

Maksuton
verkko-
kurssi

Uusia näköaloja ja työkaluja kohtaamiseen

- Tanssi-liiketerapia ja avoin dialogi mielenterveyden voimavaroina

Kutsumme sinut viettämään kanssamme Avoimen dialogin aamupäivää! Tule mukaan saamaan uusia eväitä laadukkaaseen kohtaamiseen. Voit osallistua koko päivään tai vain aamu- tai iltapäivän osioon.

Aamupäivä 10–12

Kurssilla käymme läpi avoimen dialogin syntyhistoriaa ja tarkastelemme sen keskeisiä elementtejä. Keskustelun lomassa teemme pienryhmissä myös muutaman harjoitteen avoimen dialogin periaatteita soveltaen. Aamupäivään osallistujat saavat teoriamateriaalin itselleen.

Tutustu tanssiterapiaan

Iltapäivä 13–15

Tanssi-liiketerapian työpajassa asetumme parantavan liikkeen äärelle, tutustumme erilaisiin mahdollisuuksiin, sovellamme tanssin luovuutta vahvistavaa ja mielen hyvinvointia lisäävää vaikutusta. Tutustumme aiheesta tehtyyn tutkimukseen – todennettuun näyttöön tanssi-liiketerapian vaikuttavuudesta. Lähdemme liikkeelle, annamme tanssin viedä meidät hetkeksi mukanaan! Teemme hauskoja yhteisiä harjoitteita, joiden kautta tanssi-liiketerapia voi alkaa elää meissä ja tuottaa uusia ideoita käytännön työhön ja kohtaamisiin mukaan vietäväksi. Iltapäivään osallistujat saavat luentomateriaalit itselleen.

Kurssin ohjaajina toimivat sosionomiopiskelija **Sofia Mänttari** ja diakoniaopiskelija **Maarit Molin** Diakonia ammattikorkeakoulu DIAK Helsingin kampukselta.

Tule mukaan
– tämä on
tanssiin
kutsu!

KENELLE?

Kaikille mielenterveysyhdistysten ihmisille, jotka kaipaavat uusia näköaloja ja työkaluja kohtaamiseen ja haluavat tutustua tanssi-liiketerapian sekä avoimen dialogin mahdollisuuksiin mielenterveyden voimavaroina.

Tapahtumatiedot

Kurssipäivät: 8.9.

Kellonajat: 10–12 ja klo 13–15 / osallistua voi koko päivään tai vain aamu- tai iltapäivän osioon

Paikka: Verkkokurssi, toteutetaan Zoom-alustalla

Ohjaajat: Sofia Mänttari ja Maarit Molin

Lisätietoja: Nina Tuittu, nina.tuittu@mtkl.fi, 040 723 8682

Mitä maksaa? Osallistuminen on maksutonta

Hae mukaan: 5.9. klo 15 mennessä: www.mtkl.fi/tapahtumakalenteri (hae hakusanalla *Uusia näköaloja*)

Mukaan mahtuu: 40

Mahduinko mukaan? Kurssi täytetään ilmoittautumisjärjestyksessä.



Mielenterveyden
keskusliitto



Taiteen edistämiskeskus
Centret för konstfrämjande
Arts Promotion Centre Finland