

Mielenterveys työyhteisötaiona 05.02. - 07.02.2020

Keskiviikko 05.02.2020

1. päivä:
Mitä hyvä mielenterveys on &
Tunnetaidot ja vuorovaikutus

09:30 - 10:00 Tulokahvit, Mikonkatu 8 A 5. krs

10:00 - 12:15 Koulutus

Tiina Lumijärvi

12:15 - 13:00 Lounas

13:00 - 14:30 Koulutus

Tiina Lumijärvi

14:30 - 14:45 Kahvi

14:45 - 16:15 Koulutus

Tiina Lumijärvi

Torstai 06.02.2020

2. päivä:
Elämän kriisit, elämänhallinta ja stressinhallinta &
Työhyvinvointi ja mielenterveys työyhteisössä

08:30 - 11:30 Koulutus

Tiina Lumijärvi

11:30 - 12:15 Lounas

12:15 - 13:45 Koulutus

Tiina Lumijärvi

13:45 - 14:00 Kahvi

14:00 - 16:15 Koulutus

Tiina Lumijärvi

Perjantai 07.02.2020

3. päivä:
Positiivisen psykologian menetelmiä hyvinvointiin &
Vahvuuksien ja voimavarojen edistäminen työyhteisössä

08:30 - 10:30 Koulutus

Susanna Posio

10:30 - 11:15 Koulutus

Aila Peippo-Pasuri

11:15 - 12:00 Lounas

12:00 - 13:30 Koulutus

Aila Peippo-Pasuri

13:30 - 13:45 Kahvi

13:45 - 14:30 Koulutus

Todistusten jako