

Kestvusratsutamise koolitus

1. **Koolituse teema:** Kestvusratsutamise koondise MM treening-ettevalmistus; sportlase motivatsioon, koostöö ja emotsioonidega toimetulek.
2. **Kellele suunatud:** ratsanikele, groomidele, treeneritele täiendkoolituseks
3. **Koolituse aeg:** 10.detsember 2022.a. laupäev
4. **Toimumiskoht:** Kose Gümnaasiumi algklasside maja II k, Hariduse 2, Kose
5. **Ametlik korraldaja:** ERL ja MTÜ Pinifer Endurance Team
6. **Kontaktisik:** Önne Halliko , tel. 56498874
7. **Koolitaja:** psühholoog Laima Parik
8. **Koolituse maht:** orient.6 tundi;
9. **Registreerimine:** hiljemalt **5.12.2022** registreerimisvormil:
<https://forms.gle/rM9x46vDJ7xHKi2o9>
10. **Hind ja tasumine:** hind 30 eurot (sisaldab kohvipausi). Tasumine MTÜ Pinifer Endurance Team arveldusarvele (lisatud reg.vormile)

11. Koolituse kava:

10.detsember, laupäev

10:00-10:30 – kogunemine

10:30 – 12:00 - loeng

12:00-12:30 – kohvipaus

12:30-14:00 – loeng

14:00-14:15 – paus

14:15-15:15 - loeng

12. Täiendav Info:

Laima Parik (MA), Psühholoogilise nõustamise teenust osutab erinevatele ettevõtetele ja organisatsioonidele alates aprillist 2021 aastast. On kahe rehabilitatsiooni meeskonna liige. Nõustamist viib läbi nii individuaalsetel kohtumistel kui gruppitöodes (sh töötubades).

Lisaks pakub psühholoogilise nõustajana teenust erinevate projektide raames mitmes kohalikus omavalitsuses, kus teeb tööd samuti nii individuaalselt kui gruppides. Oma töös kasutab muuhulgas loovtöö meetodeid.

Varasematel aastatel tegeles konsultatsioonidega personali valdkonnas.

Peab oluliseks süsteemsust ja protsesside selgust ning on näinud häid tulemusi tulemas tänu suhtlemisele.

Ebapopulaarsete otsuste tagamaad vajavad lahti rääkimist ning on julge seda tegema, sh suure auditoriumi ees. Muutused tähendavad arengut ja mugavusest väljatulekut ning koos kasvamist.