



IHAN INTONA -koulutuspäivä

Ilo, innostuminen ja yhdessä tekeminen tukevat vapaaehtoisen hyvinvointia ja jaksamista. Mutta miten pitää niitä yllä silloin, kun kiire painaa päälle ja odotukset vyöryvät yli. Ihana intona -koulutuspäivän aikana paneudutaan pohtimaan ilon ja innostumisen säilyttämisen saloja sekä vahvistamaan yhdessä tekemisen kulttuuria. Päivä sisältää sekä alustuksia, yhteistä keskustelua että yhdessä tekemistä. Koulutuspäivä sopii niin vapaaehtois- kuin kaikille yhdistystoimijoille.

Aika 18.8.2020

Paikka Kongressikeskus Valkea, Koulukatu 47, 60100 Seinäjoki

Päivän ohjelmarunko

9.30 Aamukahvit ja tervetuloa

9.45 Keitä me olemme?

10.00 Mistä minun iloni syntyy?

Motivaatio on jaksamisen kivijalka

Jee, tämä on kivaa eli innostumisen ylläpitäminen

Laita kiire aisoihin

12.00 Lounas

13.00 Yhdessä olemme enemmän

Minusta meihin – ryhmässä opimme itsestämme

Toimiva vuorovaikutus on yhdessä tekemisen edellytys

15.30 Leppoisasti kotia kohti

Päivän hinta 15 €/henkilö. Ilmoittautumiset 4.8.2020 mennessä (tarvitaan tarjoilujen vuoksi niin aikaisin) toimistolle, os. etela-pohjanmaa@elakeliitto.fi tai 050 414 66 99.

Lämpimästi tervetuloa!



Eläkeliiton Etelä-Pohjanmaan piiri

Vapaaehtoistoimikunta

