

Maksuton  
luento  
verkossa

## Kuvallinen ilmaisu toivon välineenä

Haluaisitko tarjota asiakkaillesi uusia ilmaisukeinoja keskustelun sijaan, jos puhuminen tuntuu vaikealta? Kuvan tekeminen voi olla hyvä tapa jäsentää asioita tai kertoa hankalista tunteista ja kokemuksista.

**S**anotaan, että kuva kertoo enemmän kuin tuhat sanaa. Tule kokeilemaan harjoituksia ja kuulemaan kokemuksiamme siitä, mitä kuvan tekeminen voi mahdollistaa toipumisen polulla.

Kerromme, miten kuvaa voidaan hyödyntää oman itsensä kohtaamisessa ja toisaalta lepo hetkenä vaikeuksien keskellä. Koulutuksessa kuulet, miten taiteen tekeminen ja vertaisuus tukevat toipumista ja mielen hyvinvointia.

Varaa koulutusta varten paperia ja värejä, jotka löytyvät kotoa tai työpaikalta.

### Kenelle?

Mielenterveyskysymyksiä työssään kohtaaville ammattilaisille ja alan opiskelijoille, jotka kaipaavat uusia ideoita ja työkaluja.

### Verkko

**Paikka:** Teams

**Ajankohta:** 2.12.

**Kellonajat:** 13–15

**Kouluttajat:** Sanna Hyry ja Annina Kipponen, Mielenterveyden keskusliitto

**Mukaan mahtuu:** 995

**Ilmoittaudu viimeistään:** 29.11. klo 10 mennessä

**Mitä maksaa?** Ei mitään!

**Haku täällä, etsi kurssin nimellä:** [www.mtkl.fi/tapahtumakalenteri](http://www.mtkl.fi/tapahtumakalenteri)



Mielenterveyden  
keskusliitto