

Siikaranta-opistossa

RAKENTAJANAISTEN TAPAAMINEN

Lauantai 17.4.

- 10.00 - Avaus
Mitä kuuluu Rakennusliittoon,
Tiina Nurmi-Kokko (Sali 1-2)
Tutustumista, tavoitteita yhdessä
- 11.30 - Lounas, majoittuminen
- 12.30 - Työergonomiaa, ohjeita ja esimerkkejä
- 14.00 - Kahvi
- 14.30 - Muutosturvasta, omaehtoisesta koulutuksesta Saana Siekkisen (SAK)
ja Vesa Holapan (Siikaranta) puheenvuorot
- vapaata keskustelua näistä ja muista tärkeistä aiheista
- 17.00 - Päivällinen
Happihyppy hyvässä seurassa
- 19.00 - Saunat
- 20.30 - Tanssin rentouttava vaikutus vuorovaikutteisessa ympäristössä
Mittamies - bändi tahdittaa

Sunnuntai 18.4.

- Aamukävely
- 8.00 - Aamiainen
- 9.00 - Työhyvinvoinnista, jaksamisesta työssä - Kuntoterveys
- 10.30 - Agressiot nurkkaan kuntonyrkkeilyllä
- 11.30 - Lounas
Huoneet luovutetaan klo 14 mennessä
- 12.15 - Tehdään oma talismaani, Hanna Juurinen ohjaajana
- 14.00 Keskustelua, yhteenveto ja hellät jäähyväiset
Kahvi

Lapsiparkki järjestetään luentojen ajaksi. Osa ohjelmasta toteutetaan yhdessä konemiesten kanssa.

