

Yksilön kapasiteetti

Tervehdys yrittäjäkollegat ja erinomaista vuotta 2026. Keravan yrittäjien kanssa yhteistyö jatkuu vuonna 2026. Tervetuloa yhteistyön avausluennolle ja ohjatulle liikuntahetkelle 16.1.2026 Klo 8:00. Yhteistyö pitää sisällään perjantaisin klo 8:00 omaehtoisen kuntosalitreenin tai padelin, jos kenttiä on vapaana. Ohjattu ryhmäliikunta on kaksi kertaa kuukaudessa perjantaisin klo 8:00.

Luennolla pääsen puhumaan kanssanne omaan terveyteen ja hyvinvointiin vaikuttavista tekijöistä. Elämme monella tapaa mielenkiintoista aikaa ja oman jaksamisen kanssa moni meistä elää paradoksaalista vaihetta. Teknologia ja kehitys tähtäävät elämän ja tekemisen helpottamiseen ja kuitenkin kipuilemme jaksamisen kanssa länsimaaisessa yhteiskunnassa enemmän kuin aiemmin. Tätä paradoksia ja miten sen kanssa pärjää, käsittelen kanssanne tulevalla luennolla.

Trendit pyörittävät markkinatalouden rattaita. Yritysten jatkuva haaste on löytää vallalla olevasta trendistä kasvunmahdollisuuksia. Yhä koveneva kilpailu ja sen myötä muutoksen välttämättömyyden ymmärtäminen ja konkretisoituminen arjen toiminnassa nopeasti on tätä päivää.

Mahdollisuuksien löytäminen ja muutoksen hyväksyminen vaativat yksilöiltä runsaasti voimavaroja. Yksilöiden energisyys ja hyvinvointi luo perustan yritysten kilpailukyvyn säilymiselle.

Luennolla Jari Halt käsittelee yksilön hyvinvoinnin tekijöitä, joilla mahdollistetaan yksilön energian riittäminen niin työssä kuin vapaa-ajallakin.

Terveisin:

Jari Halt

