



## Ketterää keilausta ja hyvinvoinnin paikkoja

Uusi vuosi ja uusi työssä hyvinvoiva sinä?  
Tarjolla ei ole pikakuuria tai poppaskonsteja,  
vaan eväitä pysyvään muutokseen  
– ja virkistävä keilauselämys!

### Ohjelma

- 15.00 Yhtenen ruokailu
- 15.30 **Koko vuoden työhyvinvointivinkit**  
Nyt ei puhuta kuureista tai kurimuksesta, vaan pitkäjänteisestä työstä oman työhyvinvoinnin hyväksi. Poimi mukaasi sinulle parhaat vinkit ja voi hyvin läpi vuoden.  
Vinkkejä jakamassa Ketterät ja hyvinvoivat yritykset -hankkeen asiantuntijat Työterveyslaitoksesta
- 16.30 **Iloista keilausta yhdessä**  
Keilaamiseen tarvittavat kengät saat keilahallilta eli omia varusteita ei tarvita. (Ellet nyt sitten ole ihan pro ja keilaat vain omalla pallolla 😊)
- 18.00 Keilat on kaadettu! Tilaisuus päättyy.

Nähdäänkö täällä spinneri, flippi, klippi, pötkö, tasku vai ihan jotain muita hyvinvointijippoja?

### FAKTAT

#### Koska?

To 19.1.2023 klo 15–18

#### Missä?

Oulun keilahalli, Isokatu 97

#### Mitä maksaa?

Tilaisuus on maksuton.

#### Ilmoittautuminen?

16.1. mennessä  
[maarit.kaartinen@ttl.fi](mailto:maarit.kaartinen@ttl.fi)

Muistathan mainita mahdollisesta erityisruokavaliosta!

#### Kuka järjestää?

[Ketterät ja hyvinvoivat yritykset -hanke](#)

### KYSY LISÄÄ?

#### Eveliina Korkiakangas

projektipäällikkö  
[eveliina.korkiakangas@ttl.fi](mailto:eveliina.korkiakangas@ttl.fi)