!