

”Aurinko villiinnyttää unelmat ” (Amani 7v)

Hyvinvointiretriitti Kroatiassa

Koulutusmatka kohtaamistyön ammattilaisille 2023

Matkan ajankohta 8.-15.9.2023

Ryhmän koko: 12 osallistujaa



Tarjolla

Irtiottoa arjesta.

Huomion suuntaamista omaan itseen, hyvinvointiin sekä jaksamiseen.

Keveyttä, iloa ja yhteyttä.

Huikeat puitteet 😊

Matkan hintaan sisältyvät:

Ammatillinen täydennyskoulutus 30 t

Hyvinvointiretriitin tavoitteena on lisätä työntekijän henkilökohtaisia voimavaroja. Huollamme ja täydennämme ammatillista työkalupakkia.

Pyrkimyksenä on löytää työhyvinvointia lisääviä toimintatapoja, kehollisia voimavaroja ja menetelmiä työn ilon lisäämiseksi sekä myötätuntouupumuksen riskin vähentämiseksi.

Koulutussisältöinä mm.

- Tässä hetkessä eläminen, oleminen ja liikkuminen; kehotietoisuus ja itsesäätelytaidot ammattilaisen voimavaroina
- Myötätuntoinen itseymmärrys elämän rohkeuden ja oman luovuuden vahvistajina
- Yhteys itseen, toisiin, ympäristöön ja Jumalaan; optimaalinen vireystila ja sosiaalinen liittyminen voimaantumisen lähteenä
- Sana eläväksi - läsnäoloa ja vuoropuhelua Raamatun tekstien kontekstissa

Lennot Norwegian: Meno pe 8.9.2023 Lento D8 2846 Helsinki – Split 17.40–19.40

Paluu pe 15.9.2023 Lento D8 2847 Split – Helsinki 20.25–00.20+1

- matkatavarat ja lentoverot (matkalaukku ruumaan 20 kg)
- kuljetukset Kroatiassa matkanjärjestäjän tilausbussilla

Majoitus: Hotel Park 4*, Makarska, Kroatia, <http://www.parkhotel.hr/en/>

- majoitus on jaetussa 2 hengen huoneessa/ **1hh lisämaksu à 698 €**
Makarskassa runsas buffet-aamiainen ja -päivällinen
- majoitus Splitissä **Hotel Marul 4***, www.hotelmarul.hr
buffet-aamiainen ja 1 yhteinen ateria (sovitaan myöhemmin aika ja paikka)

Retki: Krkan kansallispuistoon virtaavien ja virkistävien vetten äärelle sekä ikivanhaan Trogir -kaupunkiin (UNESCO:n maailmanperintökohde).

Maksut: Matkan kokonaishinta on **2100,- €/osallistuja**
Kaikki laskut tulevat sähköpostilla VivaSlovakian tai Kon-tiki-matkatoimiston kautta.

***Varausmaksu** **550 €/osallistuja, maksetaan** **17.5.2023 mennessä**

* Varausmaksua ei palauteta, mikäli matka toteutuu ja perutaan 6.6.2023 jälkeen.

Majoitusosuus ja lennot **475 €/osallistuja, maksetaan Kon-tiki-matkatoimistolle**
6.6.2023 mennessä

Loppusuoritus **1075 €/osallistuja, maksetaan** **14.7.2023 mennessä**
Lisämaksusta: Sunnuntain retki saaristoon (n. 50 e)

Matkavakuutus: Suosittelemme, että jokainen osallistuja huolehtii jo hyvissä ajoin ennen matkaa henkilökohtaisen, sairaus- ja peruutusturvan sisältävän matkavakuutuksen ottamisesta.

Ryhmän järjestelyistä poikkeaminen: Matkatoimisto veloittaa asiakkaalta reittilennon/hotellin/ matkaohjelman muutoksesta tai peruuttamisesta aiheutuneet alihankkijoiden veloittamat kulut sekä muutoksen tai peruutuksen työvaiheiden käsittelystä aiheutuneet kohtuulliset kulut. (Alkaen 160 e/hlö muutos.)

Koulutusohjelmasta matkalla vastaavat kokeneet ammattilaiset:

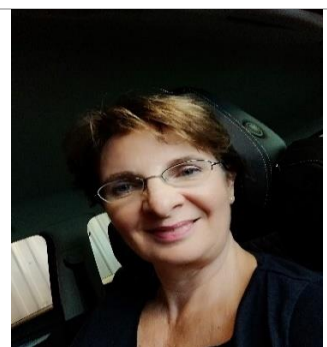
- **Pia Grönqvist-Frondelius**/Kouluttajapsykoterapeutti, työnohjaaja, sensomotorinen psykoterapia 1 ja 2.
- **Tarja Vilppola**/Master of Arts in Psychotherapy, seksuaaliterapeutti, sensomotorinen psykoterapia 1 ja 2.
- **Jana Parpala, VivaSlovakia**/Suomen opasliiton auktorisoitu opas ja matkanjohtaja. Jana hoitaa matkan käytännön järjestelyt sekä etukäteen että paikan päällä.



Tarja



Pia



Jana

Ilmoittautuminen: jana.parpala@gmail.com tai GSM+358(0)40 861 4062

Tule mukaan tiedon, hyvinvoinnin ja iloisen läsnäolon lähteiden äärelle...

Varaa paikkasi pian, **viimeistään 17.5.2023!**