

Terveyssuunnitelma työkykyä edistämiseksi

Pohdi: mihin haluat muutosta, miten toteutat asettamasi tavoitteen, milloin haluat muutoksen tapahtuvan

Päivämäärä _____

Henkilötiedot _____

	Työ, työolot, työyhteisö, johtaminen	Osaaminen ja työmotivaatio	Terveys ja toimintakyky	Elintavat	Elämäntilanne
Oma näkemykseni työkykyä tukevista voimavaroista					
Oma näkemykseni työkykyä kuormittavista ja häiritsevistä tekijöistä					

Kirjaa tähän vähintään kaksi keskeistä tavoitteesi työkykyä tukemiseksi/edistämiseksi

1.

Keinot

Aikataulu

2.

Yhteinen näkemys tavoitteista, toteutuksesta ja seurannasta