

**Kenet julkkiksen tiedät, jolla on sama sairaus kuin sinulla?**

**Mitä odotat tältä päivältä / tapaamiselta?**

**Mitä ja miten kertoa työkavereille sairaudesta vai pitääkö suu kiinni?**

### **Vertaistreffien keskustelukortit**

#### **Käyttöohjeet:**

Tulosta tiedosto ja leikkaa kortit katkoviivoja pitkin.

Nappaa keskustelukortit käyttöön ja avaa keskustelu!

1. Jaa jokaiselle osallistujalle kortti.
2. Vastatkaa vuorotellen kysymyksiin.
3. Anna keskustelun sopivasti rönstyä, mutta huolehdi, että jokainen pääsee ääneen.

Tyhjiin kortteihin voit keksiä omia



**Mistä olet saanut tietoa sairautesi liittyen?**

**Millaiset asiat tuottavat sinulle iloa?**

**Mikä tekee arjestasi hyvää?**

**Mikä on hulluinta, mitä sairautesi kanssa on tapahtunut?**

**Millaisia tunteita  
sairautesi sinussa  
herättää?**

**Millainen vaikutus  
sairaudellasi on  
jaksamiseesi?**

**Kerro vinkki arjen  
sujumiseen  
sairauden kanssa.**

**Mikä on tärkeintä,  
mitä olet saanut  
yhdistyksen  
toiminnasta?**

**Millainen vaikutus  
sairaudellasi on  
itsetuntoosi?**

**Mitä olisit halunnut  
kuulla konkarilta,  
kun sairastuit?**

**Millainen vaikutus  
sairaudellasi on  
uneesi?**

**Millainen vaikutus  
sairaudellasi on  
ihmissuhteisiisi?**

**Onko mieleesi jäänyt  
mediasta joku juttu  
sairauteesi liittyen?  
Miksi se jäi mieleesi?**

**Mitä laukustasi  
löytyy sairautesi  
liittyen?**

**Mitä teet / teetkö jotain  
aamulla ensimmäiseksi  
tai illalla viimeiseksi  
sairautesi liittyen?**

**Miten päädyit  
mukaan tähän  
tapahtumaan?**

**Miten voisit itse  
viedä tietoa  
sairaudestasi  
eteenpäin?**

**Keneltä olet saanut  
parhaiten tukea  
sairautesi kanssa  
elämiseen?**