

# Surunauhan vertaistukiviikonloppu

## Vesova 21.-23.9.2018



Marttinen, Virrat

*”Siitä, mistä ei voi puhua, ei voi vapautua.”*

Surunauha ry järjestää jokavuotisen viikonloppukurssin itsemurhan tehneiden läheisille. Mukaan voi lähteä joko yksin tai yhdessä – ystävän, puolison tai koko perheen voimin. Vertaistukiviikonloppu Vesova antaa aikaa ja tilaa puhua vaikeista asioista turvallisessa ilmapiirissä. Etsimme yhdessä voimavaroja jaksamisen ja selviytymisen tueksi. Tämän vuoden vertaistukiviikonloppu järjestetään Virroilla.

Viikonlopun sisältöä on kehitetty vuosien saatossa osallistujien toiveiden pohjalta. Jokaisesta Vesovasta muokkautuu osallistujiansa näköinen, yhteisöllinen tapahtuma, joka on saamamme palautteen perusteella ollut tärkeä tukimuoto surussa jaksamiseen. Vesovan ryhmänohjaajat ovat itsekkin läheisensä itsemurhalle menettäneitä, Surunauhan vapaaehtoisia vertaistukijoita, jotka ovat saaneet tehtävänsä koulutuksen. Lisäksi mukana mahdollisesti muutama ammatillinen ohjaaja.

Vesova on valtakunnallinen ja siihen voi hakea asuinpaikkakunnasta riippumatta. Etusijalla ovat ensikertalaiset. Surunauha ry:n toiminta on uskonnollisesti ja poliittisesti sitoutumatonta.

### ***Ohjelma ja aikataulu***

Vertaistukiviikonloppu alkaa perjantaina n. klo 15 (tarkka aika vahvistetaan vielä osallistujille) ilmoittautumisella, majoittautumisella ja ruokailulla. Viikonlopun ohjelmaa rytmittävät ruokailut ja välipalat. Ohjatun ohjelman lisäksi osallistujilla on mahdollisuus mm. saunaan ja ulkoilla. Sunnuntaina ohjelma päättyy lähtökahveihin noin klo 15. Osallistujat saavat tarkemman ohjelman paikan päällä.

Ohjelmassa mm.

- ohjattua vertaistukiryhmäyöskentelyä pienryhmissä
- ammattilaisohjattu työpaja / luento
- läheisensä menettäneen kokempuheenvuoro
- nuorille oma ryhmä
- lapsille toiminnallista ryhmäyöskentelyä ja/tai keskustelua
- pienille lapsille lastenhoitomahdollisuus
- yhdessäoloa, ulkoilua, saunomista

## Ostavastuuhintaa

Surunauhan jäsenille koko viikonlopun omavastuuhintaa:

- aikuiset 110 €/hlö kahden hengen huoneessa
- lapset 4-17 v. 55 €/hlö, alle 4-vuotiaat maksutta
- yhden hengen huoneen lisäveloitus 50 €



Ei-jäsenille koko viikonlopun omavastuuhintaa:

- aikuiset 170 €/hlö kahden hengen huoneessa
- lapset 4-17 v. 85 €/hlö, alle 4-vuotiaat maksutta
- yhden hengen huoneen lisäveloitus 50 €

Hinnat sisältävät ohjelman sekä täysihoidon ruokineen ja majoituksineen koko viikonlopulle. Sosiaalitoimistot ja seurakunnat ovat myöntäneet avustuksia osallistumis- ja matkakustannuksiin. Avustussuosituksen ja valmiin anomuspohjan voit pyytää meiltä ilmoittautumisen yhteydessä.

## Ilmoittautuminen

Ilmoittautua voi sähköisellä ilmoittautumislomakkeella (linkki myös nettisivuilla):

<https://fi.surveymonkey.com/r/vesova2018> tai soittamalla toimistolle: p. 040 545 8954.

Olemme yhteydessä kaikkiin hakijoihin, paikat täytetään ilmoittautumisjärjestyksessä, etusijalla ovat ensikertalaiset. Viimeinen ilmoittautumispäivä on 1.8.2018. Järjestämme mahdollisesti kimpakyydityksen, ilmoittautumislomakkeessa kysytään tarvetta.

## Surunauhan jäseneksi?

Jos et ole vielä jäsen ja haluat liittyä, sen voi tehdä osoitteessa [www.surunauha.net/jasenyy](http://www.surunauha.net/jasenyy)  
Jäsenhakulomakkeen voi myös pyytää toimistolta.

Ota yhteyttä:

**Surunauha ry:n toimisto**

Puh. 040 545 8954

[vertaistuki@surunauha.net](mailto:vertaistuki@surunauha.net)

[www.surunauha.net](http://www.surunauha.net)

Tutustu paikkaan:

**Kokous- ja juhlatalo Marttinen**

Herrasantie 16, 34800 VIRRRAT

Puh. 03-485 1900

[www.marttinen.fi](http://www.marttinen.fi)

