



TYÖHYVINVOINTI JA TYÖSSÄ JAKSAMINEN -KOULUTUS

PERJANTAI-LAUANTAI 30.09.-01.10.2022

Kyyhkylä Wellbeing Resort, Kyyhkyläntie 6, Mikkeli

1 (2)

Järjestäjät: OAJ:n Etelä-Savon alueyhdistys ry ja TJS

Koulutukseen on mahdollista osallistua myös etänä, eli Anna Lohmanin luennoille lauantaina. Koulutuksen tavoitteena on antaa eväitä opetushenkilöstön työssä jaksamiseen ja työstressin hallintaan.

Kohderyhmä: Opettajat, jotka eivät ole aiemmin osallistuneet vastaavaan koulutukseen Anttolan-hovissa 2020 ja Tanhuvaarassa 2021.

OHJELMA

Perjantai 30.09.2022

16.30–17.00	Majoittuminen, aloituskahvi/-tee ja suolainen kahvileipä	
17.00–17.45	Ajankohtaista edunvalvonnasta ja OAJ:n toiminnasta	J.F.
18.00–	Omatoimista liikuntaa, eli kuntosali/uinti/ulkoilu	
20.30–	Illallinen	

Lauantai 01.10.2022 (Lauantain ohjelmaan voi osallistua myös etänä klo 9.00–13.00.)

8.00–9.00	Aamiainen	
9.00–11.00	Työssä jaksaminen ja opettajan rooli	A.L.
11.00–11.30	Huoneiden luovutus	
11.30–13.00	Keho ja mieli stressin säätelyssä	A.L.
13.00–14.00	Lounas	

J.F. = Jorma Flinkman, puheenjohtaja, OAJ Etelä-Savo

A.L. = Anna Lohman, psykologi ja ekonomi



Koulutukseen Kyyhkylässä on varattu paikat 40 osallistujalle. Koulutus ja ohjelmassa mainitut tarjoilut ovat ilmaisia. Majoitus on maksuton. Majoittuminen on mahdollista yhden hengen huoneesta lisämaksusta, jos hotellissa on tilaa. Toivomus yhden hengen huoneesta on tehtävä ilmoittautumisen yhteydessä ja huonehintojen erotuksen (40,00 €) maksaa osallistuja itse hotellilla. Matkakulut jokainen kustantaa itse.

ILMOITTAUTUMINEN

ILMOITTAUTUMINEN:

**OSALLISTUMINEN KOULUTUKSEEN
KYYHKYLÄSSÄ PERJANTAINA
JA LAUANTAINA 30.09.–01.10.2022**
Pyydämme ilmoittautumiset **keskiviikkoon
21.09.2022 mennessä** alla olevan
linkin kautta:

<https://q.surveypal.com/Ilm.-Tyohyvinvointi-30.09.-01.10.22>

ILMOITTAUTUMINEN / ETÄ:

**OSALLISTUMINEN KOULUTUKSEEN
ETÄNÄ VAIN LAUANTAINA 01.10.2022**
Pyydämme ilmoittautumiset **keskiviikkoon
28.09.2022 mennessä** alla olevan linkin
kautta:

<https://q.surveypal.com/Ilm.-Tyohyvinvointiluento-01.10.2022>

Osallistumislinkki lähetetään ilmoittautu-
neille ennen tilaisuutta.

Jos linkki ei avaudu, kopioi se ja liitä selaimen osoiteriville.
Lomakkeella antamasi henkilötiedot tallennetaan yhdistyksen rekisteriin.
Tietosuojaseloste: www.oajetasavo.fi/yhteystiedot

Tervetuloa!

OAJ:n Etelä-Savon alueyhdistys ry

Teija Mustaparta
Koulutusjaoston puheenjohtaja

Jos joudut perumaan osallistumisesi, niin ilmoitathan siitä välittömästi Teija Mustaparralle:
teija.mustaparta@sulkava.fi, 040 910 6458

