



# HOAY



## HELSINKILÄINEN NÄKÖKULMA EDUNVALVONTAAN 3.6.2019

### JÄSENTIEDOT AJANTASALLE

HOAY:n hallitusvaali järjestetään sähköisenä. Äänioikeutettujen luettelona käytetään OAJ:n jäsenrekisteristä löytyviä tietoja.

### TIETOA VUOSITYÖAJASTA HOAY:N JÄSENSIVUILLA

HOAY:n jäsensivuille on koottu tietoa meneillään olevasta vuosityöaikakokeilusta. Sieltä löytyy myös OAJ:n kokeilukoulujen opettajille tekemän kyselyn tuloksia sekä kokeilusopimuksen valtakunnallinen neuvottelutulos ja Helsingin paikallinen soveltamisohje. Sivuille olevia tietoja täydennetään sitä mukaa, kuin uutta tietoa tulee.

### VOITTAJA

HOAY:n jäsentietojen päivitysarvonnan voitti Tarja Eerola Suutarinkylän peruskoulusta.

### HYVINVOINTIVALMENNUS TYÖKYVYN JA TERVEYDEN TUEKSI

Hyvinvointivalmennukset ovat tulleet tutuiksi kuntoremonttikurssin nimellä. Tällaista tukea työkyvyn ylläpitämiseen on tarjolla edelleen Helsingin kaupungin alle 60-vuotiaille työntekijöille ja haku syksyn hyvinvointivalmennuksiin on käynnissä. Hyvinvointivalmennuksen nimi kertoo miten tuki on muuttunut lyhyestä kurssista valmennuksen suuntaan.

Hyvinvointivalmennuksen lähijakson ohjelmassa on päivittäin ohjattua ryhmäliikuntaa, työssä jaksamiseen liittyviä luentoja ja tietoiskuja, psykologin keskusteluryhmiä ja omaehtoista virkistystoimintaa. Hyvinvointivalmennuksen lähijakso pidetään jossakin kuntoutuslaitoksessa tai se voi olla avoimuotoinen.

Lähijakson jälkeen valmennus jatkuu tutun valmentajan kanssa etävalmennusohjelman avulla puolen vuoden ajan. Valmennuksen teemat määritellään yhdessä ryhmän tarpeiden pohjalta. Valmentaja osallistuu yhteydenpitoon, tukee ja kannustaa muutoksen suuntaan. Tavoitteena on edistää työhyvinvointia, vahvistaa työssä jaksamista.

Lue lisää Helmen työhyvinvointi- sivuilta, kohdasta hyvinvointi- ja työkykyvalmennukset ja ota yhteyttä omaan työterveyshoitajaasi, jos innostut hakeutumaan mukaan. Hakua varten tarvitaan myös keskustelu esimiehen kanssa. Tarjolla olevat paikat syksyn hyvinvointivalmennuksiin näkyvät koulutuskalenterissa hakusanalla hyvinvointivalmennus.