

# Energia-alan assistentti- ja sihteeriseminaari

**4.-5.11.2021 Helsinki**

Energia-alalla toimiville assistenteille suunnattu seminaari tarjoaa odotettujen kohtaamisten lisäksi myös paljon ajattelemisen aihetta. Vuosittainen seminaari järjestetään tällä kertaa Helsingissä. Tilaisuuden monipuolinen ohjelma auttaa päivittämään tiedot siitä, mitä energia-alalla tapahtuu ja miten omassa työssä voisi kehittyä.

Seminaarin kantava teema tänä vuonna on uusi normaali ja muuttuva työelämä. Kuulet miten yhteisöllisyyttä voidaan parantaa ja saat vinkkejä toimivaan työyhteisöviestintään. Kuulet myös taukojen merkityksestä sekä miten työtä voisi tehdä aivoystävällisemmällä tavalla, jolloin aivojen kuormitus vähenee ja työpäivän jälkeenkkin riittää vielä ajatusenergiaa muihin asioihin.

## Kohderyhmä

Energia-alan assistentti- ja sihteeriseminaari sopii energia-alan assistenteille ja sihteeereille sekä asiakaspalvelussa työskenteleville.

## Lisätiedot:



**Maria Boholm**  
Koulutuspäällikkö

0400 568 239  
maria.boholm@energia.fi

## Järjestelyt:



**Seija Naukkarinen**  
Koulutusassistentti

050 548 1124  
seija.naukkarinen@energia.fi

## Ilmoittautuminen

Viimeinen ilmoittautumispäivä:  
28.10.2021  
[adato.fi/koulutuskalenteri](https://adato.fi/koulutuskalenteri)

Ilmoittaudu

## Koulutuspaikka

Scandic Grand Central Helsinki  
Vilhonkatu 13  
00100 Helsinki

## Koulutuksen kesto

2 pv

## Osallistumismaksu

**860 euroa + alv 24 %**

Osallistumismaksuun sisältyy sähköinen luentomateriaali sekä ohjelmassa mainitut tarjoilut.

## Majoitustiedot

Majoitusvaraukset suoraan hotellista: Jokainen majoittuja varaa huoneensa itse. Varaukset voi tehdä varaustunnuksella BADA031121 nettisivuilta, puhelimitse tai sähköpostilla hotellin myyntipalvelusta Scandic Hotels, +358 9 4272 2527, [sales.helsinki@scandichotels.com](mailto:sales.helsinki@scandichotels.com)  
Huom. Huoneet ovat varattavissa 20.10. mennessä tai hotellin saatavuuden ja varaustilanteen mukaan, joten varaathan mahdollisimman pian varmistaaksesi huoneen saannin. Hinta 143 € 1 hh/vrk ja 163 € 2hh/vrk. Majoitus on varattu ajalle 3. – 5.11.2021.

## Peruutusehdot

Voit perua osallistumisesi kuluitta 7 vrk ennen tilaisuuden alkua. 3-6 vrk ennen tilaisuutta tehdyistä peruutuksista veloitamme 50%. Tämän jälkeen veloitamme koko osallistumismaksun. Nimenmuutos onnistuu kuluitta. Tilaisuuden peruuntuessa osallistuja vastaa itse matkavarauksistaan.

**Muutokset mahdollisia**

## Ohjelma

### Torstai 4.11.2021

- 9.30 Ilmoittautuminen ja aamukahvi
- 10.00 Seminaarin avaus ja osallistujien esittäytyminen
- 10.15 **Energia-alan ajankohtaiskatsaus**  
Anniina Alasaari, EU Policy Advisor, Energiateollisuus ry  
Energiateollisuuden ajankohtaiskatsaus. Mitä EU-tasolla tapahtuu tällä hetkellä?
- 11.00 **Taloustarkastus**  
Markku Lehmus, ennustepäällikkö, ETLA
- 11.45 **Lounas**
- 12.45 **Näin rakennamme yhteisöllisyyttä ajasta ja paikasta riippumattoman työn lisääntyessä**  
Merja Siivonen, organisaatiokonsultti, Humap Consultation Oy
- 13.30 **Työyhteisöviestintä uudessa normaalissa**  
Katja Eskola, muutoksen tekijä, asiakkuusjohtaja, Ellun Kanat  
Mitä opimme pandemiasta? Vinkkejä toimivaan työyhteisöviestintään.
- 14.30 **Kahvi**
- 15.00 **Itsensä johtaminen uudessa normaalissa**  
Sonja Strömsholm, työelämän kehittäjä, Filosofian Akatemia
- 16.00 **Päivän päätös**
- 18.00 **Illallinen, hotelli**

### Perjantai 5.11.2021

- 8.30 **Aamukahvi**
- 9.00 **Työ muuttuu – miten sinun tulisi valmistautua?**  
Päivi Montgomery, Senior Consultant, työ- ja organisaatiopsykologian erikoispsykologi, uraohjaaja, MPS
- 9.45 **Moderni työympäristö assistentti- ja toimistotyössä**  
Riikka Gassen, Modern Work Architect ja Christina Dienel, Teams-asiantuntija, Microsoft
- 10.30 **Tauko**
- 10.45 **Tauot ja niiden vaikutuksia terveyteen**  
Arto Pesola, tutkimuspäällikkö, XAMK
- 11.45 **Aivoystävällinen työ ja palautuminen**  
Mari Laari, työterveyden ravistelijä, työterveyspsykologi, Heltti Oy  
Moni tunnistaa ajatustyön olevan kuormittavaa ja tiiviin päivän jälkeen saatamme olla hyvin väsyneitä. Tämän luennon aikana saat konkreettisia vinkkejä siitä, miten työtä voisi tehdä aivoystävällisemmällä tavalla, jolloin aivojen kuormitus vähenee ja työpäivän jälkeenkin riittää vielä ajatusenergiaa muihin asioihin. Käymme läpi myös palautumisen keinoja, joita voi soveltaa työpäivän sisällä ja sen jälkeen.
- 12.30-13.30 **Tilaisuuden päätöspanat ja lounas**

*“Mielenkiintoiset, monipuoliset aiheet ja erinomaiset esiintyjät, jotka saivat myös yleisön osallistumaan.”*