

VIRITÄ TYÖHYVINVOINTIASI!

16.11.2021

15-19

OHJELMA

15.00 Tervetuloa

Anita Saarela-Myllylä/KSAK Oy ja Riina Pelli/Fysioterapia KKK

15.15 Viritä työtilaasi - työympäristö tukee työhyvinvointia

Tiina Marja Kaislakannas/Arcesi Design

16.30 Aivotyö – kuormitus haltuun ja työ sujuvaksi

Tiina Heusala/Työterveyslaitos/Työkykyä soteyrittäjän arkeen
– keinoja työn kuormitustekijöiden hallintaan-hanke

17.00 Yrittäjän jaksaminen vaikeissa paikoissa, Case Auntie

Mervi Lamminen/Auntie

17.30 Tauko

Tarjolla pientä purtavaa paikan päällä

17.50 Tunteet apuna yrittäjän jaksamisessa

Kirsi Nurminen/MIELI Suomen Mielenterveys ry/MYÖTE-hanke

18.20 Konkreettisia työkaluja oman työhyvinvoinnin edistämiseen

Riku Aalto/Impulssi

18.50 Tilaisuuden päätös

ILMOITTAUDU:

ksak.fi/hankeet/tyohyvinvointi/tapahtumat/



Tapahtuman järjestävät:

Tuottavuuden ja työhyvinvoinnin kehittäminen Koillismaalla ja Koodeja Naisryrittäjyyteen -
hankeet

Tapahtumapaikat: Kuusamossa Kuusamon Lukion auditorio, Kajaanissa Kajaanin ammattikorkeakoulun Taito2-Älysalii

