

---

# Työhyvinvoinnin portaat – viisi vaikuttavaa askelta

19.–21.10.2010 Tampere  
Holiday Club Tampereen Kylpylä

Three overlapping white curved lines on an orange background, resembling stylized steps or a staircase.

TTK 40  
vuotta  
2010

Tietoa Turvaa Kehitystä

# Työhyvinvoinnin portaat – viisi vaikuttavaa askelta

## 19.–21.10.2010 Tampere, Holiday Club Tampereen Kylpylä

---

Työhyvinvoinnin edistäminen on parhaimmillaan laaja-alaista työn, työolojen, työyhteisön sekä yksilön työkyvyn ja hyvinvoinnin edistämistä sekä muutoksen turvallista hallintaa. Se edellyttää asenteiden, arvojen, tietojen ja taitojen uudistamista ja kehittämistä. Henkilöstön hyvinvoinnin on todettu olevan myönteisesti yhteydessä myös organisaatioiden taloudelliseen menestymiseen.

Työhyvinvoinnin portaat –toimintamalli on väline työhyvinvoinnin kokonaisvaltaiseen, kestävään kehittämiseen. Perustana ovat ihmisen perustarpeet: psykofysiologiset perustarpeet, turvallisuuden tarve, yhteenkuuluvuuden tarve, arvostuksen tarve ja itsensä toteuttamisen tarve. Hyvinvoinnin edellytyksenä on, että nämä tarpeet tyydyttyvät työssä ja elämässä. Myönteiset vaikutukset heijastuvat koko organisaatioon.

Työhyvinvoinnin portaat -koulutuksessa tutustutaan porrastetulta yksilön, yhteisön ja koko organisaation mahdollisuuksiin ja keinoihin kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin edistämiseksi. Päämääränä on, että työhyvinvointi nähdään työpaikalla osana jokapäiväistä toimintaa ja johtamista. Koulutuksessa käsitellään myös työelämän muutosten hallintaa ja kriisien kohtaamista.

### Kohderyhmä

- työsuojelu- ja työterveyshenkilöstö
- esimiehet
- henkilöstön kehittäjät
- muut asiasta kiinnostuneet

### Tavoitteet

- antaa työsuojeluhenkilöstölle ja muille työhyvinvoinnin kehittämistyöstä kiinnostuneille valmiuksia tunnistaa ja arvioida sekä yksilön että työyhteisön hyvinvointiin vaikuttavia asioita
- antaa konkreettisia toimintamalleja ongelmien ehkäisemiseksi, poistamiseksi ja vähentämiseksi

### Kurssin vetäjä/kouluttaja

Asiantuntija Päivi Rauramo,  
Työturvallisuuskeskus TTK

### Kurssipaikka

Holiday Club Tampereen Kylpylä

- [www.holidayclubhotels.fi](http://www.holidayclubhotels.fi)
- Lapinniemenranta 12, 33180 Tampere
- p. 020 1234 931
- [myynti.tampere@holidayclubhotels.fi](mailto:myynti.tampere@holidayclubhotels.fi)

### Osallistumismaksu

340 € + alv. 74,80 €, yhteensä 414,80 € Samasta yrityksestä joka viides osallistuja maksutta. Alle 50 hengen yrityksille 25 %:n alennus toisesta osallistujasta alkaen. Hintaan sisältyy koulutus, kurssimateriaali, ohjelman mukaiset tarjoilut sekä kylpylälippu 19.10. ja 20.10. Osallistumismaksu laskutetaan kurssin jälkeen.

### Majoitus

Holiday Club Tampereen Kylpylä veloittaa lisäksi majoituksesta:

- yhden hengen huone 99 €/vrk
- kahden hengen huone 109 €/vrk.

Huonehinta sisältää majoituksen, aamiaisen ja kylpylän käytön. Varaukset TTK:n kautta ilmoittautumisen yhteydessä, huonelasku maksetaan suoraan hotelliin.

### Ilmoittautuminen

19.9.2010 mennessä

- <http://ttk.etapahtuma.fi>, palvelutunnus ID1104
- [www.ttk.fi/koulutuskalenteri](http://www.ttk.fi/koulutuskalenteri)
- [kaarina.maamela@ttk.fi](mailto:kaarina.maamela@ttk.fi)
- p. (09) 6162 6216/Kaarina Maamela

Osanottovahvistus lähetetään noin kaksi viikkoa ennen tilaisuutta.

### Peruutusehdot

Ilmoittautuminen on sitova. Osallistumisen voi perua kustannuksitta 5.10.2010 mennessä. Sen jälkeen tulleista peruutuksista veloitamme 50 % osallistumismaksusta. Jos poisjäännistä ei etukäteen ilmoiteta, laskutamme koko maksun. Osallistujan voi maksutta vaihtaa, ilmoita muutoksesta kurssisihteerille.

### Lisätietoja

Ohjelman sisältö: asiantuntija Päivi Rauramo

- p. (09) 6162 6274, m. 040 547 0908
- [paivi.rauramo@ttk.fi](mailto:paivi.rauramo@ttk.fi)

Käytännön järjestelyt: kurssisihteerit Kaarina Maamela

- p. (09) 6162 6216
- [kaarina.maamela@ttk.fi](mailto:kaarina.maamela@ttk.fi)

# Ohjelma

---

## Tiistai 19.10.2010

- 09.15- Ilmoittautuminen ja aamukahvi
- 09.30- **TYÖHYVINVOINNIN PORTAAT  
Valmistautuminen nousuun**
- Kurssin avaus ja tavoitteet  
Hyvinvoinnin käsite ja osa-alueet  
Työhyvinvoinnin taustoja ja tilastoja
- 12.00- Lounas
- 13.00- Työhyvinvoinnin portaat –malli  
Työhyvinvoinnin kehittäminen
- 14.45- Päiväkahvi
- 15.00- Työhyvinvointisuunnitelma
- 15.30- Kylpylän sauna- ja allasosaston  
vapaata käyttöä

## Keskiviikko 20.10.2010

- 08.15- Aamukahvi
- 08.30- **TYÖHYVINVOINNIN PORTAAT  
Askel askeleelta kohti  
hyvinvointia**
- Teoriasta käytäntöön
- Perustarpeet**  
Työn monipiirteinen kuormitus  
Työn ja vapaa-ajan  
yhteensovittaminen  
Terveysten edistäminen
- 11.30- Lounas
- 12.30- **Turvallisuuden tarve**  
Turvallisuudella hyvinvointia  
ja tulosta  
Turvallisuutta 24h
- 14.00- Päiväkahvi
- 14.15- Muutoksen hallinta
- 15.00- Työhyvinvointisuunnitelma
- 15.30- Kylpylän sauna- ja allasosaston  
vapaata käyttöä

## Torstai 21.10.2010

- 08.15- Aamukahvi
- 08.30- **Liittymisen tarve**  
Hyvän työyhteisön tunnuspiirteet  
ja työyhteisötaidot  
Työyhteisöviestintä  
Puheeksi ottaminen
- Arvostuksen tarve**  
Työn arvo ja merkitys  
Arvot ja organisaatiokulttuuri  
Rakentava palaute ja palkitseminen  
Johtaminen ja työhyvinvointi
- 11.30- Lounas
- 12.30- **Itsensä toteuttamisen tarve**  
Osaamisen kehittäminen  
Kehityskeskustelut ja  
työhyvinvointi  
Luovuuden lähteillä
- 14.30- Päiväkahvi
- 14.45- Työhyvinvointisuunnitelma
- 15.15- Loppukeskustelu ja arviointi
- 15.30 Kurssin päätös

*Ohjelma sisältää alustuksia, yksilö- ja ryhmätöitä sekä käytännön harjoituksia.*

---

## Työturvallisuuskeskus TTK - Tietoa Turvaa Kehitystä

Työturvallisuuskeskuksen toiminnan tavoitteena on parantaa samanaikaisesti työturvallisuutta, työhyvinvointia ja tuloksellisuutta sekä esimiestyön ja yhteistoiminnan edellytyksiä työyhteisöissä. Toimintaa kohdistetaan työsuojelu- ja työterveyshenkilöstön lisäksi esimiehiin ja luottamushenkilöstöön. Palveluja ja tuotteita kehitetään jatkuvasti yhteistyössä asiakkaiden ja sidosryhmien kanssa. TTK tarjoaa työyhteisöille koulutusta, tiedotusta, aineistoa ja kehittämisspalveluja. Päärahoitus toimintaan tulee työnantajien maksamista tapaturmavakuutusmaksuista Työsuojelurahaston kautta. TTK on työmarkkina-keskusjärjestöjen hallinnoimia organisaatioita.

Lisätietoja: [www.ttk.fi](http://www.ttk.fi)



Työturvallisuuskeskus, p. (09) 616 261, [www.ttk.fi](http://www.ttk.fi)

Tietoa Turvaa Kehitystä