



Sinustako Elämäni eläkevuodet -vertaisvalmentaja?

Oletko eläkkeellä ja haluaisit hyödyntää osaamistasi vapaaehtoistoiminnan parissa? Sinulla on ehkä aiempaa kokemusta ryhmien ohjaamisesta tai toimit aktiivisena yhdistyksessä, johon haluaisit perustaa uutta toimintaa. Puhkutko muuten vain intoa ohjata tuoreiden eläkeläisten ryhmää ja tarjota vertaistukea liikkumisen ja mielen hyvinvoinnin vahvistamiseen? Tervetuloa mukaan tekemään merkityksellistä vapaaehtoistyötä!

Kouluttaudu vertaisvalmentajaksi

Ikäinstituutti kouluttaa vapaaehtoisia vertaisvalmentajiksi ohjaamaan Elämäni eläkevuodet -ryhmiä. Vertaisvalmentajat toimivat ryhmänohjaajina tavallisen ihmisen taidoin ja kannustavat osallistujia hyvinvoinnin vahvistamisessa. Ryhmän voi järjestää yksin tai yhdessä valmentajaparin kanssa.

Koulutuksessa perehdytään ryhmän sisältöihin ja toteutustapoihin. Koulutetut vertaisvalmentajat saavat käyttöönsä ryhmänohjaukseen tarvittavat materiaalit ja liittyvät vertaisvalmentajien valtakunnalliseen verkostoon. Ikäinstituutin kouluttajat pitävät vapaaehtoisiin yhteyttä ja tukevat ryhmän käynnistämisessä.

Vertaisvalmentajakoulutus verkossa

Koulutuspäivät: 27.9., 29.9. ja 1.10. klo 10–11.30 ja klo 13–14.30.

Yhden koulutuspäivän kesto on 3 tuntia. Välissä pidetään lounastauko.

Paikka: Zoom-verkkoalusta. Osallistuaksesi tarvitset tietokoneen, tabletin tai älypuhelimien, jossa on toimiva verkkoyhteys. Ilmoittautuneille lähetetään osallistumislinkki sähköpostitse.

Ilmoittautuminen: Ilmoittaudu mukaan 10.9. mennessä osoitteessa https://www.lyyti.in/Elamani_elakevuodet_vertaisvalmentaja

Lisätiedot: saini.suutari@ikainstituutti p. 040 526 2298