

JHL:n

# Työhyvinvoinnin webinaarisarja

Onko korona vienyt mehut tai stressaako muuten vaan?

Tule parantamaan työhyvinvointiasi JHL:n työhyvinvoinnin webinaarisarjan luennoille!

Webinaareihin osallistuneiden kesken arvotaan luennoitsijoiden kirjoja.

Sarja on tarkoitettu kaikille JHL:n jäsenille. **Tervetuloa!**

## Webinaarien ajankohdat ovat:

**22.9. klo 17–18**

Hermosto 101 -  
hengityksellä huippu-  
kuntoon! hyvinvointi-  
valmentaja, liikemies  
**Ossi Valpio**

**20.10. klo 17–18**

Oman hyvinvoinnin ja  
jaksamisen edistäminen  
poikkeusaikana, dosentti  
**Marja-Liisa Manka**

**12.11. klo 17–18**

Palaudu & vahvistu, tieto-  
kirjailija, hyvinvointialan  
yrittäjä **Kaisa Jaakkola**

**17.12. klo 17–18**

Voimana toivo,  
psykoterapeutti  
**Maaret Kallio**



Ilmoittaudu [jhl.fi/omajhl](https://jhl.fi/omajhl) pian ja varmista,  
että olet mukana kuulemassa asiantuntijapuheenvuorot!

JHL-OPISTO

[jhl.fi/liity](https://jhl.fi/liity)

