

# Haluatko ...

- löytää uutta virtaa ja keinoja työssä jaksamiseen
- saada vertaistukea samojen työhaasteiden kanssa painivilta kollegoilta
- oppia ajankäyttöä ja stressinhallintaa
- pohtia työn työn kehittämistä ja muutostarpeita
- löytää keinoja oman kunnon ja hyvinvoinnin parantamiseen
- pysähtyä ja löytää uutta iloa elämään

## Apteekkareille suunnattu

### Valtakunnallinen työkykyä ylläpitävä ja parantava Tyk-kuntoutuskurssi (kurssinro 61802)

alkaa Kuntoutuskeskus Petreassa, Sokos Hotel Caribbean toimipisteessä joulukuussa 2015  
Kurssi toteutetaan kuudessa jaksossa.

#### Jaksojen aikataulu:

- 07.12. – 12.12.2015 6 vrk selvitysjakso
- 29.02. – 05.03.2015 6 vrk selvitysjakso
- 01.08. – 05.08.2016 1. valmennusjakso
- 31.10. – 04.11.2016 2. valmennusjakso
- 20.02. – 24.02.2017 3. valmennusjakso
- 08.05. – 12.05.2017 4.valmennusjakso

Ota yhteyttä omaan työterveyshuoltoosi tai lääkäriisi. Kuntoutushakemus KU101,  
Lääkärin B-lausunto sekä työterveyshuollon täyttämä liite KU108 lähetetään omaan Kelan toimistoon  
23.10.2015 mennessä. Ryhmän koko on 6-8 henkilöä

Lisätietoja kurssista antavat:

Johanna Puumalainen  
[Johanna.puumalainen@petrea.fi](mailto:Johanna.puumalainen@petrea.fi)  
puh. 040 192 6277

Sirpa Moilanen  
[sirpa.moilanen@aekassa.fi](mailto:sirpa.moilanen@aekassa.fi)  
puh. (09) 6126 2723