

Ti 1.4.2025 klo 15-19
Kotekon kampus, Kotka

BOOSTIA & BALANSSIA

hyvinvointitapahtuma

Ohjelma

15.00 Tilaisuuden aloitus ja tervetulosanat

15.10 Puheenvuorot

- TERVEYSTALO, vastaava työterveyspsykologi **Sanna Vähämöttönen**, aiheena mielen hyvinvointi läpi työelämän
- MEHILÄINEN, fysioterapeutti **Minna Mänttari**, aiheena psykofyysinen fysioterapia
- KYMENLAAKSON HYVINVOINTIALUE, työhyvinvointipäällikkö **Tiina Talvinen**, aiheena hyvinvoiva työntekijä ja työyhteisö

16.00 Taukojumppa, verkostoitumista ja venyttelyä

16.20 **Jere Forsberg**, paralympiavoittaja

16.50 Paneelikeskustelu

17.20 Kahvitauko, virkistäydy ja verkostoidu

17.50 **Katri Saarikivi**, aivotutkija

18.50 Yhteenveto, tilaisuuden päätös



Keynote puhujana
Katri Saarikivi, aivotutkija

Jere Forsberg, jousiampuja,
paralympiavoittaja

