



EKL Elinvoimaa kutsuu eläkkeensaajia KESÄMIELI-koulutukseen, jossa

... saa harjoitella käytännössä heti käyttöönotettavia, uusia sekä helppoja toiminnallisia menetelmiä

... saa ideoita, oivalluksia, rohkeutta ja vahvistusta omaan osaamiseen

... saa tutustua uusiin ihmisiin, vaihtaa kokemuksia ja kokea mukavaa yhdessäoloa

... saa selkeää, osallistavaa ja innostavaa opetusta

Kenelle Kesämieli-koulutus on tarkoitettu

EKL -yhdistysten kaikille eläkkeensaajille ja erilaisten kerhojen vetäjille ja, jotka haluavat oppia uutta. Osallistujien ei tarvitse osata entuudestaan ryhmän ohjaamista. Voit tulla mukaan, vaikka kaverin kanssa.

Aika ja paikka

ma 17. – ke 19.8.2020

Rajaniemen loma- ja koulutuskeskus, Rajaniementie 35, Virrat.

Koulutuksen sisältö

Kesämieli-koulutuksessa perehdytään erilaisiin helppoihin menetelmiin, joita voidaan käyttää monenlaisten ryhmien ohjaamisessa ja tapaamisissa. Opetus ja harjoitukset tapahtuvat sekä sisällä että ulkona luonnossa.

Hinta

Koulutus on maksuton sisältäen opetuksen, jaettavan materiaalin, majoituksen, Rajaniemen keittiön runsaat ja maukkaat ateriat sekä saunomisen. Matkat korvataan erillisen ohjeen mukaan, joka jaetaan koulutuksen alussa.

Ilmoittautumiset

Viimeistään 3.8.2020 mennessä, joko Elinvoimaa nettisivuilla osoitteessa www.ekl.fi/jasenille/elinvoimaa/koulutus/ tai alla oleville henkilöille.

Lisätietoa

Joko anu.kuikka@ekl.fi 050 911 3247 tai janne.lahtia@ekl.fi 050 576 6918.

Päivien ohjelma -->



Ensimmäinen päivä

13:00	Ilmoittautuminen, tulokahvi ja majoittuminen huoneisiin
13:30 – 16:30	Koulutuksen avaus, lähtökohdat, odotuksia ja tunnelmia Tutustumis- ja luottamusharjoituksia
16:30	Päivällinen
19:00	Iltapala, sauna

Toinen päivä

8:00 – 9:00	Aamiainen
9:00 – 12:00	Kuvitelmia luonnossa Myönteinen muistelu
12:00-13:00	Lounas
13:00 – 16:30	Kesämuistoja Elävä taideteos Kesäolympialaiset
16:30	Päivällinen
19:00	Iltapala, sauna

Kolmas päivä

8:00 – 9:00	Aamiainen
9:00 – 12:00	Rentoutusmenetelmiä Suunnistus
12:00-13:00	Lounas ja kotiin lähtö

Huom! Ohjelmaan sisältyy toiminnallisia harjoituksia ja niitä toteutetaan niin paljon ulkona kuin mahdollista. Mikäli jonkin päivän aihe edellyttää, niin ohjelmaa voidaan jatkaa päivällisen jälkeen. Ohjelman sisällöllinen järjestys ja muutokset mahdollisia.

Hyvällä mielellä läpi elämän

www.ekl.fi/jasenille/elinvoimaa/