



Kesämieli-koulutus

Aika ja paikka ma 16.5.2022 klo 13:00 – ke 18.5.2022 klo 12:00
Rajaniemen loma- ja koulutuskeskus, Rajaniementie 35, Virrat.

Kenelle Kesämieli-koulutus on tarkoitettu - Koulutus on tarkoitettu kaikille eläkkeensaajille ja erilaisten kerhojen vetäjille ja, jotka haluavat oppia uutta. Osallistujien ei tarvitse osata entuudestaan ryhmän ohjaamista. Voit tulla mukaan, vaikka kaverin kanssa.

Kesämieli-koulutuksessa saa aikaisempiin koulutuksiin osallistuneiden mielestä harjoitella käytännössä heti käyttöön otettavia, uusia sekä helppoja toiminnallisia menetelmiä, saa ideoita, oivalluksia, rohkeutta ja vahvistusta omaan osaamiseen, tutustua uusiin ihmisiin, vaihtaa kokemuksia ja kokea mukavaa yhdessäoloa, selkeää, osallistavaa ja innostavaa opetusta.

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.

Koulutuksen 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 – Ilmoittautumiset viimeistään ma 2.5.2022 mennessä, joko Elinvoimaa nettisivuilla osoitteessa <https://www.ekl.fi/jasenille/ekl-elinvoimaa/koulutukset-ja-tapahtumat/> tai alla olevalle henkilölle.

Lisätietoa – Anu Kuikka 050 911 3247 tai anu.kuikka@ekl.fi

Koulutuspäivien ohjelma ->

<https://www.ekl.fi/jasenille/ekl-elinvoimaa/>

Hyvällä mielellä läpi elämän

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.

