

PAM

PAMin koulutukset 2021

HELSINKI-UUSIMAA

Löydä alueesi koulutukset ja ilmoittaudu tapahtumakalenterin kautta:
www.pam.fi/tapahtumat/koulutukset

Tiedustelut: helsinki-uusimaa@pam.fi



PAMin alueiden koulutukset ovat jäsenille maksuttomia.

PAM korvaa kurssin ajalta opetukset, ohjelman mukaiset ruokailut ja tarvittaessa myös majoituksen. Yli 6 € matkakulut korvataan julkisten kulkuneuvojen hintojen mukaisesti.

Alueesi koulutukset

KAIKILLE JÄSENIILLE

Jaksaa, jaksaa! Mikä palvelualoilla kuormittaa ja miten omaa kuormitustaan voi hallita?

15.3. klo 9-15 PAMin keskustoimisto, Helsinki
Ilmoittaudu viimeistään 1.3.

Mitä kuormitus on? Onko kuormitus aina haitallista? Miten edistän omaa palautumistani ja hyvinvointiani? Kurssilla käydään läpi myös työvuorojen ja taukojen merkitystä kuormituksen hallinnassa. Koulutuksen jälkeen hahmotat oman työsi kuormitustekijöitä ja kykenet vähentämään haitallista kuormitusta niiltä osin kuin se on mahdollista.

Työntekijän digitaidot

10.-11.4. Pääkaupunkiseutu
Ilmoittaudu viimeistään 25.3.

Koetko, että tietotekniset perustaitosi ovat riittämättömiä nykytyöelämän pyörteissä? Älä huoli, et suinkaan ole ainoa. Tämän koulutuksen tavoitteena on elvyttää ja vahvistaa digitaalisia perustaitoja, jotta tietokoneella tapahtuvien työtehtävien suorittaminen olisi luontevaa ja työssä voisi keskittyä olennaiseen. Kurssilla on tärkeää selkeäkielisyys ja käytännönläheisyys. Kurssilaisten lähtötaso ja kiinnostuksen kohteet otetaan erityisesti huomioon. Hyödyllisten oppien lisäksi pääset rentoutumaan hyvässä seurassa.

Hyvä fiilis! –hyvinvointikurssi jäsenille

25.-26.9. Espoo, Backbyn kartano
Ilmoittaudu viimeistään 3.9.

Viikonlopun aikana haetaan avaimia työssäjaksamiseen ja omien voimavarojen löytämiseen. Etsitään hyvää fiilistä luonnosta ja kivasta porukasta. Etusijalla jäsenet, jotka eivät ole aiemmin olleet vastaavalla kurssilla.



**Palvelualojen
ammattiliitto**

Servicefacket

AKTIIVEILLE

Luottamushenkilö 2.0 - mikä nyt puhututtaa?

18.1. klo 9-16 PAMin keskustoimisto, Helsinki

Ilmoittaudu viimeistään 3.1.

Tule kuulemaan, keskustelemaan ja oppimaan uutta palvelualojen työpaikoilla vaikuttavista ajankohtaisista asioista yhdessä muiden alueen luottamusmiesten ja työsuojeluvaltuutettujen kanssa.

Luottamushenkilöiden perehdytys

27.1. klo 9-16 Tietoranta, Helsinki

Ilmoittaudu viimeistään 12.1.

1.9. klo 9-16 klo 9-16 Tietoranta, Helsinki

Ilmoittaudu viimeistään 17.8.

Perehdytyspäivässä hahmotetaan luottamushenkilön roolia mm. työpaikalla ja PAMissa. Oma tehtävänkuvasi selkenee, kun tutustumme mitkä ovat tehtäväsi, oikeutesi ja velvollisuutesi toimiessasi työpaikkasi luottamusmiehenä tai työsuojeluvaltuutettuna. Perehdytys lisää itsevarmuuttasi ja antaa avaimia uuteen tehtävääsi. Perehdytyksessä kerromme myös, miten PAM toimii luottamushenkilön tukena tehtävässä. Perehdytyspäivä on tarkoitettu vain aloittaville luottamushenkilöille.

Ajankohtaiskahvit

Tervetuloa keskustelemaan ajankohtaisista aiheista ja verkostoitumaan alueen muiden luottamushenkilöiden ja aktiivien kanssa.

3.2. klo 15-17 Kuntavaalit, Tietoranta Helsinki ja Teams Ilmoittaudu viimeistään 27.1.

27.4. klo 10-12 PAMin urapalvelut, Teams Ilmoittaudu viimeistään 20.4.

7.10. klo 9-12 Väkivallan uhka, Tietoranta Helsinki ja Teams Ilmoittaudu viimeistään 30.9.

24.11. klo 15-17 Kohtaamisia työssä ja kulttuureissa Tietoranta Helsinki ja Teams

Ilmoittaudu viimeistään 17.11.

Järjestämisen työpaja aktiiveille

9.3. klo 9-16 PAMin keskustoimisto, Helsinki

Ilmoittaudu viimeistään 23.2.

12.10. klo 9-16 PAMin keskustoimisto, Helsinki

Ilmoittaudu viimeistään 28.9.

Koulutuksesta saat konkreettisia työkaluja ja toimintatapoja työpaikan järjestämistoimintaan.

Luottamushenkilö 2.0 - paras versio minusta

15.-16.5. Gustavelund

Ilmoittaudu viimeistään 30.4.

Tule pohtimaan rooliasi luottamushenkilönä oman persoonan, työyhteisön ja ammatillisuuden näkökulmasta. Keskustelemme ja opimme uutta jo tutusta tehtävästä yhdessä muiden



Palvelualojen
ammattiliitto

Servicefacket

luottamushenkilöiden kanssa. Tavoitteena on lisätä hyvinvointia ja voimavaroja luottamustehtävän hoitamiseen.

Eväitä paikalliseen sopimiseen

30.8. klo 9-16 PAMin keskustoimisto, Helsinki

Ilmoittaudu viimeistään 15.8.

Mitä paikallinen sopiminen on? Tule oppimaan, mitä paikallisella sopimisella tarkoitetaan ja miten siitä voivat hyötyä sekä työntekijät että työnantaja. Mietimme myös, millaisia edellytyksiä paikalliselle sopimiselle pitää työpaikan arjessa olla, jotta saadaan hyvä sopimus.

Aktiivin tietopaketti - jäsenasiat

10.11. klo 9-16 PAMin keskustoimisto, Helsinki

Ilmoittaudu viimeistään 27.10.

Perintäsopimus, maksuvapautus, rästikirje, opintovapaa, ammattiosaston tai työpaikan vaihtaminen... Tiedätkö miten jäsenyys muuttuu työelämän ja elämän pyörteissä? Tämän kurssin avulla saat käsityksen jäsenyyden elinkaaresta ja siihen liittyvistä mahdollisuuksista ja toimenpiteistä.



**Palvelualojen
ammattiliitto**

Servicefacket