

Majoitus kahden hengen
huoneissa.

Hinta TESO ry:n jäsenille
180 € / henkilö.

Sitova ilmoittautuminen
sähköpostitse 13.8.2010 mennessä

Toiminnanjohtaja Marjo Rönkä
marjo.ronka@tesory.com

Lisätietoja:
Toimistoassistentti Katri Valtonen
Puh. 044 523 6996



Terveys- ja Sosiaalialan
Yrittäjät – TESO ry
Tullikatu 10,
33100 Tampere
www.tesory.com
tesory@tesory.com

KUTSU

**Yrittäjän hyvinvoinnin
teemapäivät 3.- 4.9.2010**

Miten sinä voit?

Työntekijöihin verrattuna yrittäjällä on enemmän riskejä: toimeentulon epävarmuus, vaara menettää investoitua pääomaa tai työtä sekä henkilökohtaisen vastuun tuoma riski.

Yrittäjät eivät kiinnitä tarpeeksi huomiota omaan terveyteensä. Yrittäjät tekevät 20 % pidempää työpäivää kuin työntekijät ja heillä on keskimäärin vain kahden viikon kesäloma ja seitsemän muuta vapaapäivää vuodessa.

Työhyvinvointi:

Itsensä toteuttamisen, arvostuksen, verkostoitumisen ja turvallisuuden tarve sekä psyko-fysiologiset perustarpeet.

Keskinäinen Työeläkevakuutusyhtiö
Varma yhdessä Terveys- ja Sosiaalialan
Yrittäjät – TESO ry:n kanssa järjestää
Yrittäjän hyvinvoinnin teemapäivät
pe - la 3.-4.9.2010 Suomen
Urheiluopistolla Vierumäellä

Ohjelma

1. Päivä, perjantai 3.9.2010

- 10.00-11.00 Päivän avaus ja tulokahvit
11.00-13.00 Lääkäriaseman luento
13.00-14.00 Lounas, seisova pöytä
14.00-15.00 Ulkoliikuntaa
15.00-16.30 Kuntokartoitus
16.30-17.00 Välipala
17.00-18.00 Kuntokartoituksen palaute
18.00-19.00 Uimahalli
19.30-21.00 Päivällinen, seisova pöytä

2. Päivä, lauantai 4.9.2010

- 7.00-9.00 Aamiainen
Huoneen luovutus



VARMA

 **VIERUMÄKI**