

HYVINVOINTIPÄIVÄ TYÖYHTEISÖLLE 2010

Etsitään keinoja työkyvyn ylläpitoon sekä osallistujien fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin edistämiseen

Esimerkki:

08.30 - 09.15	Tervetuloinfo Koko kehon herättely
09.30 - 11.00	Hyvinvointipolku luonnossa * ravinto - liikunta - lepo - Tykytalo
11.00 - 12.00	Työyhteisön oma palaveri esim. Tykytalon pohjalta
12.00 - 13.00	Lounas
13.00 - 14.00	Tykytalon koostaminen lääkärin johdolla
14.15 - 15.00	Rentouttavat harjoitukset aromapalloilla
15.15 - 16.00	Liikuntapiirakkaa nuotiotulien ja nokipannukahvien merkeissä * oman liikuntareseptin suunnittelu
16.00	Kotimatka alkaa

Ryhmäkustannukset

Ohjaukset ja luennot	Arkisin	La-su
Tilat	645 €	775 €
	<u>330 €</u>	<u>400 €</u>
	975 €	1175 €

Henkilökustannukset

Keittolounas / lounas	7,00 € / 11,35 €
Nokipannukahvit + pulla	4,60 €

Esimerkkipäivän ohjelman hinta 25 hlön ryhmälle on arkisin noin 39 € / hlö (975 € : 25 hlöä), viikonloppuisin noin 47 € / hlö (1175 € : 25 hlöä). Lisäksi ateriat ja tarjoilut valinnan mukaan.

Tiedustelut ja varaukset Pajulahden myyntipalvelusta:

- Pirjo Tillonen, puh. (03) 8855 205, pirjo.tillonen@pajulahti.com
- Sandra Sälke, puh. (03) 8855 209, sandra.salke@pajulahti.com (18.3. asti)
- Raita Laaksonen, puh. (03) 8855 209, raita.laaksonen@pajulahti.com (18.3. alkaen)
- Myyntipalvelu, puh. (03) 8855 200, asiakaspalvelu@pajulahti.com