

# Voimavarakurssin ohjelma. Peurunka k2022

	Tutustumispäivä	Muutostyöpäivä	Tietopäivä	Läheispäivä	Voimavarapäivä	Palautepäivä
Kello	Su 24.4.	Ma 25.4.	Ti 26.4.	Ke 27.4.	To 28.4.	Pe 29.4.
Aamiainen klo 8-9						
klo 9-11		<p>klo 9-10 Pelaamisen edut ja haitat <i>Jari Hartikainen</i></p> <p>Peliatukset, tunteet ja toiminnan ketju <i>Markus Sjöholm</i> <b>Läheisten oma ryhmä</b></p>	<p>Riippuvuus ja Toipuminen <i>Riippuvuusasiantuntija Matti Nokela</i></p>	<p>Läheisen ja pelaajan yhteinen muutosmatka <i>Markus Sjöholm</i></p>	<p>Tunteet osana ratkaisua <i>Ratkaisukeskeinen terapeutti Samuel Hilli</i></p>	<p>Palaute- ja yhteenvetokeskustelu <i>Pelirajaton-työryhmä</i></p>
Lounas klo 11-12						<p><b>Lounas</b> Huoneiden luovutus Kotimatalle</p>
klo 12-14		<p>Peliatukset, tunteet ja toiminnan ketju <i>Markus Sjöholm</i> <b>Läheisten oma ryhmä</b></p>	<p>Voimaantuminen <i>Riippuvuusasiantuntija Matti Nokela</i></p>	<p>Läheisen valinnat - tapausesimerkkejä <i>Markus Sjöholm</i></p>	<p>Voimaa vertaisuudesta <i>Ratkaisukeskeinen terapeutti Samuel Hilli</i></p>	
Tauko klo 14-15	Sisäänkirjautuminen					
klo 15-17	<p>Klo 16 – 17:30 Tervetuloa &amp; Pelirajat'on info Kokemusasiantuntijat: Omat tarinat</p>	<p>Peliatukset, tunteet ja toiminnan ketju <i>Markus Sjöholm</i></p> <p>klo 16-17 Talous <i>Jouko Vidgren</i></p>	<p>Muutoksen avaintekijöinä: Asenne, ajattelu ja tunteet <i>Jari Hartikainen</i></p>	<p>Tasapainoa arkeen ja ihmissuhteeseen <i>Minna-Maria Kaukonen</i></p>	<p>Mindfulness <i>Jouko Vidgren</i></p>	
Päivällinen klo 17-18						
Iltaohjelmaa klo 19-	Klo 18:30 – 21:00 Tutustuminen Ryhmäytyminen	Yksilökeskustelut 30 min /hlö	Yksilökeskustelut 30 min /hlö	Yksilökeskustelut 30 min /hlö	Yhteinen illanvietto Rantasaunalla	