

Bli treningskontakt!



Nærøy og Vikna arrangerer treningskontaktkurs 19. og 20. april kl. 17.30-21.30 på Rørvik samfunnshus

Som treningskontakt bidrar man til å skape positive opplevelser og hjelpe personer – enkeltindivider eller grupper - med økt mestring rundt fysisk aktivitet og friluftsliv

Målgruppe for treningskontaktkurset

- Alle med interesse for fysisk aktivitet, idrett og friluftsliv og som ønsker å jobbe med mennesker.
- Ansatte innen psykiatrien, helse- og sosialtjenesten, samt personer i frivillige lag og foreninger.
- Personer som i dag arbeider som støttekontakter.

Kursinnhold

- Informasjon om treningskontaktordningen
- Treningsveiledning og motiverende kommunikasjon
- Praktisk og teoretisk treningslære
- Informasjon om problematikk i tilknytning til rus og psykiske plager/lidelser

Kurset er gratis og inkluderer kursmateriell og lunsj begge dagene.
Ta med treningstøy til aktivitet utendørs begge dagene!

Påmeldingsfrist: 15. april 2016

For påmelding eller spørsmål, ta kontakt med en av følgende kontaktpersoner:
Reidun G. Korssjøen, e-post: reidun.korssjoen@naroy.kommune.no, tlf 412 33 057
Trond Stian Jenssen: e-post: Trond-Stian.Jenssen@vikna.kommune.no, tlf. 413 20 119
Anne-Lene F. Gregersen: e-post: Anne-Lene.Fadnes.Gregersen@naroy.kommune.no, tlf 415 72 318