



Verkkovalmennuskurssi 11.1.-8.2.2021

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.

Sisältö

Valmennuksessa tarkastellaan rauhassa omia odotuksia ja haaveita sekä lähipiirin odotuksia. Merkityksellisyys, identiteetti ja hyvä seura ovat hyvän elämän keskeisiä elementtejä ja niihin perehdytään. Hyvät asiat toteutuvat käytännössä, muun muassa ajankäytön kautta. Talouteen ja asumiseen liittyy uusia vapauksia mutta myös tarvetta varautua tulevaan.

Valmennuksessa kuullaan asiantuntijoiden puheenvuoroja. Osallistujat kirkastavat omia ajatuksiaan työpajatehtävien avulla. Valmennusryhmässä keskustellaan luentojen ja tehtävien herättämistä ajatuksista.

Luennoitsijat

Filosofian tohtori *Pirkko Kasanen*.

Fasilitaattorina Maria Akatemian toiminnanjohtaja *Sari Nyberg*.



Aika

Zoom-verkkoalustalla viitenä iltana: 11.1. maanantai, 18.1. maanantai, 26.1. tiistai, 1.2. maanantai ja 8.2. maanantai, klo 17.30 – 19.00

Paikka

Zoom-verkkoalusta

Hinta

95 €

Ilmoittautuminen [lomakkeen kautta](#)