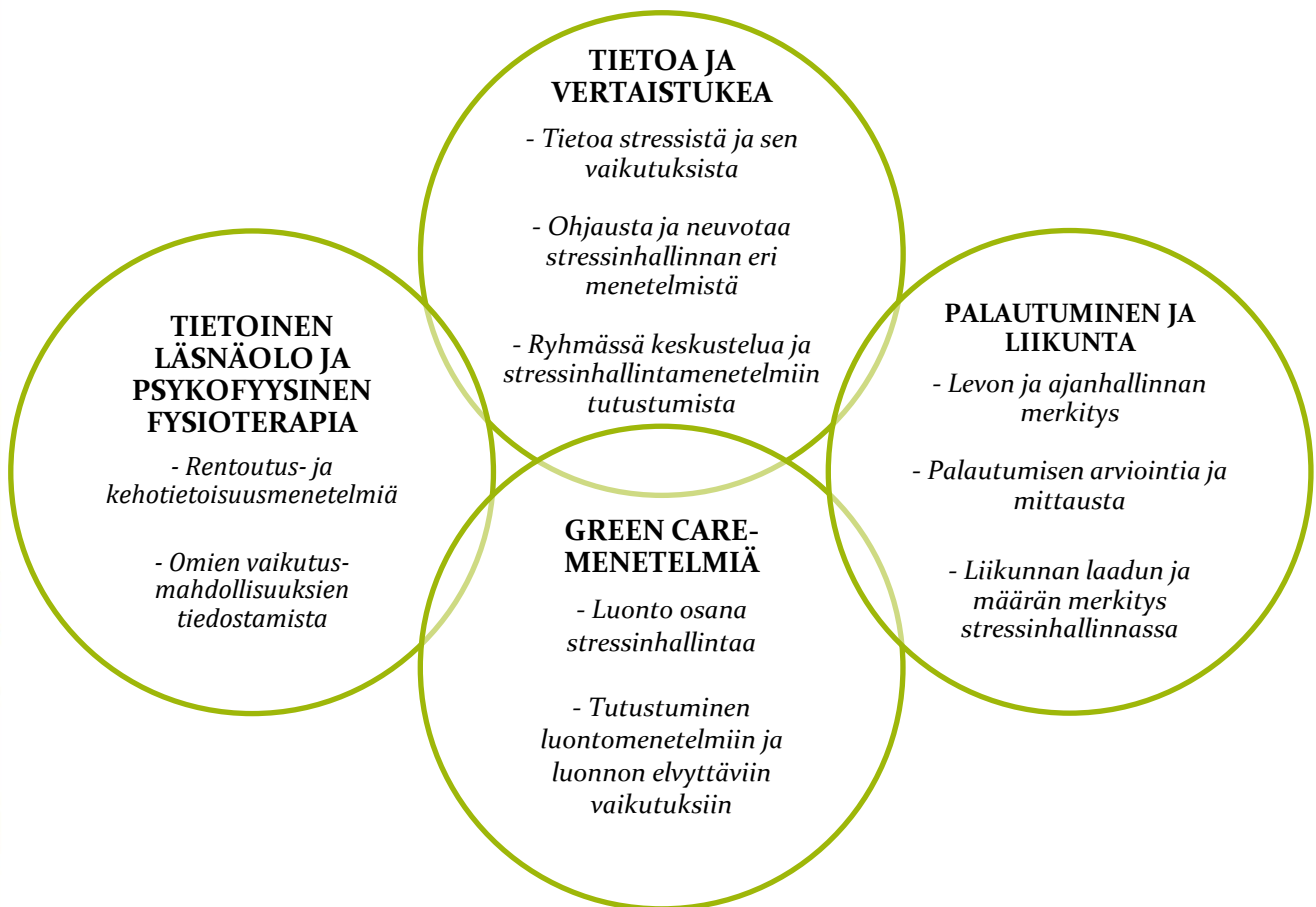




## VOIMAANNUTTAVAA STRESSINHALLINTAA

### Työkaluja ja keinoja stressinhallintaan työkäisille

Karelia-ammattikorkeakoulun Voimala-opiskelijat järjestävät maksuttoman, viiden kerran mittaisen stressinhallintaryhmän työkäisille. Ryhmän ohjaajina toimivat pääasiassa sairaanhoitaja- ja fysioterapeuttiopiskelijat. Ryhmään sopii 6 ensimmäiseksi ilmoittautunutta.



**AIKA:** Viikot 40–44, keskiviikkoisin klo 16.30–18.00. Ensimmäinen tapaaminen 30.9.2020.

**PAIKKA:** Tikkarinne-kampus, Karelia ammattikorkeakoulu, Tikkarinne 9, 80200 Joensuu

**TIEDUSTELU JA ILMOITTAUTUMISET 22.9.2020 mennessä:**

Kaisa Juvonen, Voimala-koordinaattori, p. 050 521 9270, [kaisa.r.juvonen@karelia.fi](mailto:kaisa.r.juvonen@karelia.fi)