

WORKSHOP 3 | Työnhakuhyvinvoinnin olohuone

Piilo-osaajat ry tarjoaa Työnhakuhyvinvoinnin olohuoneessa puheenvuoroja ja sparrausta hyvinvointiin työnhakuaikana. Niihin tilanteisiin, kun huomaat olevasi vailla työyhteisöä tai kaipaavasi yhteisöä työnhakuun työsuhteen aikana.

- 9.30 Päivän avaus**
Virpi Naukkarinen, Piilo-osaajat ry
- 10.00 Verkostoituminen työnhakijana ja työelämässä**
Noora Luutonen, HR Manager ja kokemusasiantuntija
- 11.00 Stressinhallinta osana henkistä suorituskykyä työnhakuaikana**
Mia Kajosmäki, työyhteisö- ja mentaalivalmentaja sekä
Jenni Sofia, mentalisti ja mentaalivalmentaja
- 13.00 Yhteisöllinen työnhaku**
Jaana Saramies, Piilo-osaajat ry
- 14.00 Voimavarojen vaaliminen työhaussa**
Jaana-Piia Mäkinieniemi, työhyvinvoinnin asiantuntija ja tutkijatohtori
- 15.30 Mindfulness-hetki**
Jaana Roschier, mindfulness-ohjaaja CFM ja coach

Voit myös varata yhden tunnin yksilöcoachauksen haluamaasi aiheeseen liittyen Raisa Aromaalta, ratkaisukeskeiseltä coachilta (opiskelija). Raisan coachaus-tunnit varataan paikan päällä Olohuoneestamme; näitä on tarjolla vain kourallinen, joten ole nopea! Lisäksi työnhaun sparraajat ovat tavattavissa nonstopina klo 9–15:30! Tule kysymään palautetta CV:stäsi, LinkedIn-profiiliisi sekä muutoin työnhaun keinoihin tai hyvinvointiin liittyviä asioita.