

Kutsumme sinut

Keski-Suomen hyvinvointialueella
asuva vanhempi mukaan

alueelliseen Hetki-ryhmään!



Alueellinen Hetki-ryhmä on tarkoitettu Keski-Suomen hyvinvointialueella asuville vanhemmille, jotka kokevat lapsensa käyttäytymisen kuormittavan perhettä. Lapsella on lisäksi tuen tarve, joka johtuu kehitysvammaisuudesta tai autismikirjon piirteistä.

Mitä saat ryhmästä?

Ryhmässä autetaan löytämään keinoja myönteiseen vuorovaikutukseen, tunteiden säätelyyn ja rajojen asettamiseen. Voimaantumista tuetaan itsemyötätunnon ja hyvinvoinnin teemojen avulla. Ryhmässä kuullaan ammattilaisten alustuksia teemoihin liittyen ja saadaan tehtäviä pohdittavaksi. Ryhmässä on mahdollisuus myös vertaiskeskusteluun toisten vanhempien kanssa.

Hetki-teemat

1. Haastava käyttäytyminen
 2. Tunnetaidot kasvatuksessa
 3. Lapsen ja vanhemman vuorovaikutussuhde
 4. Oppimisen edellytykset ja rajojen asettaminen
 5. Vanhemman jaksaminen
 6. Itsemyötätunto ja hyvinvointi
- + Ryhmään osallistuneiden vanhempien perheille (koko perhe) perhepäivä.
Vertaistukea ja kohtaamista kasvotusten.
Lapsille/nuorille omaa toimintaa.

Aika ja paikka

- Murrosikäisten (n. 13–25-vuotiaiden) lasten ja nuorten vanhemmat 29.10.-3.12.2024, tiistaisin klo 17.30–19, verkossa Teams-alustalla.
- Ryhmässä on kuusi kokoontumiskertaa ja toivomme sinun osallistuvan kaikkiin kertoihin.
- Hetki-ryhmän loppupuolella (5. Teams-ryhmäkerran jälkeen) perhepäivä lauantaina 30.11.2024 Lähitalo Piippurannan Klubilla Jyväskylässä. Kokoonnumme ja vaihdamme ajatuksia ja kuulumisia kasvotusten.

Ilmoittautuminen

Ilmoittaudu Webropol-lomakkeella:
link.webropol.com/s/HetkiKeskiSuomiHaku
Ilmoittautuminen päättyy 1,5 viikkoa ennen Hetki-ryhmän alkua tai ryhmän tullessa täyteen.

Lisätietoja

Lue lisää Tukiliiton kotisivuilta:
www.tukiliitto.fi/hetki-ryhma/
Voit myös ottaa yhteyttä:
Taina Koivunen-Kutila
taina.koivunen-kutila@tukiliitto.fi
040 5268 272

**Lämpimästi tervetuloa mukaan
ilman diagnoosirajoja!
Ryhmä on osallistujalle maksuton.**



Kehitysvammaisten
Tukiliitto ry

Ryhmän järjestää Kehitysvammaisten Tukiliitto ry.
Ryhmä toteutetaan yhteistyössä Keski-Suomen hyvinvointialueen ja Keski-Suomen Kehitysvammaisten Tuki ry:n kanssa.

Hetki-ryhmätoiminnan toteuttamisen ja kehittämisen tukena on järjestötoimijoista ja tutkijoista koostuva taustaryhmä: Vammaisperheyhdistys Jaatinen ry, Lakeuden Omaishoitajat ry, Tampereen Yliopisto ja Helsingin Yliopisto.