

Uupumaton tulevaisuus -luentosarja

Ilmoittautuminen ja lisätietoa:

<https://uupuneet.fi/tapahtumat/>

uupuneet

Uupumaton tulevaisuus -luentosarja kaikille aiheesta kiinnostuneille

Ke 25.8.2021
klo 18:00

Miten uupumus ilmenee ja miten työpaikoilla voidaan tunnistaa se?
Maarit Lindström, työterveydenhuollon erikoislääkäri, Kivitasku Hiking

Ke 22.9.2021
klo 18:00

Tunteet ja positiivisten rajojen asettaminen
Katja Koskimies, B.UP Founder, Life Coach, Business Developer, BupUP Oy

Ke 20.10.2021
klo 18:00

Uupumukselle altistavat ajattelu- ja toimintamallit
Anneli Sormunen, työterveyspsykologi, psykoterapeutti, työnohjaaja, Emotia Oy

Vko 47/2021

Kuinka tuen lähimmäistäni uupumatta itse
Mielenterveyden keskusliitto

Ke 15.12.2021
klo 18:00

Uupumuksesta uuteen elämään
Paula Kyllönen, ratkaisukeskeinen valmentaja, ohjaaja

To 27.1.2022
klo 18:00

Mistä tekijöistä työhyvinvointi muodostuu
Pauliina Lukkarinen, kouluttaja, työnohjaaja, KM, FT, Prana Pauliina

Ke 23.2.2022
klo 18:00

Työuupumukseen vaiheet ja siitä toipuminen
Heidi Immonen, rentoutusvalmentaja, hermoratahieroja, KM, Sammalmaja

3/2022

Mielenterveys
Sari Nuikki, Mieli ry, erityisasiantuntija, psykologi, Mielenterveys työelämässä -yksikkö

Luentosarjaa rahoittaa

OULU



Hyvät Tuulet ry

Yhteistyökumppaneina toimivat



Mielenterveyden
keskusliitto

mieli