

Elämänlaatu ruuasta -hanke järjestää maaliskuun aikana neljä samansisältöistä maksutonta koulutusta ruoka-aiheisen ryhmätoiminnan ohjaamisesta. Tule mukaan keskustelemaan, mikä yhteys ruoka-aiheisella toiminnalla on työ- ja toimintakyvyn tukemiseen ja miten tukea ohjattavaa matkalla kohti parempaa ruokaan liittyvää elämänlaatua.

Koulutuksessa pohditaan käytännönläheisesti sitä, miten käsitellä ruokaa, syömistä ja ravitsemusta ohjaustyössä. Koulutuksen jälkeen saat käyttöösi Elämänlaatu ruuasta -toiminnan työkalut ruoka-aiheisen toiminnan suunnitteluun ja ohjaamiseen.

Ajat ja paikat:

- ti 14.3 klo 12.00–16.00 Lahden palvelutori, tila Lava
- ti 21.3 klo 12.00–16.00, Lahden palvelutori, tila Lava
- ti 28.3 klo 12.00–16.00, Teams
- to 30.3 klo 13.00–17.00 Salpausselän kuntoutuskeskus Jalmari, kokoustilat 1 ja 2

Huom! Lähikoulutuksiin ei ole etäosallistumismahdollisuutta.

Kenelle koulutus on suunnattu: Ohjaus- ja valmennustyötä tekeville, jotka työskentelevät työikäisten työelämän ulkopuolella olevien parissa.

Koulutuksen sisältö:

- Ruoka-aiheisen ryhmätoiminnan hyödyt kuntoutumisen ja työkyvyn tukemisen työkaluna
- Itsetuntemuksen, arvostavien kohtaamisten ja tutkivan oppimisen merkitys ja tukeminen ryhmätoiminnassa
- Elämänlaatu ruuasta -toiminnan rakenne ja ohjaaminen

Ennen koulutusta Elämänlaatu ruuasta -toimintaan voit tutustua katsomalla [esittelyvideon](#) tai lukemalla hankkeesta [verkkosivuiltamme](#).

Ilmoittautuminen: Ilmoittautuminen tapahtuu [Päijät-Hämeen hyvinvointialueen koulutuskalenterin kautta](#). Huomaa, että kevään kaikki neljä koulutuspäivää ovat samansisältöisiä. Ilmoittaudu koulutuksista VAIN yhteen. Ilmoittautuminen kuhunkin koulutuspäivään sulkeutuu viikkoa ennen tilaisuutta.

Kysy lisätietoja: Projektityöntekijä Johanna Puttonen, johanna.puttonen@pajjatha.fi