

Sinustako A-killan keskusteluryhmän tai toiminnallisen ryhmän vertaisohjaaja?

Vertaisohjaajakoulutus

3.–6.2.2022 Huom. neljä päivää

Joutenlammen kurssikeskus,
Joutenlammentie 294, Kajaani



Vertaisohjaajakoulutus on tarkoitettu vertaisryhmän ohjaajaksi aikoville tai vertaisryhmän ohjaajana vasta aloittaneille. Tavoitteena on, että koulutukseen osallistuneet ymmärtävät, mikä on ryhmä ja miten ryhmä toimii. Lisäksi tavoitteena on, että osallistuneilla on tietoa siitä, miten ryhmä perustetaan ja miten ryhmää käytännössä ohjataan sekä osaamista toimia myös hankalissa ryhmätilanteissa. Myös vuositeema, Vapaaehtoisten jaksaminen, on aiheena. Koulutukseen sisältyy alustuksia, ryhmätöitä ja harjoituksia.

Koulutuksessa on valittavana joko keskusteluryhmän tai toiminnallisen ryhmän ohjaamisen sisältö. Mainitse siis ilmoittautumisen yhteydessä, kumpaan osallistut. Katso koulutuksen tarkempi sisältö ohjelmasta.

Kouluttajina ovat Kirsi Mäki ja Mikko Putaja. Lisäksi vertaiskoutseina toimivat Tuovi Rekinen, tuovi.rekinen@gmail.com, p.041 466 0187 ja Ville Tuominen, tuovi10@gmail.com, p.045 148 1678.

Koulutuksen hinta on 165€/henkilö omin liinavaattein (kurssikeskuksen liinavaatesetistä peritään paikan päällä 10€). Yhden hengen huonelisä 30€/vrk. Hintaan sisältyy koulutus, majoittuminen kahden hengen huoneessa ja ohjelmaan merkityt ruokailut. Koulutuksen peruuntuessa siitä ilmoitetaan erikseen osallistujille.

Koulutuksen maksimiosallistujamäärä on 18 henkilöä, paikat täytetään ilmoittautumisjärjestyksessä. Osallistujamäärän täytyttyä, seuraavaksi ilmoittautuneet ovat varalla. Peruuntumisten sattuessa vapautuneet paikat täytetään varallaolojärjestyksessä. Niin varallaolosta kuin vapautuneen paikan saamisesta ilmoitetaan A-killaan/ henkilökohtaisesti osallistujalle (jos puhelinnumero ilmoittautumislomakkeessa). Varallaolo ei velvoita vapautuvan koulutuspaikan vastaanottamiseen.

Lisätietoja koulutuksesta antavat Kirsi Mäki, p. 040 1679 377 (koulutuksen sisällölliset asiat), Anna Niemistö, p. 0400 394 869 (ilmoittautumiset, maksut).

Sitovat ilmoittautumiset A-killan kautta **5.1.2022 mennessä** joko **sähköisesti** www.a-kiltojen-liitto.fi käyttäen ekstranet -tunnuksia tai oheisella **ilmoittautumislomakkeella** osoitteeseen A-Kiltojen Liitto ry, Itsenäisyydenkatu 17 B 3. krs, 33500 TAMPERE

A-kiltatoiminta on vertaisuutta ja vertaistukea ja vertaistuki toteutuu usein ryhmätoimintana. Vertaisryhmät tuottavat hyvinvointia kaikille ryhmään osallistujille, myös ohjaajille, ja tukevat kaikkien osallistujien päihteettömyyttä. – Tule mukaan vertaisohjaajakoulutukseen, mikäli haluat vahvistaa ryhmämuotoisen vertaistuen toteutumista omassa A-killassasi!

HUOM!

- Liiton tuki koulutustoiminnan matkakustannuksiin määräytyy A-killapaikkakunnan ja koulutuspaikkakunnan välisen matkan pituuden perusteella, 16 senttiä/km matkustavasta riippumatta, enintään 4 henkilön osalta / A-killan /kurssi. Tukea ei makseta rahana, vaan huomioidaan A-killalle lähetettävän kurssilaskun loppusummassa. Tukea voi saada enintään kurssin hinnan verran.
- Matkatuen saannin edellytyksenä on, että A-killalta on huolehtinut eräänntyneen jäsenmaksunsa A-Kiltojen Liitolle sekä toimittanut tilastotiedot edellisen vuoden toiminnastaan ja yhdistyksen voimassa olevat yhteystiedot.
- Sitovan ilmoittautumisen peruminen täytyy tehdä 2 viikkoa ennen koulutuksen alkamista. Myöhemmin tehdyistä peruutuksista laskutamme sovituspaikasta, paitsi sairastapauksissa, jolloin on esitettävä lääkärintodistus.
- Osallistujat on vakuutettu tapaturmien osalta A-Kiltojen Liiton taholta.
- Ei lemmikkieläimiä koulutuksiin.
- Välttääkää voimakkaiden hajusteiden käyttöä.
- Kaikki A-kiltatoiminta on päihteetöntä.
- Pidätämme oikeuden ohjelman muutoksiin.

Ohjelma

Vertaisohjaajakoulutus

3.–6.2.2022

K= keskusteluryhmä

T = toiminnallinen ryhmä

Kouluttajana Kirsi Mäki ja Mikko Putaja
Vertaiskoutseina Tuovi Rekinen ja VilleTuominen



Torstai 3.2.

Saapuminen ja majoittuminen **aikaisintaan klo 14.00** (edelliselle ryhmälle poistumisrauha)

- 14.30 Koulutuksen avaus ja tutustuminen
- 16.00 Päivällinen
- 17.00 Vertaisuus, vertaistuki ja vertaisohjaaja
- 18.15 Toimintavartti
- 19.00 Vertaisryhmä
- 20.00 Iltapala

Perjantai 4.2.

- 8.00 Aamupala
- 9.00 Mikä on ryhmä?
- 10.00 Ryhmätapaamisen ohjaus ja kulku
- Ohjaajan ja osallistujien roolit
- 10.00 Terveet elämäntavat ja liikunta
päihdetoipumisen tukena
- Toiminnallinen harjoitus
- 12.00 Lounas ja lepotauko
- 14.00 **Konfliktitilanteet ryhmässä**
- 14.00 Toiminnallisuus on A-kilta-arvo
*- Kuinka perustetaan toiminnallinen
ja/tai liikunnallinen ryhmä?*
- 16.00 Toiminnallinen ulkoilu
- 17.00 Päivällinen
- 18.00 **Ryhmänohjaamisen harjoitus**
- Harjoituksen purku
- 18.00 Kehonhuolto; alustus ja harjoitus
- 19.30 Sauna ja iltapala

Lauantai 5.2.

- 8.00 Aamupala
- 9.00 **Ryhmätoiminnan käynnistäminen**
- 9.00 Turvallinen liikkuminen
- 10.00 Ryhmätöiden ohjeistus ja teko
- 12.00 Lounas
- 13.00 Ryhmätöiden purku
- 16.00 Illan harjoituksen ohjeistus ja teko
- 17.00 Päivällinen
- 18.00 Toiminnallinen harjoitus ja
keskusteluryhmäharjoitus
- 20.00 Sauna ja iltapala

Sunnuntai 6.2.

- 8.00 Aamupala
- 9.00 Ohjaajan jaksaminen ja tuki
- 11.00 Koulutuksen palautteet ja todistusten jako
- 12.00 Lounas ja kotiinlähtö

*Keskusteluryhmän aiheet ohjelmassa vihreällä.
Toiminnallisen ryhmän aiheet ohjelmassa sinisellä.*

ILMOITTAUTUMISLOMAKE

Vertaisohjaajakoulutus 3.–6.2.2022

Joutenlammen kurssikeskus, Kajaani

_____ A-kilta ry ilmoittaa seuraavat osanottajat:

Merkitse taulukkoon ryhmä, johon ilmoittautuja osallistuu:

Keskusteluryhmä = K

Toiminnallinen ryhmä = T

NIMI (tikkukirjaimilla)	1hh 30€/vrk	Ryhmä johon osallistuu		Puhelinnumero	Huom. (ruoka-allergiat yms.)
		K	T		

_____ Paikka

_____ / _____ 2022
Päiväys

_____ A-killan nimenkirjoittajan allekirjoitus

_____ A-killan nimenkirjoittajan allekirjoitus

**Ilmoittautumiset 5.1.2022 mennessä joko
sähköisesti www.a-kiltojenliitto.fi käyttäen ekstranet -tunnuksia tai postitse
A-Kiltojen Liitto ry, Itsenäisyydenkatu 17 B, 33500 Tampere**

***HUOM! Koulutuksen todistukset tehdään
ilmoittautumislomakkeella olevien nimien perusteella.***