****

**Työstressi ja hyvinvointi opettajan työssä**

**ke 16.3.2022**

**klo 17-20**

**Teatterihotelli, Riihimäki**

Tilaisuuteen on tervetulleita kaikki kantahämäläisten OAJ:n paikallisyhdistysten jäsenet.

Opettajan työ muuttuu ja vaatimukset ovat kasvussa. Työ tuntuu usein stressaavalta, rajattomalta, epäselvältäkin. Kuinka erilaisten vetoomusten ja vaatimusten ristiaallokossa voi huolehtia omasta stressitasosta ja palautumisesta? Kuinka melkoisen rajatonta työtä voi pyrkiä rajaamaan niin, että työstä irtautuminen mahdollistuu? Entä miten suhtautua erilaisiin opettajan työroolia koskeviin odotuksiin, joita ympäristöllä ja ehkä itselläkin on?

Anna Lohman on työpsykologi ja työnohjaaja, joka on erikoistunut työhyvinvointia koskeviin erityiskysymyksiin. Opettajan työhyvinvointikoulutuksessa hän käsittelee laajasti työstressin tematiikkaa opettajan työroolin näkökulmasta.

**Illan ohjelma**:

klo 17.00-17.50 Tarjoilu noutopöydästä

klo 18.00-20.00 Työstressi ja hyvinvointi opettajan työssä, Anna Lohman, psykologi PsM, työnohjaaja

Henkilökohtaiset [ilmoittautumiset](https://q.surveypal.com/Tyostressi-ja-hyvinvointi-opettajan-tyossa-16.3.2022) pe 25.2. klo 15 mennessä.

**TERVETULOA!**

Timo Hillman Katri Juvonen

puheenjohtaja alueasiantuntija

040 1369 277 040 1369 278

**OAJ Kanta-Hämeen ohjeet tilaisuuksiin ilmoittautumisesta**

**1.Tilaisuuksiin ja koulutuksiin ilmoittautuminen**

* Ilmoittaudu tilaisuuteen tai koulutukseen kutsussa mainittuun osoitteeseen annettuun päivämäärään mennessä.
* Peruutukset mahdollisimman varhain ennen ilmoittautumisajan päättymistä p.050 513 7855 tai oajkantahame@gmail.com
* Jokainen osanottaja ilmoittautuu henkilökohtaisesti, ilmoittautuminen tarkoittaa, että osallistut koulutukseen tai muuhun tilaisuuteen kokoaikaisesti. Noudata annettuja aikatauluja.

**2. Osallistumisen peruuttaminen**

* Jos peruutat ilmoittautumisesi ohjeen mukaan, sinulle ei aiheudu kustannuksia.
* Jos peruutat osanottosi lähitilaisuuteen ilmoittautumispäivän päättymisen jälkeen ilman lääkärintodistusta tai muuta pätevää selvitystä, veloitetaan Sinulta tilaisuuden tarjoilun hinta. Päätöksen laskuttamisesta tekee puheenjohtaja.

Jos itse et voi osallistua tilaisuuteen, johon olet jo ilmoittautunut, voit hankkia itsellesi kohderyhmän mukaisen sijaisen. Ilmoita sijaisen nimi ja yhteystiedot tilaisuuden järjestäjälle.