



Verkkovalmennuskurssi 15.2.-15.3.2021

Kenelle

Oletko jäänyt tai jäämässä eläkkeelle? Odotatko uutta vapautta innokkaasti vai tunnetko huolta? Miten käy merkityksellisyyden, entä kaipaako identiteettisi päivitystä? Miten teet haaveistasi totta jokapäiväisessä elämässä?

Valmennus on sinulle, joka olet uuden vapauden edessä etkä ihan tiedä, mitä sillä tekisit. Työura on antanut sinulle merkityksen tunteen, roolin ja identiteetin. Olet kuulunut kiinnostavaan ja innostavaan työyhteisöön. Eläkkeelle jäädessäsi menetät yhteisön, työhön liittyvän identiteetin ja raamin, jossa tekemiselläsi on merkitys.

Valmennukseen osallistuvat saavat tuoreen kirjan Valmistaudu vapauteen – Aloittelevan eläkeläisen työkirja 15 % alennuksella Suomalainen.com-verkkokaupasta.

Sisältö

Valmennuksen viiden illan ohjelmassa on seuraavat teemat:

1. Tutustuminen ja orientoituminen, omat odotukset ja haaveet
2. Lähipiirin odotukset, merkityksellisyys
3. Identiteetin muodostuminen, hyvä seura
4. Merkityksellisyys osaksi kalenteria, käytännön asioita kuten tavarat, talous, asiakirjat
5. Asuinpaikka, asumismuoto, yhteenveto ja arviointi

Valmennuksessa kuullaan asiantuntijoiden puheenvuoroja. Osallistujat kirkastavat omia ajatuksiaan työpajatehtävien avulla. Luentoja ja tehtävien herättämiä ajatuksia käsitellään ryhmissä, jotka pidetään sopivan kokoisina aktiivisen keskustelun mahdollistamiseksi.

Luennoitsijat

Filosofian tohtori *Pirkko Kasanen*.

Fasilitaattorina Maria Akatemian toiminnanjohtaja *Sari Nyberg*.

Aika

Zoom-verkkoalustalla viitenä iltana:
maanantaisin 15.2., 22.2., 1.3., 8.3. ja 15.3.2021
klo 17.00 – 18.30

Paikka

Zoom-verkkoalusta

Hinta

95 €

Ilmoittautuminen [lomakkeen kautta](#)

