**Liikunnan ja urheilun toimihenkilöt JHL ry:n**

**ajankohtaispäivä to 20.4. klo 12–18**

**Paikka** JHL-talo, Sörnäisten rantatie 23, 2.krs, koulutuistila Dolomiitti

**Kurssin kesto** 5 tuntia

**Kenelle tarkoitettu** Tarkoitettu Liikunnan ja urheilun toimihenkilöt JHL ry:n jäsenille

**Teemat**  Parempaa palautumista ja stressinhallintaa, Jaana Hautala

Ajankohtaiset sopimusasiat, Stina Koivisto ja Simo Mäki

**Lisätiedot** Lisätietoja stina.koivisto@eslu.fi tai puh. 045 2320110.

**Hakeminen** Ilmoittautumiset 12.4. mennessä stina.koivisto@eslu.fi tai puhelimella 045 2320110.

**OHJELMA**

|  |
| --- |
| **to 20.4. klo 12–17** |
| 12.00–13.00 | Lounas | JHL:n ravintola Hiidenkivi |
| 13.00–14.30 | Parempaa palautumista ja stressinhallintaa | Jaana Hautala |
| 14.30–15.00 | Kahvi koulutustilassa |  |
| 15.00–16.30 | Parempaa palautumista ja stressinhallintaa | Jaana Hautala |
| 16.30–17.30 | Ajankohtaiset sopimusasiat | Stina KoivistoSimo Mäki |
| 17.30–18.00  | Palautekeskustelu ja lopetus | Stina KoivistoSimo Mäki |