

Buusti
360



SUPERSYKSY 2024

TUE KESKITTÄMISKYKYÄ AIVOERGONOMIALLA
-KOULUTUSSARJA
MINNA HUOTILAINEN & BUUSTI360

SuperSyksy 2024

TUE KESKITTÄMISKYKYÄ AIVOERGONOMIALLA

Buusti360 toteuttaa työyhteisöille professori ja aivotutkija **Minna Huotilaisen** kanssa koulutussarjan keskittymiskyvyn tukemisesta aivoergonomialla. Koulutussarja toteutetaan virtuaalisesti.

Koulutussarjan maksuton tutustumisjakso lähetään Henkilöstöliikunnan verkostotapaamisen yhteydessä. Voit tutustua verkostoon osoitteessa **www.buusti360.fi**.

Varsinainen koulutussarja koostuu kahdesta videoluennosta sekä verkko-oppimisympäristön sisällöistä. Koulutussarja on käytettävissä 90 päivää julkaisuajankohdasta.

ASIAANTUNTEVA KOULUTTAJA

Palkittu aivotutkija ja kasvatustieteen professori **Minna Huotilainen** on tutkinut oppimista ja hyvinvointia neurotieteen näkökulmasta ja on kirjoittanut aiheesta useita helppolukuisia tietokirjoja.



Koulutussarjan aikataulu



Keskittymiskyvyn tukeminen aivoergonomialla | tutustumisosa

19.9.2024, osana Henkilöstöliikunnan verkostotapaamista

Työelämän mullistukset sekä työn pirstaleisuus tuovat haasteita keskittymiskyvyillemme. Miten voisin tukea keskittymiskyväni?



Aivoergonomiaa tukeva työn rytmittäminen | 1. osa

Julkaistaan 23.10.2024

Nopeita täsmäratkaisuja työpäivän rytmittämiseen ja tuunaamiseen keskittymiskyvyn ja jaksamisen tueksi.



Kestävä työura ja aivoterveys | 2. osa

Julkaistaan 20.11.2024

”Jaksanko tätä työtä vielä kymmenen vuoden päästä?” Kestäviä työkaluja ja toimintatapoja oman työn ja keskittymiskyvyn johtamiseen.

Miksi osallistua?

Nykyajan hektinen ja alati muuttuva työelämä kuormittavat ja haastavat keskittymiskykymme. Koulutussarjan avulla opit työn ja keskittymiskyvyn itsejohtamista, parantaen samalla hyvinvointia ja jaksamista.



AJANKOHTAISUUS

Vastaa nykyisen työelämän tuomiin ilmiöihin ja haasteisiin käytännönläheisesti.



KAIKILLE TYÖYHTEISÖILLE

Sovellettavissa eri kokoisille ja eri toimialojen työyhteisöille.



TOIMIVAT TYÖKALUT

Opit juuri sinulle sopivia ja toimivia työkaluja jaksamisesi ja hyvinvointisi tueksi.



KÄYTTÖAIKA

Materiaali on käytettävissä 90 päivää julkaisusta.

Ilmoittaudu mukaan!

www.buusti360.fi/palvelut/supersyksy

HINNOITTELU TYÖYHTEISÖN KOON MUKAAN

Alle 20 henkilöä	190 € (sis. alv. 0 %)
21-100 henkilöä	390 € (sis. alv. 0 %)
101-1000 henkilöä	590 € (sis. alv. 0 %)
Yli 1000 henkilöä	790 € (sis. alv. 0 %)
Yksityishenkilö	25 € (sis. alv. 24 %)



**Buusti
360**

buusti360.fi