

# Tulevaisuustyöpaja

## Jos kokemukset ovatkin vahvuuksia?

Millainen on tulevaisuuden työelämä? Katoavatko työt? Millaisia taitoja tarvitaan? Miten digitalisaatio vaikuttaa tapamme tehdä töitä? Entäpä mielenterveysongelmat ja työmarkkinat? Mitäpä jos kokemukset kääntyisivätkin vahvuudeksi?

**M**ielenterveysongelmista toipuminen on usein matka itseen ja omaan tapaan olla. Toipuminen on myös uudelleen rakentamista verkostojen ja läheisten turvin. Miten kääntää kokemukset osaamiseksi ja miksi matka itseen tekee meistä vahvempia myös työelämässä?

Tule kanssamme pohtimaan tulevaisuuden työelämää, tarvittavia taitoja ja mielenterveysongelmia kokeneiden vahvuuksia työmarkkinoilla.

Työskentelyn pohjaksi kuulemme aluksi tutkijan näkemyksiä tulevaisuuden työelämästä ja kokemuspuheenvuoron toipumisesta ja työelämästä.

### Kenelle?

Kaikille tulevaisuuden työelämästä kiinnostuneille, mielenterveysongelmia kokeneille ja mielenterveysasioiden parissa työskenteleville. Kaikille, joiden mielestä elämäkokemukset tekevät meistä vahvempia ja niistä selviytyminen on osaamista.

### Kuopio

**Kurssiaika:** 23.10.

**Kellonajat:** 12 - 16

**Paikka:** Turvalinkki, Päiväntasaaja-toimipaikka, Kasarminkatu 2, 1. krs, Kuopio

**Ilmoittautuminen:** 16.10. mennessä

**Mukaan mahtuu:** 30 ensimmäistä ilmoittautunutta

**Lisätietoja:** Paula Paloheimo, paula.paloheimo@mtkl.fi

**Ilmoittautuminen:** [www.mtkl.fi/tapahtumakalenteri/](http://www.mtkl.fi/tapahtumakalenteri/)

### Ohjelma

- |               |                                                                                              |
|---------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|
| 12.00 - 12.15 | Tervetuloa työpajaan!                                                                        |
| 12.15 - 13.00 | Työssä uupuminen ja toipuminen<br><i>Tohtori Riitta Kärkkäinen,<br/>Itä-Suomen yliopisto</i> |
| 13.00 - 13.30 | Kokemuksia työelämästä,<br>uupumisesta ja toipumisesta                                       |
| 13.30 - 14.00 | Kahvit                                                                                       |
| 14.00 - 16.00 | Työpajatyöskentelyä                                                                          |

