

Mielen hyvinvointia työelämään

Hinta

600€

+ alv 25,5 %

Koulutuksen sisältö

Tutustumme mielen hyvinvointiin ja hyvinvointiharjoituksiin, joita voit hyödyntää työyhteisössäsi ja omassa elämässäsi. Koulutuksessa käsittelemme voimavara- ja kuormitustekijöitä, palautumiskeinoja, tunne- ja vuorovaikutustaitoja sekä työhyvinvointiin vaikuttavia tekijöitä.

Kuulostavatko edellä mainitut asiat hyödyllisiltä työyhteisönne kannalta? Tartu tilaisuuteen ja varaa neljän tunnin koulutus työyhteisöllesi.

Koulutusta voimme myös muokata työpaikkanne tarpeiden mukaan.

Lisätiedot

Minna Luoto

uraohjaus TyöHäme

+358 407130577

minna.luoto@lhkk.fi

Maija Tuomola

opettaja

+358 469215305

maija.tuomola@lhkk.fi

Faktia Oy

Menestyksesi kumppani

[faktia.fi](https://www.faktia.fi)

