



Palokuntanaisten henkisen tuen koulutus 1.12.2018

UPL toimisto Vapaalantie 2 A7 01650 Vantaa

Tavoitteena:

- ymmärtää niitä tunteita, ajatuksia ja reaktioita, joita äkilliset kriisitilanteet aiheuttavat heissä itsessään ja muissa.
- auttaa ihmisiä, jotka ovat kohdanneet äkillisen kriisitilanteen.
- löytää keinoja oman itsensä tueksi äkillisen kriisitilanteen yllättyessä.

Kouluttajana Pia Yli-Pirilä, psyk.sh, psykoterapeutti, rentoutusohjaaja, työnohjaaja

Kurssinjohtajana Mervi Kannisto-Kallela

Lauantai 1.12.2018

| Kello | Okry | Aihe | Kouluttajat |
|---------------|------|------------------------------------|-------------|
| 09:00 – 9:15 | | Kurssin avaus ja kurssijärjestelyt | MKK |
| 09:15 – 10:00 | 1 | Kriisit. Luokitus, eri vaiheet | PYP |
| 10:05 – 10:50 | 2 | Kriisit. Luokitus, eri vaiheet | PYP |
| 10:50 – 11:35 | 3 | Miten toimia auttajana | PYP |
| 11:35 – 12:10 | | RUOKAILU | MKK |
| 12:10 – 12:55 | 4 | Miten toimia auttajana | PYP |
| 13:00 – 13:45 | 5 | Oma jaksaminen ja hyvinvointi | PYP |
| 13:50 – 14:35 | 6 | Oma jaksaminen ja hyvinvointi | PYP |
| 14:40 – 15:00 | 7 | Palaute ja yhteenveto | PYP |

Ilmoittautuminen

Ilmoittautuminen (ja tiedustelut) 15.11.2018 mennessä mervi.kannistokallela@saunalahti.fi / p. 0400 998712

Ilmoittautumisen yhteydessä ilmoita myös laskutusosoite sekä mahdolliset erikoisruokavaliot.

Koulutuksen hinta on 20€ sisältää materiaalin sekä lounaan +kahvit.
Ruokailu tapahtuu kevyellä lounaalla paikan päällä

