



TRAUMAINFO

syksy 2021

Tietoa trauman vaikutuksista ja apua oireisiin

Kenelle: Traumainfo on tarkoitettu henkilöille, joilla on traumaattisia kokemuksia, sekä heidän läheisilleen. Syksyn 2021 traumainfoon voivat osallistua myös ammattilaiset ja vapaaehtoistyöntekijät. Traumainfo on asiakkaille maksuton. Auttajille kokonaisuuden hinta on 60 euroa.

Ajat: Traumainfo -kokonaisuus:
torstait 4.11. ja 11.11.2021 klo 13-15
(Ilmoittaudu viimeistään 27.10.21. Ammattilaisten ilmoittautuminen osoitteessa: <http://www.seksuaalivakivalta.fi/palvelut/traumainfot/>)

Paikka: Setlementti Tampere
Pyhäjärvenkatu 1 B, 2. krs., Tampere

Traumainfoissa annetaan tietoa erilaisten traumaattisten tapahtumien vaikutuksista ihmisen mieleen, tunteisiin ja kehoon. Lisäksi etsitään ja kokeillaan säätely- ja hallintakeinoja trauman aiheuttamiin oireisiin erilaisten harjoitusten avulla.

Tilaisuuksissa ei käsitellä kenenkään henkilökohtaisia traumakokemuksia, vaan tavoitteena on lisätä omien reaktioiden ymmärtämistä ja löytää toimivia rauhoittumiskeinoja. Ohjaajina toimivat Välitä! -kriisityöntekijät.

Ilmoittautumiset ja tiedustelut:

Välitä! -työryhmä

p. 045 279 8090

valita-yksikko@setlementtitampere.fi



**Setlementti
Tampere**