

PikkuNASTA FANNI 2019 - Henkinen kriisinkestävyys

Esittely

Tavoite

Koulutuksen jälkeen kurssilainen tunnistaa erilaisia yksilöllisiä käyttäytymistapoja kriisissä sekä osaa palauttaa mieleen oppimiaan taitoja ja toimia erilaisissa kriisitilanteissa auttajana. Lisäksi hän osaa analysoida tapahtunutta kriisitilanteen jälkeen.

Kenelle kurssi soveltuu

Kurssi on tarkoitettu 15 vuotta täyttäneille naisille, jotka haluavat löytää uusia toimintatapoja ja työkaluja elämässä eteen tulevien henkisten kriisien käsittelyyn. Alle 18 vuotiaiden osallistuminen edellyttää holhoojan suostumusta. Kurssia ei kuitenkaan ole tarkoitettu itse akuuttia kriisiä läpikäyväille.

Suosittelavat esitiedot

PikkuNASTA-harjoitukset ovat valtakunnallisia naisille kohdennettuja valmiusharjoituksia, jotka järjestetään vapaaehtoisten naisten voimin. Osallistuminen ei edellytä aikaisempaa kurssikokemusta tai ennakkotietoja tai -taitoja valitun kurssin aiheesta. Harjoitukseen osallistuminen vaatii normaalia terveyttä ja kuntoa. Harjoituksen aikana on lattiamajoitus Maanpuolustustalon tuvissa. Koulutus on luonteeltaan kaikille naisille soveltuvaa peruskoulutusta.

Harjoitukseen hyväksytyille lähetetään noin kuukautta ennen harjoitusta kirje, jossa kerrotaan tarkemmin jaettavista varusteista, aikataulusta ja ajo-ohjeesta. Maksuohjeet lähetetään osallistumismaksun suorittamista varten kurssilaiselle aikaisintaan 21 päivää ennen harjoitusta sähköpostitse tai e-kirjeenä. Osallistumisen peruuttaminen tätä ennen ei aiheuta kustannuksia.

Koulutuspaikka

Oulu, Hiukkavaara
Hiukanreitti 225
90650 Oulu