



## **Pelikuntoutuskurssi Kolmekakkoset**

Riippuvuuskliniikka Tyynelä, Sovatek -säätiö ja Kuopion kriisikeskus toteuttavat ensimmäistä pelikuntoutuskurssia Jyväskylässä. Toinen pelikuntoutuskurssi on alkamassa ja se toteutetaan nyt Pieksämäellä. Kurssi sisältää neljä intensiivijaksoa, joista ensimmäinen on 24. – 26.03.2011, toinen 09. – 10.06.2011, kolmas 18. -19.08.2011 ja neljäs 06. -07.10.2011. Kurssin kokonaiskesto 6 kk:tta.

### **Kenelle ?**

Kurssi on tarkoitettu henkilöille, jotka ovat valmiita selkiyttämään itselleen pelaamiseen liittyvää ajattelua, tunteita ja käyttäytymistä sekä arvioimaan pelaamisen aiheuttamia haittoja ja hankaluuksia elämässä, sekä haluavat oppia itsehallintatapoja suhteessa pelaamiseen ja tunnistamaan pelaamiseen liittyviä riskitekijöitä.

### **Miten ?**

Kurssi on vaiheittain etenevä pitkäkestoinen yhteisöllinen ja vertaistuellinen pelikuntoutustapahtuma. Kurssi sisältää neljä intensiivikuntoutusjaksoa 6 kuukauden ajalla. Intensiivikuntoutusten väliajoille on kurssilaisille järjestetty avomuotoiset tukitoimet ja lisäksi puhelin / nettituki.

### **Mikä?**

Pelikuntoutuskurssi on pitkäjänteinen, intensiivinen, pysäyttävä ja muutokseen motivoiva kurssitapahtuma, joka auttaa asiakasta arvioimaan omaa ongelmapelaamistaan ja asettamaan itselleen realistisia muutostavoitteita. Kurssi on vertaistuellinen vahvasti vuorovaikutuksellinen kuntoutumis- ja oppimisprosessi. Kurssilla on kognitiivis-behavioristinen ja ratkaisukeskeinen viitekehys.

Intensiivijaksolla kurssipäivät ovat klo 8 -16. Pitkämatalaisille on majoittumismahdollisuus. Kurssilaisille on intensiivijaksoilla aamupala, lounas ja päiväkahvi, jotka sisältyvät kurssin hintaan.

Kurssimaksu on 115 euroa/ kurssipäivä, yöpyminen erikseen 35€/vrk.

### **Ilmoittautuminen kurssille 11.03.2011 mennessä:**

Riippuvuuskliniikka Tyynelään Jyrki Koskela 040 5090221 tai Ilkka Sutinen 0400 378777.

Lisätietoa kurssista: [www.tyynela.fi](http://www.tyynela.fi)