**Henkilöstön edustajien voimavarapäivät**

**1. päivä**

Klo 10.00 - 16.30 (sis. 45 minuutin ruokailutauko)

Mitä minulle kuuluu? Henkilöstön edustajan tehtävät, oma hyvinvointi ja jaksaminen

Kuormitustekijöiden ja voimavaroja lisäävien tekijöiden tunnistaminen, kuormitustekijöiden vähentäminen ja voimavarojen vahvistaminen

Henkilöstön edustajan kehityskeskustelu ja hyvinvointisuunnitelma

**2. päivä**

Klo 8.30 - 15.30 (sis. 45 minuutin ruokailutauko)

Inhimillinen vuorovaikutus, viestintä ja tunteet työelämässä

Millaisia tunteita työyhteisöissä liikkuu?

Tunteet kestävän työelämän rakentamisessa

Mitä tarkoittaa tunneäly?

Mitä voi tehdä, jos työpaikan tunneilmasto on painostava?

Saako työpaikalla ilmaista negatiivisia tunteita?