

TYÖHYVINVOINTIRETRIITTI

Koulutuksellinen työhyvinvointiretriitti ihmissuhdetyön ammattilaisille Pellingissä, Porvoon saaristossa 24.-28.8.2026

Työhyvinvointiretriitissä työskentelemme tutkivalla työotteella yksilötasolla ja yhteisessä ryhmäprosessissa. Hyvinvointiretriitin teemoja voi soveltaa henkilökohtaisesti, asiakastyössä ja henkilöstön johtamisessa.

Retriitin ohjelma rakentuu alustusten ja kokemuksellisen oppimisen ympärille hiljentymisen ja hiljentymisen ja läsnäolon vuorovaikutuksessa. Ohjatut harjoitukset ja keskustelut tukevat sisäistä kasvua, yhteisöllisyyttä ja työhyvinvointia. Päivien aikana kiinnitetään huomiota hyvinvointiin kokonaisvaltaisesti: tarjoamme mahdollisuuden rauhalliseen liikkumiseen ja yhteiseen ulkoiluun Pellingin kauniissa saaristomaisemassa. Retriitti soveltuu ammattilaisille, jotka tarvitsevat uusia työvälineitä ja näkökulmia hyvinvoinnin ja työkyvyn parantamiseksi.

Sisältönä

- Kokemuksellista oppimista ja ammatillista huolenpitoa oman hyvinvoinnin parantamiseksi ja myötätuntouupumukselta suojautumiseksi kohdattaessa kriisejä kokeneita ihmisiä
- Työkaluja ja teorioita oman sekä työyhteisön työhyvinvoinnin lisäämiseksi
- Toiminnallisilla menetelmillä oivalluksia omista suhteisiin asettumisen tavoistamme
- Virkistäytymistä meren äärellä luonnon, luovuuden, liikkumisen ja levon vuorottelussa
- Huomion suuntaamista omaan sisimpään, kehoon, hyvinvointiin sekä jaksamiseen
- Yhteyttä itsen ja toisiin
- Yhteistä hiljentymistä ja pohdiskelua Raamatun tekstien äärellä

Retriittimaksu 690€ sisältää

- osallisuuden työhyvinvointiretriitin ohjelmaan ja yhteisen palautetapaamisen Zoomissa
- täysihoidon Pellingin kurssikeskuksen tiloissa yhden hengen huoneissa

Sään salliessa teemme päiväretken läheiseen saareen; venematka (30€) maksetaan paikan päällä.

Retriitti alkaa maanantaina 24.8. klo 12 yhteisellä aloituksella ennen lounasta ja päättyy yhteiseen päiväkahviin perjantaina 28.8.2026.

Jokaisella osallistujalla tulee olla oma matkavakuutus ja tapaturmavakuutus.

Tiedustelut Jannelta tai Tarjalta sähköpostitse. Sitova ilmoittautuminen tapahtuu sähköpostitse Tarjalle ja maksamalla 240€ varausmaksun 15.5.2026 mennessä. Hyvinvointiretriitin loppulaskun 450€ eräpäivä on 1.8.2026.

Lämpimästi tervetuloa!

Janne Hassinen

ja

Tarja Vilppola

Pastori, traumapsykoterapeutti,
työyhteisökonsultti, työnohjaaja,
psykodraamaohjaaja
janne.m.hassinen@gmail.com

Master of Arts in Psychotherapy,
terveydenhuollon palveluntuottaja, tietokirjailija.
Sensomotorinen psykoterapia 1 ja 2
kokonainen@tarjavilppola.fi