

Onnentaitopolku

Onnellinen ihminen voi hyvin, mikä säteilee myönteisesti koko työyhteisöön. Tutkimusten mukaan ihminen voi vaikuttaa omaan onnellisuuteensa jopa 40 % - ja mikä parasta, *onnellisuustaitoja voi jokainen opetella*, niin yksin kuin ryhmässäkin!

Onnentaitopolku tarjoaa oivan mahdollisuuden omien onnellisuustaitojen ja kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin vahvistamiseen. Se soveltuu mainiosti mm. erilaisten työhyvinvointi-, tiimi-, suunnittelu- ja kokouspäivien aktivoivaksi osuudeksi.



Onnentaitopolku alkaa lyhyellä alustuksella onnellisuudesta ja siihen vaikuttavista tekijöistä. Alustuksen jälkeen tehdään pienryhmissä onnellisuustaito-harjoitteita erilaisilla tehtävärasteilla. Lopuksi kokoontutaan yhteen, jaetaan tehtävärastien onnellisuus-anteja niin työhön kuin omaan elämään.

Onnentaitopolun kesto on 2 h. Lämpimällä säällä nautitaan raikkaasta ulkoilmasta, talvella ollaan sisätiloissa. Hinta 350 € + alv 24 %. Max 30 osallistujaa.

Onnellisena nautit elämästäsi enemmän!

Onnentaitopolun oppaana toimii työyhteisövalmentaja Maarit Slätis

FIND YOUR MIND työhyvinvointipalvelut

maarit.slatis@findyourmind.fi, www.findyourmind.fi p. 040 574 2964