

## JÄRJESTÄÄ JÄSENISTÖLLEEN 'VOI HYVIN TYÖSSÄ!' - PALAUTUMISVALMENNUSKSEN SEKÄ WANAJA FESTARIT -LIPPUJA!

*Hektinen työelämä laittaa palautumiskykymme koetukselle. Jaksatko työpäivän jälkeen puuhailla itselle tärkeitä asioita, vai kuluttiko työpäivä kaikki voimat?*

*Palautuminen on aktiivista toimintaa, johon tämä valmennus antaa työkaluja ja vinkkejä. Jopa työpäivän aikana voi olla palauttavia hetkiä! Tule siis oppimaan lisää työhyvinvoinnista ja palautumisesta.*

Voi hyvin työssä! -valmennus

**keskiviikkona 24.4.2024 klo 18-20**

HAMK:n tiloissa Visamäessä

**Koulutuksen hinta 20€/jäsen**, sisältäen 2h koulutuksen ja pientä tarjoilua.  
Mukaan mahtuu 40 henkilöä ilmoittautumisjärjestyksessä.



Tilaisuuden valmentajana toimii Luotain Consulting Oy:n kouluttaja Taina Laane (YTM, Master of Applied Positive Psychology, ratkaisukeskeinen työnohjaaja STORY ja valmentaja, neuropsykiatrinen valmentaja ja itsemyötätuntomenetelmän kouluttaja).

Positiivisen psykologian pioneeri, jolla on myös pitkä kokemus esihenkilötyöstä sekä sen työnohjaamisesta. Hän on erittäin innostava ja pidetty huippukouluttaja ja luennoitsija, joka on mm. kirjoittanut kuusi positiivista psykologiaa ja ratkaisukeskeisyyttä soveltavaa teosta sekä hakenut oppeja USA:sta ja Kanadasta mm. positiivisesta psykologiasta, mindfulnessista ja myötätuntouppumuksesta.

**ILMOITTAUTUMINEN ALKAA torstaina 4.4.2024 klo 12.00**

**sähköpostilla:** [miiariitta.lindroos@gmail.com](mailto:miiariitta.lindroos@gmail.com)

\*\*\*\*\*

**LISÄKSI TÄMÄ!!** Yllä olevaan koulutukseen osallistuvat ovat oikeutettuja lunastamaan tulevan kesän 2024 kahden päivän rannekkeen Wanaja Festareiden liput omavastuuhintaan 60€ (ovh 139€).

Ilmoittaudu halutessasi siis samalla kertaa sekä valmennukseen että festareille! 1 lippu/jäsen.

HUOM! Jäsenyys on oltava voimassa 1.7.2024, jolloin liput jaetaan jäsenistölle.

