



**pample  
mousse**  
RANSKAN MATKAT



24.8.2010

## **TYÖHYVINVOINTIMATKA RANSKAAN 13.-17.5.2011**

### **Matkaohjelma (muutokset mahdollisia):**

#### **Perjantai 13.5.2011:**

- 06.55 – 08.25 Lufthansan reittilennot Helsinki – München  
10.55 – 12.30 Lufthansan reittilennot München – Marseille  
13.00 – 13.30 Bussikuljetus lentokentältä Aix en Provenceen  
13.30 – 15.30 Omatoiminen lounas ja vapaa-aikaa Aix en Provencessa  
15.30 – 17.00 Bussikuljetus Aix en Provencesta Cabrières'een, missä majoittuminen hotelliin L'Enclos des Lauries Roses\*\*\*.  
18.00 Kokoonntuminen hotellin piha-alueella ennen illallista, aiheena ”**Minä ja Me Provencessa**”.  
19.00 Illallinen hotellilla.

#### **Lauantai 14.5.2011:**

- Aamiainen hotellilla.  
8.30 Bussikuljetus hotellilta koulutuspaikalle  
9.00 – 10.30 Koulutus, aiheena ”**Kenen elämää elän?**”  
10.30 – 10.45 Tauko  
10.45 – 12.00 Koulutus, aiheena ”**Itseni johtaminen**”  
12.00 – 13.00 Lounas  
13.00 – 14.00 Koulutus, aiheena ”**Miten johdan itseäni?**”  
14.00 Bussi noutaa koulutuspaikalta, retki Pont du Gardille tai Tarasconin kylään. Matkalla viinitilavierailu maisteluineen.  
19.00 Paluu hotellille ja illallinen hotellilla.

#### **Sunnuntai 15.5.2011:**

- Aamiainen hotellilla.  
8.30 Bussikuljetus hotellilta koulutuspaikalle  
9.00 – 10.30 Koulutus, aiheena ”**Rajankäyntiä**”  
10.30 – 10.45 Tauko  
10.45 – 12.00 Koulutus, aiheena ”**Miten teen rajani näkyväksi?**”  
12.00 – 13.00 Lounas  
13.00 Bussi noutaa koulutuspaikalta, retki Camarguen luonnonpuistoon.  
18.00 Paluu hotellille ja illallinen hotellilla.

#### **Maanantai 16.5.2011:**

- Aamiainen hotellilla.  
8.30 Bussikuljetus hotellilta koulutuspaikalle  
9.00 – 10.30 Koulutus, aiheena ”**Maanantai-aamun ilo ja rentous**”  
10.30 – 10.45 Tauko  
10.45 – 12.00 Koulutus, aiheena ”**Arvojen ja uskomusten vaikutukset jaksamiseen**”  
12.00 – 13.00 Lounas  
13.00 – 15.00 Koulutus, aiheena ”**Minä ja muut työyhteisössä**”  
15.00 Bussi noutaa koulutuspaikalta, kuljetus hotellille. Iltapäivä omatoimista aikaa. Mahdollisuus lähteä Nîmes'iin tai Avignoniin omatoimisesti (bussilla).  
19.00 Illallinen hotellilla.



**pample  
mousse**  
RANSKAN MATKAT



24.8.2010

**Tiistai 17.5.2011:**

- Aamiainen hotellilla.  
9.00 – 10.00 Koulutus hotellin piha-alueella, aiheena ”**Matkaterveiseni**”.  
11.30 – 12.30 Lounas hotellilla.  
13.00 – 15.00 ”**Hyvää kotimatkaa!**” Bussikuljetus hotellilta Marseillen lentokentälle  
17.00 – 18.35 Lufthansan reittilennot Marseille – München  
19.35 – 23.00 Lufthansan reittilennot München – Helsinki

Matkan hinta sisältää:

- Lennot Helsinki – Marseille - Helsinki
- Mainitut bussikuljetukset, kuljettajan palvelut
- Majoituksen hotellissa\*\*\* 2hh
- Buffet-aamiaiset ja illalliset (ilman juomia) hotellissa
- Koulutuspäivinä kokoustilat ja –palvelut, lounaat
- Kouluttajien palvelut
- Viimeisen päivän lounaan hotellilla
- Viinitilavierailun maisteluineen la 14.5.2011
- Matkan yksilöllisen suunnittelun ja toteutuksen
- Provencen kartan kaikille lähtijöille
- Matkapakettien postituksen ennen matkaa

Matkan hinta ei sisällä:

- Saapumispäivän lounasta Aix en Provencessa
- Matkustaja- ja matkatavaravakuutuksia
- Mahdollista lentoyhtiön polttoainelisämaksua
- Palvelumaksua 15 € / asiakas

**Tervetuloa mukaan! Ilmoittaudu pian:**

Sitovat ilmoittautumiset 15.11.2010 mennessä: [matkat@pamplemousse.fi](mailto:matkat@pamplemousse.fi)

**Ota yhteyttä – kerron sinulle lisää!**

**Työhyvinvointi -terveisin**

**Marja-Leena**

+358 50 574 0080 tai [marja-leena@savimaki.net](mailto:marja-leena@savimaki.net)

