

Kipu haltuun: omahoidon menetelmät

– Voimaannuttavat käytännöt ja tehokkaat työkalut ammattilaisille

Mikä neuvoksi, kun asiakkaan ajatukset pyörivät pitkittyneen tule-kivun ympärillä, arki on hankalaa ja omahoito ei etene? Mitä elintapojen tärkeydestä tiedetään? Mitä ammattilainen voi tehdä asiakkaan motivaation ja tottumusten kohentamiseksi?

Koulutus on kohdennettu tule-kipuisia asiakkaita työssään kohtaaville ammattilaisille, lääkäreille ja fysioterapeuteille sekä alalla opiskeleville.

Aika perjantai 26.4.2024 klo 9–15.

Paikka Tampereen yliopiston keskustakampus D10b, Kanslerinrinne 1, 33100 Tampere ja etäyhteys.

Hinta Maksuton. Päivä sisältää aamu- ja iltapäiväkahvin, lounas omakustanteinen.

Osallistujamäärä Tampereen yliopiston sali: 150, etäyhteyden välityksellä (Zoom): 250.

Ilmoittautuminen ja tarkemmat tiedot <https://suomentule.fi/tapahtumat/koulutus-omahoito/>

Ilmoittautuminen **19.4.2024 mennessä.**

Vapaamuotoista verkostoitumista tilaisuuden jälkeen. Paikka tarkentuu myöhemmin.

Ohjelma

9.00-9.30	AAMUKAHVI JA ILMOITTAUTUMINEN	11.30-12.30	LOUNASTAUKO
9.30-9.35	AVAUSSANAT JA KÄYTÄNNÖN ASIAT Maija Paukkunen työfysioterapian erikoisasiantuntija, väitöskirjatutkija, Työfysioterapeutit ry	12.30-13.20	Tauon aikana voi tutustua lähitilaisuudessa aulatilán esittelypöytiin
9.35-9.45	JOHDATUS PÄIVÄÄN Marja Kinnunen toiminnanjohtaja, Tuki- ja liikuntaelinliitto Tule ry		TYÖKALUJA MOTIVOIVAAN VOIMAANNUTTAVAAN OHJAUKSEEN SEKÄ UUSIEN TAPOJEN OPETTELUN TUKEMISEEN – MITÄ JA MITEN?
9.45-10.30	OMAOHITO TULE-VAIVOJEN HOIDON KULMAKIVENÄ Riikka Holopainen Ft, TtT, Etelä-Savon hyvinvointialue Eloisa ja Movedoc Oy	13.20-13.30	Pilvikki Absetz PsT, professori, Tampereen yliopisto ja Collaborative Care systems Finland
10.30-10.45	ELINTAPOJEN MERKITYS TULE-TERVEYDELLE Jaro Karppinen Kansallisen TULE-ohjelman ohjausryhmän pj, fysiatrian erikoislääkäri, professori Oulun yliopisto ja kuntoutusjohtaja Etelä-Karjalan hyvinvointialue	13.30-13.50	JÄRJESTÖESITTELY
10.45-11.30	KÄYTTÄYTYMISEN MUUTOS – MITEN AMMATTILAINEN VOI TUKEA? Pilvikki Absetz PsT, professori, Tampereen yliopisto ja Collaborative Care systems Finland	13.50-14.50	KAHVI
		14.50-15.00	MATERIAALEJA KIVUN OMAHOIDON TUEKSI – MITÄ JA MITEN? Riikka Holopainen Ft, TtT, Etelä-Savon hyvinvointialue Eloisa ja Movedoc Oy
			YHTEENVETO JA KESKUSTELU