**KEVÄTSEMINAARI**

**Voi hyvin -hankkeen yrittäjille**

**To 11.4.2019 klo 9-15**

Paikka: [Kartanohuvila Joutsela](https://www.casalen.fi/)

Osoite: [Kopuntie 24, 03100 Nummela](https://www.fonecta.fi/kartat/Kopuntie%2024,%2003100,%20Nummela,%20Vihti?lon=24.30368&lat=60.346011&z=15)



**ALUSTAVA OHJELMA**

*09.00 – 09.20 Aamukahvit ja -teet*

**09.25 – 9.30 Seminaarin avaus**

**09.30 – 10.00  *Mitä kaikkea arkeeni mahtuisi?***

Alustus: Mari Tervaniemi, FT

Helsingin yliopisto, Kognitiivisen aivotutkimuksen yksikkö

**10.00 – 10.15 Yhteistä keskustelua alustuksen pohjalta**

**10.15 – 10.45 Matkalla kohti hyvinvointia – yrittäjien puheenvuoroja**

Yrittäjät Sanna Lehti ja Sonja Saloriutta

**10.45 – 11.00 Yhteistä keskustelua puheenvuorojen pohjalta**

**11.05 – 11.35 Ulkoilutuokio**

*11.40 – 12.10 Lounas*

***12.15 – 14.15* Työpajatyöskentelyä rinnakkaisissa työpajoissa**

***Työpaja 1. Kohti Unelmia***

*Vetäjä: Jaana Kemppainen, taideterapeuttisten menetelmien ryhmäohjaaja; Laurea-amk, YAMK-opiskelija*

***Työpaja 2. Mistä löytyy oikea tyyppi?***

*Vetäjä: Jukka Laitinen, Laurea-amk, Voi hyvin -hanke*

*Alustaja: Tiina Lindholm; Novago Yrityskehitys Oy, Rekrytointipalvelut*

***Työpaja 3. Oivaltavaa markkinointia sosiaalisessa mediassa***

*Vetäjä: Sari Rauvanto-Eriksson, yrittäjä, yritysneuvoja; Putiikkiopisto*

*14.15 – 14.25 Kahvi- ja teehetki*

**14.30 – 15.00 Seminaarin päätöstuokio, *Metsämieli – hyvinvointia keholle ja mielelle***

*Luontomentori Elina Lilja*

*15.00 jälkeen hetimmiten Kotiinpaluu, yhteiskuljetus*