



Huolen sijaan hyvinvointia

– aluekoulutuspäivä päihdetoipujan ja
päihdeongelmaisen läheisille

Paikka: Kumppanuuskeskus, Kansankatu 53, Oulu

Opetustila: Asema

Tervetuloa

Pohjois-Suomen A-killoille tarkoitettuun läheisten koulutuspäivään keskiviikkona 14.8. kello 9.45–15.00

Koulutus on tarkoitettu päihdetoipujien ja päihdeongelmaisten läheisille. Koulutus soveltuu myös niille, jotka ovat itse sekä läheisiä että päihdetoipuja tai -ongelmaisia. Koulutuksen tavoitteena on, että osallistujat saavat työkaluja omaan toipumiseensa läheisenä, oppivat ymmärtämään omia tunteitaan ja voimaantuvat vertaistuen avulla.

Kouluttajana toimii omaistyöntekijä Piia Saraspää Hyvän mielen talolta. Myös järjestökoordinaattori Kirsi Mäki on mukana.

PÄIVÄN OHJELMA:

- 9.45–10.30 Tutustuminen ja #ainakahvia (Kirsi)
- 10.30–12.00 Päihdeongelma on koko perheen kriisi (Piia)
- 12.00–12.45 Lounastauko
- 12.45–14.15 Omasta hyvinvoinnista huolehtiminen (Piia)
- 14.15–15.00 Yhteenveto ja palautekeskustelu (Piia ja Kirsi)

Omat eväät mukaan!
Opetustilassa on
jääkaappi ja
mikroaaltouuni.

Koulutus on osallistujille maksuton.

A-kiltakohtainen matkatuki on 0,21€/km/A-kilta osallistujamäärästä riippumatta, jos A-killan ja koulutuspaikan välimatka on vähintään 20 kilometriä.

Ilmoittautumiset A-killoittain viimeistään 5.8.2019 sähköpostitse Kirsille. Koulutus toteutuu, jos osallistujia on vähintään 8. Mukaan mahtuu 15 ensimmäistä.

Lisätietoja: Kirsi Mäki, puh. 040 1679 377, kirsi.maki@a-kiltojenliitto.fi