

Surunauhan vertaistukiviikonloput

Vesova Rokua 4.-6.8.2017

Vesova Kiipula 22.-24.9.2017



”Siitä, mistä ei voi puhua, ei voi vapautua.”

Surunauha ry järjestää jokavuotisen viikonloppukurssin itsemurhan tehneiden läheisille. Mukaan voi lähteä joko yksin tai yhdessä – ystävän, puolison tai koko perheen voimin. Vertaistukiviikonloppu Vesova antaa aikaa ja tilaa puhua vaikeista asioista turvallisessa ilmapiirissä. Etsimme yhdessä voimavaroja jaksamisen ja selviytymisen tueksi. Tänä vuonna vertaistukiviikonloppuja järjestetään kaksi. Toinen Rokua Health & Spa:n tiloissa Pohjois-Suomessa ja toinen Kiipulan koulutus- ja kuntoutuskeskuksen tiloissa Etelä-Suomessa.

Viikonloppun sisältöä on kehitetty vuosien saatossa osallistujien toiveiden pohjalta. Jokaisesta Vesovasta muokkautuu osallistujiansa näköinen, yhteisöllinen tapahtuma, joka on saamamme palautteen perusteella ollut tärkeä tukimuoto surussa jaksamiseen. Vesovan ryhmänohjaajat ovat itsekin läheisensä itsemurhalle menettäneitä, Surunauhan vapaaehtoisia vertaistukijoita, jotka ovat saaneet tehtävänsä koulutuksen. Lisäksi mukana mahdollisesti muutama ammatillinen ohjaaja. Järjestämme myös ruotsinkielisen ryhmän, jos tarvetta on.

Vertaistukiviikonloppuun voi osallistua, vaikka olisi ollut jo aiemmin mukana, etusijalla ovat ensikertalaiset. Vesova on valtakunnallinen ja siihen voi hakea asuinpaikkakunnasta riippumatta. Surunauha ry:n toiminta on uskonnollisesti ja poliittisesti sitoutumatonta.

Ohjelma ja aikataulu

Vertaistukiviikonloppu alkaa perjantaina n. klo 17 (tarkka aika vahvistetaan vielä osallistujille) ilmoittautumisella, majoittautumisella ja ruokailulla. Viikonloppun ohjelmaa rytmittävät ruokailut ja välipalat. Ohjatun ohjelman lisäksi osallistujilla on mahdollisuus mm. saunaan ja ulkoilla. Sunnuntaina ohjelma päättyy lähtökahveihin noin klo 15. Osallistujat saavat tarkemman ohjelman paikan päällä.

Ohjelmassa mm.

- ohjattua vertaistukiryhmäyöskentelyä pienryhmissä
- ammattilaisohjattuja työpajoja ja luentoja
- läheisensä menettäneiden kokempuheenvuoro
- lapsille ja nuorille toiminnallista ryhmäyöskentelyä ja/tai keskustelua toiveiden mukaan
- pienille lapsille lastenhoitomahdollisuus
- yhdessäoloa, ulkoilua, saunomista

Ostavastuuhintaa

Surunauhan jäsenille koko viikonlopun omavastuu hinta:

- aikuiset 110 €/hlö kahden hengen huoneessa
- lapset 3-17 v. 55 €/hlö, alle 3-vuotiaat maksutta
- yhden hengen huoneen lisäveloitus 50 €

Ei-jäsenille koko viikonlopun omavastuu hinta:

- aikuiset 170 €/hlö kahden hengen huoneessa
- lapset 3-17 v. 85 €/hlö, alle 3-vuotiaat maksutta
- yhden hengen huoneen lisäveloitus 50 €

Hinnat sisältävät ohjelman sekä täysihoidon ruokineen ja majoituksineen koko viikonlopulle. Sosiaalitoimistot ja seurakunnat ovat myöntäneet avustuksia osallistumis- ja matkakustannuksiin. Avustussuosituksen ja valmiin anomuspohjan voit pyytää meiltä ilmoittautumisen yhteydessä.



Ilmoittautuminen

Ilmoittautua voi sähköisellä ilmoittautumislomakkeella:

Vesova pohjoinen 4.-6.8: <https://fi.surveymonkey.com/r/vesova2017rokualla> tai
Vesova eteläinen 22.-24.9: <https://fi.surveymonkey.com/r/vesova2017kiipulassa> tai
soittamalla toimistolle: p. 040 545 8954.

Paikat täytetään ilmoittautumisjärjestyksessä, etusijalla ovat ensikertalaiset.
Viimeinen ilmoittautumispäivä on 1.8.2017.

Surunauhan jäseneksi?

Jos et ole vielä jäsen ja haluat liittyä, sen voi tehdä osoitteessa www.surunauha.net/jasennyys
Jäsenhakulomakkeen voi myös pyytää toimistolta.



Ota yhteyttä:

Surunauha ry:n toimisto

040 545 8954

toimisto@surunauha.net

www.surunauha.net

Tutustu paikkaan:

4.-6.8.2017

Rokua Health & Spa Hotel

Kuntoraitti 2, 91670 Rokua

www.rokua.com

Tutustu paikkaan:

22.-24.9.2017

Kiipulan koulutus- ja kuntoutuskeskus

Kiipulantie 507, 14200 Turenki

www.kiipula.fi

Lämpimästi tervetuloa mukaan!