

Maksuton
tapahtuma



Veturipäivät

Liikkumisen ja luovuuden poluilla

Haluatko uusia ideoita vertaisena ja kokemusasiantuntijana toimimiseen? Voisiko sanoilla leikkiminen olla sinun juttusi? Löytyisikö luonnosta uutta energiaa? Haluatko verkostoitua toisten vertaisten kanssa?

Vertaisohjaajana ja kokemusasiantuntijana tulee tilanteita, joissa haluaa kehittää omaa luovuuttaan ja saada uusia ideoita. Miten kehittää itseään? Kuinka saada toimintaan mukaan kirjoittamisen iloa tai luonnosta ja liikkumisesta uutta energiaa? Tuntuuko, että olisi tarvetta saada kokoontua vertaisten kesken?

Veturipäivillä tähän kaikkeen on mahdollisuus! Harjoittelemme yhdessä uusia toiminnallisia menetelmiä, haemme lisää jaksamista liikkumalla luonnossa sekä tapaamalla toisiamme.

Osallistujat pääsevät mukaan kolmeen erilaiseen työpajaan:

1. Sanan ja kuvan polku
2. Liikkumisesta ja luonnosta energiaa itselle ja toisille
3. Voimaa vertaisuudesta

Lisäksi vaihdamme keskenämme kokemuksia, ajatuksia ja ideoita. Ja totta kai myös virkistäydymme.

Kenelle?

Mielenterveyden keskusliiton ja jäsenyhdistystemme jo toiminnassa oleville vertaisohjaajille ja -neuvojille sekä kokemusasiantuntijoille, jotka kaipaavat tukea jaksamiseen sekä työvälineitä toiminnan ja itsensä kehittämiseen.

Tampere

Kurssipäivät: 14.9.–15.9.

Kellonajat:

Ke 14.9. aloitamme lounaalla klo 11.00 ja To 15.9. lopetamme klo 15

Paikka: Varalan urheiluopisto, Varalankatu 36, Tampere

Kouluttajat: Kati Rantonen, Tarja Tikkanen, Päivi Tonteri ja Nina Tuittu, Mielenterveyden keskusliitto sekä vertaisohjaajat

Mukaan mahtuu: 24

Hae mukaan viimeistään: 26.8.

Mahduinko?

Ilmoitamme sinulle 30.8.

Mitä maksaa? Osallistuminen on maksutonta ja sisältää täysihoidon: majoittuminen 2 hh huoneissa 14.9.–15.9. Mikäli tarvitset majoittumista 13.9–14.9. väliselle yölle, vastaat yöpymisen varaamisesta ja kuluista itse.

Korvaamme osallistujien matkakulut julkisella liikenteellä.

Mitä maksaa? Ei mitään!

Lue lisää:

www.mtkl.fi/tapahtumakalenteri
(Hae: kurssin nimellä)



Mielenterveyden
keskusliitto

