

+55v

# AIVOVOIMAA PERUSVALMENNUS

KESKISUOMALAISILLE PIENYRITTÄJILLE

Aivovoima on yrityksesi tärkein pääoma. Valmennuksesta saat tietoa ja työkaluja, joiden avulla vahvistat ikääntyvää aivovoimaasi.

## VALMENNUKSEN SISÄLTÖ:

- Elintavat aivoterveysten perustana
- Palautumisen merkitys aivovoimalle
- Kognitiivinen ergonomia
- Kuormittavien tekijöiden tunnistaminen

Valmennus on yrittäjille maksuton. Ryhmään otetaan mukaan 10 osallistujaa. Valmennuksen toteuttaa Lea Jokela ja Tuula Kauppinen Työstä aivovoimaa -hankkeesta.

Tee aivoillesi sekä yrityksellesi hyvä diili ja ilmoittaudu mukaan valmennukseen!

## VERKKO

24.11. klo 8.30-10.30

1.12. klo 8.30-10.30

Valmennus toteutetaan  
Teams-yhteydellä

# ILMOITTAUDU 21.11 MENNESSÄ:

AIVOVOIMAA@KSMUISTI.FI TAI 040 673 0061