



Mistä löytää voiman lähteitä työssä jaksamiseen? **Tule mukaan Työn imua – valmennukseen!**

Valmennus perustuu

- aktiiviseen oppimiseen
- ratkaisujen tunnistamiseen ja harjoitteluun
- vertaistukeen
- myönteiseen palautteeseen

Käsiteltävät aihepiirit liittyvät

- työhön
- omaan hyvinvointiin
- sosiaalisiin verkostojen tunnistamiseen ja hyödyntämiseen
- muutosten ja työroolin hallintaan,
- elinikäiseen oppimiseen
- omiin tavoitteisiin

Valmennus kestää 16h ja se on jaettu neljälle päivälle.

Osallistuminen on työaika. Keskustele osallistumisestasi esimiehesi kanssa.

Valmennuspäivät

- **ma 2.12.2019 klo 8-12**
- **ti 3.12.2019 klo 8-12**
- **ke 4.12.2019 klo 8-12**
- **to 5.12.2019 klo 8-12**

Paikka Työterveys Wellamo Oy Salpausselän toimipiste, Keskussairaalan­katu 5, Lahti. Ryhti-tila.

Valmennuksen ohjaajat

Työterveyslaitoksen kouluttamat valmentajat
työterveyshoitaja Kristiina Uski ja työterveyshoitaja Katri Puustinen

Ilmoittautuminen ma 18.11 mennessä
Työterveyshoitaja Katri Puustinen katri.puustinen@tyoterveyswellamo.fi