

Melan työhyvinvointipäivä apurahatutkijoille

"Opi ajattelevaan
toisin ja valtaa tilaa
mielekkäälle työlle!"



Elina Henttonen

työelämän tutkija ja kouluttaja,
Valtaamon perustaja.

"Hallitse stressiä
ja opi tuntemaan
aivosi!"



Minna Huotilainen

aivotutkija, kognitiotieteen
dosentti.

keskiviikko 4.10.2017 kello 12–16.

Tieteiden talo, Kirkkokatu 6, Helsinki.

Tilaisuudessa saat eväitä stressinhallintaan, itsesi johtamiseen
sekä työn mielekkyyden lisäämiseen.

Tilaisuus on maksuton.

Ohjelma

12.00 Tilaisuuden avaus

Päivi Huotari, Melan toimitusjohtaja

Eeva Rantala, Tieteentekijöiden liiton toiminnanjohtaja

12.30 Aivoergonomiaa ja stressinhallintaa apurahatutkijoille

Minna Huotilainen, aivotutkija

13.30 Kahvitaun lomassa pääset myös

- Haastamaan Melan työeläkeasioissasi.
- Tapaamaan standillä liittosi yhteyshenkilöt.
- Kuulemaan TJS Opintokeskuksen työhyvinvointihankkeesta.

14.30 Miten lisätä työn mielekkyyttä?

Elina Henttonen, työelämäntutkija, kouluttaja

Ilmoittautuminen 24.9.2017 mennessä Lyytissä

Lisätietoja

Erik Lindroos, puh. 0500 467 658 tai erik.lindroos@mela.fi

Pirjo Saari, puh. 0400 341 390 tai pirjo.saari@mela.fi