

Hyvinvoiva opettaja / ohjaaja - Torstai-iltapäivät

Valmennus soveltuu sinulle opettaja tai ohjaaja, joka haluat selkeyttää omia tavoitteitasi, löytää vahvuuksiasi, lisätä kokonaisvaltaista hyvinvointiasi ja vahvistaa osaamistasi. Saat työkaluja, joiden avulla kehittää itseäsi ja omaa elämääsi. Valmennuksen aikana harjoitellaan myös dialogitaitoja.

Paikka: Ammattiopisto Tavastia, Hattelmalantie 8, 13101 Hämeenlinna

Päivien teemat ja ajankohdat:

30.1. klo 13-16 Oman elämän johtaminen

- Valmennusohjelman esittely
- Ratkaisukeskeisyys ja myönteinen psykologia
- Dialogitaidot
- Tilannekartoitus ja tavoitteiden asettaminen

20.2. klo 13-16 Itsetuntemus

- Omien vahvuuksien löytäminen
- Omien vahvuuksien hyödyntäminen
- Oman näköisen elämän luominen

27.3. klo 13-16 Kokonaisvaltainen hyvinvointi

- Mitä hyvinvointi on?
- Fyysinen, psyykinen, emotionaalinen, sosiaalinen ja älyllinen hyvinvointi

24.4. klo 13-16 Ajanhallinta

- Suunnittele ajankäyttöäsi
- Stressinhallinta

22.5. klo 13-16 Oman näköinen elämä

- Oman elämän käsikirja
- Uravalmennus

Kouluttajana:

Kouluttaja, life coach **Riikka Michelsson**, Kiipulan koulutus- ja kuntoutuskeskus

Ilmoittaudu 20.1.2014 mennessä Verkkolomakkeella; <http://bit.ly/HomwOo>

Ryhmään voidaan ottaa maksimissaan 12 osallistujaa ja paikat täytetään ilmoittautumisjärjestyksessä.

OPELIX VERKOSSA:

<http://opelix.wikispaces.com/>

www.facebook.com/opelixosaavaoppilaito



Ammattiopisto ja Lukioliikelaitos Tavastia • Faktia koulutus Oy • Forssan ammatti-instituutti • Hattulan kunta, sivistystoimi • Hyria koulutus Oy • Hämeenlinnan kaupunki, opetuspalvelut • Hämeen ammatti-instituutti • Janakkalan kunta, sivistystoimi • Kiipulan ammattiopisto • Vanajaveden opisto

Opelix – osaava oppilaitos on Etelä-Suomen aluehallintoviraston rahoittama hanke, joka on osa valtakunnallista Opetus- ja kulttuuriministeriön OSAAVA -ohjelmaa (2010-2016). Hanke tähtää opetustoimen henkilöstön osaamisen kehittämiseen, yhteisen ja tarvelähtöisen täydennyskoulutustoiminnan pysyvien rakenteiden luomiseen sekä koulujen ja oppilaitosten suunnitelmallisen verkostoyhteistyön tukemiseen.

Hallinnoija: Koulutuskuntayhtymä Tavastia: Ammattiopisto Tavastia, Hattelmalantie 8, PL 30, 13101 Hämeenlinna, puh. 03 65 811
Projektipäällikkö Anni Hult, anni.hult@kktavastia.fi, puh. 050 4400 459