

Yksinäisyys – kohtaa ja ota puheeksi!

- ikäkeskuksen ammattilaisille ja muille asiasta kiinnostuneille

Aika: 23.4.2024 klo 13.30 – 15.30, Teams

Osallistumislinkki: [Liity kokoukseen napsauttamalla tästä](#)

Pohjois-Savon hyvinvointialue ja Yksinäisyystyö Pohjois-Savossa järjestävät maksuttoman koulutuksen yksinäisyyden kohtaamisesta.

Yksinäisyyden tunnistaminen ja siihen avun tarjoaminen on ensiarvoisen tärkeää, jotta voimme ehkäistä pitkittyneitä mielenterveyden haasteita. Vaikka yksinäisyys usein mielletään luonnolliseksi osaksi ikääntymistä, on siihen hyvä kiinnittää huomiota. Yksinäisyyden lieventämisellä voidaan tukea ikääntyvän toimintakykyä, sosiaalista hyvinvointia ja tyytyväisyyden tunnetta elämää kohtaan.

Koulutuksessa käsittelemme:

- yksinäisyyden seurauksia ihmisen hyvinvointiin
- yksinäisyyden tunnistamista
- keinoja yksinäisyyden kohtaamiseen ja puheeksi ottamiseen

Koulutuksessa on osallistujia osallistava ryhmäkeskusteluosuus



Yksinäisyys
- kohtaa ja ota puheeksi!

23.4. klo 13.30-15.30
Teams-koulutus
Osallistujille maksuton

Yksinäisyyden tunnistaminen
Yksinäisyyden seuraukset
Työkaluja puheeksi ottoon
Jatkopolut

mieli Kriisikeskus
Kuopio

Pohjois-Savon
hyvinvointialue

Yksinäisyystyö
POHJOIS-SAVOSSA