



Etävertaisryhmä

MAASEUDUN MIEHILLE Mistä motivaatiota?



Ryhmä kokoontuu Teams-yhteydellä ja on osallistujille maksuton.

Etätapaamiskerrat ovat tiistaisin kello 14.00–15.30

22.10. 29.10. 12.11. 26.11. 10.12.

Tapaamisissa alustukset seuraavista aiheista ja keskustelua:

22.10. Alustus ryhmän toiminnasta, tutustuminen

29.10. Minkälainen minä olen ihmisenä/miehenä, omat arvoni, itsetuntemuksen kehittyminen

12.11. Omat verkostot, ihmissuhteet, yksinäisyys, aitouden merkitys, vastavuoroisuus

26.11. Omat selviytymismekanismit

10.12. Muutos vai vastarinta?

Toivomme sinulta, että

- sitoudut ryhmään koko sen keston ajaksi.
- sitoudut jakamaan kokemuksiasi ryhmäläisten kanssa sillä aktiivinen ote mahdollistaa vertais-tuen toteutumisen.
- sinulla on toimivat etäyhteydet.

Ryhmä on **luottamuksellinen** ja siihen otetaan mukaan **10 osallistujaa**.

Ohjaajina toimivat Melan Välitä viljelijästä -projektityöntekijät Eija Tammela, Lauri Poso ja Marko Kiiveri.

Ilmoittaudu 18.10. klo 12.00 mennessä tästä linkistä

<https://link.webropolsurveys.com/EP/FDB03D11167B4114> ►

Lisätietoja:

Marko Kiiveri	puh. 050 329 3976	marko.kiiveri@mela.fi
Eija Tammela	puh. 050 331 8973	eija.tammela@mela.fi
Lauri Poso	puh. 050 479 3265	lauri.poso@mela.fi

