

TYÖHYVINVOINTIKOULUTUS

Ilmoittautuminen:

sanna.miettinen@treili.fi

- osallistujan nimi
- osallistujan yhteystiedot (sähköposti ja puhelinnumero)
- organisaatio
- työtehtävä
- laskutusosoite

YHTEYDENOTOT

Sanna Miettinen
Työhyvinvoinnin
ja organisaatiokäyttötymisen
asiantuntija
sanna.miettinen@treili.fi
p. 010 526 6030

TAVOITE:

Koulutuksen tavoitteena on vahvistaa työntekijän voimavaroja suhteessa työn vaatimuksiin.

KOHDERYHMÄ:

Koulutus on tarkoitettu kaikille työssä oleville työntekijöille, jotka ovat kiinnostuneita omasta työhyvinvoinnistaan.

SISÄLTÖ:

- Teoriatietoa mm. työhyvinvointi – ja työkykymalleista
- Perustietoa stressistä ja stressioireista
- Konkreettisia harjoituksia, joissa pysähdytään tutkimaan oman työn vaatimuksia suhteessa omiin, käytettävissä oleviin voimavaroihin.
- Keinoja omien voimavarojen vahvistamiseen ja palautumiseen.

Toteutus: to 19.9.2019 klo 9.00-15.00,
Mylly-auditorio Koulukatu 13B, Tampere

Hinta: 220€ + 24 %alv.

Viimeinen ilmoittautuminen 29.8.2019 mennessä.
Ilmainen peruutus 29.8.2019 mennessä, tämän jälkeen peruutusmaksu 50% + 24%alv/hlö, koulutus ei sisällä tarjoilua.

Koulutukseen otetaan max. 40 osallistujaa ilmoittautumisjärjestyksessä.

Kouluttajana:

Työhyvinvoinnin ja organisaatiokäyttötymisen asiantuntija Sanna Miettinen

Sanna Miettinen

Hallintotieteen kandidaatti (HK)
Työnohjaaja (STOry)
Psykiatrinen sairaanhoitaja

