



Tervetuloa sinulle suunnattuun jäseniltaan !

Iltaan sisältyy

- Optimal Performance työhyvinvointivalmentaja, fysioterapeutti, Sanna Eloranta aloittaa illan. Sannan aiheena on *väsyneestä virkeäksi!*
 - ☞ **Tehy tarjoaa** osallistujille mahdollisuuden osallistua Optimal Performancen 4vko verkkovalmennukseen – *vie opit käytäntöön!*
- Illassa on mukana nuoria tehyläisiä aktiiveja, jotka kertovat omasta kokemuksestaan Tehyn toiminnasta ja miten vaikuttaa siihen mitä Tehy tekee. *Kuinka sinä muuttaisit Tehyä enemmän itsesi näköiseksi?*
- Aluetoimiston järjestöasiantuntija on illassa paikalla kertomassa Tehystä ja vastaamassa kysymyksiin Tehyn toiminnasta.
- Tarjolla pientä purtavaa ja asianmukaiset juomat Tehyn piikkiin Sokos hotel Tornin O'Malleys Loungeen (1.krs) rennossa ilmapiirissä.



Missä, milloin, miten mukaan?

- **Tiistaina 27.9. klo 18:00** alkaen. Tule mielellään ajoissa. Sannan luento alkaa klo 18.
- **Sokos hotel Torni** on Helsingin keskustassa osoitteessa Yrjönkatu 26. **O'Malleys Loungeen** on oma sisäänkäynti rakennuksen 1.kerroksessa.
- Ilta on tarkoitettu nuorille Tehyläisille aikuisille, eli alle 30-vuotiaille tai noin 30-vuotiaille Tehyn jäsenille.
- Mukaan pääset **ilmoittautumalla** Tehyn jäsensivuille kirjautumalla ja omista tiedoista löytyvän **koulutuskalenterin** kautta tai oheisen [linkin](#) kautta.
- Ilmoittautuminen viimeistään 19.9. ja mukaan mahtuu 50 ensimmäistä ilmoittautunutta.

Lisätietoja?

Tehyn Helsingin aluetoimisto

Puhelin: (09) 5422 7225

helsinginaluetoimisto@tehy.fi