Kutsu syksyn koulutuksiin

Kohtaatko työssäsi nuoria tai nuoria aikuisia, joilla on kehoon liittyvää tyytymättömyyttä tai haasteita syömisen kanssa? Tuntuuko kehoon ja syömiseen liittyvien aiheiden käsittely tai puheeksi ottaminen vaikealta?

Maksuttoman koulutuspäivän aikana esitellään KEHUVA-hankkeessa kehitettyä työotetta ja toiminnallisia menetelmiä, joiden avulla nuorten tasapainoista ja terveyttä edistävää suhtautumista omaan kehoon ja syömiseen voidaan vahvistaa.

Koulutuksessa
- harjoitellaan omakohtaisesti tunnistamaan ja tiedostamaan suhdetta syömiseen ja omaan kehoon.
- tarkastellaan, miten kehonkuva, ruokasuhde ja itsearvostus ovat yhteydessä toisiinsa.
- yhdistellään opittua ja pohditaan, miten ruoka- ja kehosuhteen omakohtainen tiedostaminen voi siirtyä voimavaraksi ammatillisiin kohtaamisiin.

KEHUVA (Kehonkuva hyvinvoinnin perustana) on STM:n terveyden edistämisen määrärahasta rahoitettu kolmevuotinen (2017-2019) hanke, jossa kehitetään kehonkuvan vahvistamiseen ja syömiseen liittyviä työtapoja nuorten palveluihin. Hanketta ovat olleet toteuttamassa Itä-Suomen yliopisto, Helsingin yliopisto, Tampereen yliopisto ja Helsingin Diakonissalaitoksen Vamos-palvelut.

Koulutus on mahdollista suorittaa maksutta myös verkossa. Lue lisää verkkokoulutuksesta hankkeen kotisivuilta tai ilmoittaudu heti mukaan!

Koulutuspäiviä järjestetään syksyllä 2019 seuraavilla paikkakunnilla:

Tampere
15.8.2019 klo 8-16

Helsinki
27.8.2019 klo 8-16

Turku
22.10.2019 klo 8-16

Ilmoittaudu koulutuspäiviin täällä

Tutustu KEHUVA-hankkeeseen verkossa

Kysyttävää koulutuksesta? Ota yhteyttä:
Sanna Talvia
Hankekoordinaattori
KEHUVA -hanke
sanna.talvia@uef.fi
puh. 050 3371352

KEHUVA Kehonkuva hyvinvoinnin perustana · Itä-Suomen yliopisto · Helsingin yliopisto Helsingfors universitet University of Helsinki · Helsingin Diakonissalaitos · iVAMOS! Helsingin Diakonissalaitos · Tampereen yliopisto