

Mela tänään

1 • 2021

Laita lehti talteen!

Mela tänään on Maatalousyrittäjien eläkelaitoksen asiakaslehti.

Tämä asiamiesnumero lähetetään kaikkiin MYEL-vakuutettujen talouksiin, yksi lehti kutakin taloutta kohden.

Lehdessä esitellään Mela-asiamiehet ja heidän yhteystietonsa.

Pitkäjänteinen suunnitelmallisuus poikii työturvallisuutta!

Vieraillessaan Maitotaipale Oy:n tilalla työturvallisuusasiamies Asko Ikonen vaikutti tilan työturvallisuusasioiden toteuttamisesta.

–Tuntui, että kaikki oli viety piirun pidemmälle. Asiat oli loppuun saakka mietittyjä. Erityisesti tilan liikennejärjestelyt ja lasten turvallisuusasiat pistivät positiivisesti silmään. Ei ollut toista puhetta, kun käynnistimme Turvallinen maatila 2020 -kisan. Titta ja Mikko oli saatava mukaan, toteaa Asko.

Maitotaipale Oy on Turvallisin maatila 2020

Nolla tapaturmaa maataloudessa -kampanjamme huipentui Turvallinen maatila 2020 -kilpailun tilojen palkitsemiseen. Kilpailussa etsimme maataloja, jotka panostavat erityisesti työturvallisuuteen ja sitä tukevien toimintatapojen käyttöönottoon. Palkituilla tiloilla korostuu myönteinen työturvallisuusasenne ja ihmisläheiset ratkaisut.

Kovatasoisen kilpailun voittajaksi valikoitui Maitotaipale Oy Liperin Ahonkylästä. Vuonna 2017 perustetun maidontuotannon maatilayrityksen päivittäisistä toiminnoista vastaavat agrologit (AMK) Titta Pehkonen ja Mikko Lihavainen. Tila on Mikon kotitila ja siirtyi sukupolvenvaihdoksella Mikolle vuonna 2006. Osakeyhtiön kahden robotin navetta on rakennettu vuonna 2018.

Tilaa on kehitetty systemaattisesti ja pitkäjänteisesti. Punaisena lankana on ollut alusta lähtien tuotannon tehostaminen. Toimintojen koneellistaminen ja tuotantoon liittyvät työturvallisuusasiat on otettu kehittämisen perustaksi.

Kisan tuomaristo totesi, että käytännössä kaikilla kisan mittareilla tila on todettu turvallisimmaksi maatilaksi. Tällä tilalla visiot ovat jalostuneet käytännön toiminnaksi ja toimenpiteiksi. Luottamus omaan suunnitelmallisuuteen sekä Titan ja Mikon yhteispeli ovat ratkaisevia tekijöitä haastavissakin tilanteissa. Molempien koulutus, aikaisempi kokemus ja selkeä kehittämisahakuisuus ovat kantaneet myös työturvallisuusasioihin paneutumisessa toiminnan tehostamisen ohessa.

Työ ei tekemällä loppu!

Kuin yhdestä suusta Titta ja Mikko toteavat, että tilan työt eivät tekemällä loppu. On edettävä suunnitelmallisesti, pienin askelin ja asioita tarkasti ennakkoon selvittäen. Kertarysäyksellä ei voi hoitaa kaikkia asioita maatilayrityksessä kuntoon. Suunnitelmat on myös jaksettava viedä käytäntöön. Tuotannon kehittämiseen tulee todella panostaa, että pärjää.

– Kaikessa on myös huomioitava turvallisuusasiat, että jaksaa tässä työssä ja koko perhe pysyy terveenä, korostaa Titta.

Liian tiukalle ei saa vetää, työruutiinit eivät saa olla liian työläitä.

– Se minkä voi tehdä koneella, ei kannata tehdä käsin. Ja lomaa pitää ottaa, niin jaksaa, kun kerran täällä vaan eletään, tuumaa Mikko.

Omasta jaksamisesta ja palautumisesta tulee pitää tiukasti kiinni. Lomat ja viikkolevot kannattelevat työkykyä.

– Kun työt ovat koko ajan näkyvillä, on välillä haastavaa erottaa työ ja vapaa-aika. Muutakin elämää kuin lehmä on kuitenkin oltava, että homma pysyy tasapainossa. Itse tykkään, että harrastukset ovat kodin ulkopuolella, on pakko ottaa aikaa ja lähteä liikkeelle, toteaa Titta.

Iso haaste maatalousyrittämisessä on, että yrittäjät tekevät töitä itseään säästelemättä.

–Liian helposti ajaa itsensä loppuun. Omasa ajankäytöstä pitää olla tarkka, muuten alkaa lipsua ja se on huono tie, miettii Titta.

Tällä tilalla näkyy selkeästi kehittymisen halu, tulevaisuuden usko, omiin visioihin luottaminen, yhteen hiileen puhaltaminen ja sinnikäs periksiantamattomuus toiminnassa. Vaikeatkin asiat, kuten vakava tapaturma kohdattiin yhdessä ja sitten mentiin eteenpäin. Onnea ja menestystä Maitotaipale Oy:lle!

TEKSTI: MINNA GARDEMEISTER KUVA: HARRI PAAVOLA

Muut Turvallinen maatila 2020 -kilpailussa palkitut tilat:

Tekomaan tila Sastamalasta, Sinikka Lakkinen
Ollukka Oy Parikkalasta, Mika-Pekka Tiainen
Kylä-Köönikän tila Kokemäeltä, Tommi ja Roope Mäkitalo
Kolmisopen tila Sotkamosta, Laura Parmainen

Turvallisen maatilan valinnassa painotettiin muun muassa seuraavia asioita:

- yrittäjät ja muut tilalla työskentelevät kuuluvat työterveyshuoltoon
- riskienhallinta on osa tilan johtamista
- aktiivisia toimia, joilla varmistetaan turvallinen työ kaikille
- työhyvinvoinnista huolehditaan kestävästi
- malli ongelmien havaitsemiseksi ja ratkaisemiseksi
- eläinten hyvinvoinnin edistäminen kotieläintiloilla
- lasten turvallisuus otettu huomioon

Mela-asiamiehet 2021

Henkilökohtaisen vakuutusturviasi tason voit tarkistaa sähköisestä asiointipalvelusta mela.fi/asiointipalvelut

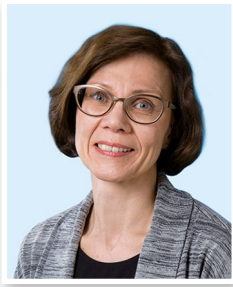
Asiakaspalvelumme auttaa numerossa 029 435 2650
Palvelemme arkisin kello 9–16.

Soittaessasi Mela-asiamiehen kanssa hinta on operaattorikohdista (tarkista operaattoriltasi puhelut puhepakettiin) taassa veloitetaan paikan

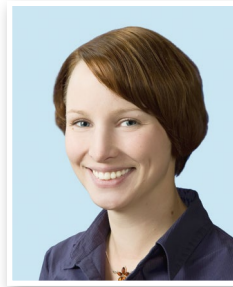
Sähkö
Mela-asia
etunimi.suku
Asiamiehen t
Melan vaiht
puh. 029
Mela-asia
yhteystied
me



Oulun alue
Ahola Marko
puh. 029 435 2624
li
Oulu



Etelä-Pohjanmaan alue
Ollila Heli
puh. 029 435 2684
Alajärvi Kurikka
Alavus Laihia
Evijärvi Lapua
Ilmajoki Lappajärvi
Isojoki Seinäjoki
Isokyrö Soini
Karijoki Teuva
Kauhajoki Vaasa (suomenk.)
Kauhava Vimpeli
Kuortane Ähtäri



Pohjoinen Keski-Suomi
Majjala Johanna
puh. 029 435 2696
Hankasalmi Pihlajavesi
Kannonkoski Saarijärvi
Karstula Viitasaari
Kinnula Äänekoski
Kivijärvi
Konnevesi
Kyyjärvi



Koillismaa ja Itä-Lappi
Määtä Martti
puh. 029 435 2646
Kemijärvi
Kuusamo
Pelkosenniemi
Posio
Salla
Savukoski
Taivalkoski



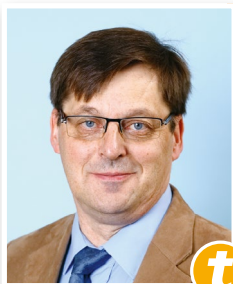
Etelä-Pohjanmaan alue
Mannila Miia
puh. 029 435 2684
Alajärvi Kurikka
Alavus Laihia
Evijärvi Lapua
Ilmajoki Lappajärvi
Isojoki Seinäjoki
Isokyrö Soini
Karijoki Teuva
Kauhajoki Vaasa (suomenk.)
Kauhava Vimpeli
Kuortane Ähtäri



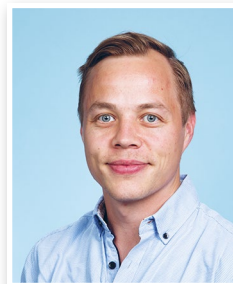
Eteläinen ja Lantinen Keski-Suomi ja Pohjois-Pirkanmaa
Mäkinen-Hankamäki Sari
puh. 029 435 2647
Juupajoki Muurame
Jyväskylä Mänttä-Vilppula
Jämsä Orivesi
Keuruu Petäjävesi
Kuhmoinen Toivakka
Laukaa Uurainen
Multia



Rovaniemi ja Länsi-Lappi
Ronkainen Jarno
puh. 029 435 2662
Kemi Tornio
Keminmaa Ylitornio
Pello
Ranua
Rovaniemi
Simo
Tervola



Etelä-Pohjanmaan alue
Mäkirintala Heikki
puh. 029 435 2684
Alajärvi Kurikka
Alavus Laihia
Evijärvi Lapua
Ilmajoki Lappajärvi
Isojoki Seinäjoki
Isokyrö Soini
Karijoki Teuva
Kauhajoki Vaasa (suomenk.)
Kauhava Vimpeli
Kuortane Ähtäri



Kuopion alue
Paunonen Heikki
puh. 029 435 2686
Iisalmi Rautalampi
Joroinen Rautavaara
Kaavi Siilinjärvi
Keitele Suonenjoki
Kuopio Tervo
Lapinlahti Tuusniemi
Leppävirta Varkaus
Pielavesi Vesanto
Pieksämäki



Pohjois-Lappi
West Nina Maarit
puh. 029 435 2664
Enontekiö
Inari
Kittilä
Kolari
Muonio
Sodankylä
Utsjoki



Etelä-Karjala
Auvinen Pasi
puh. 029 435 2642
Imatra Rautjärvi
Lappeenranta Ruokolahti
Lemi Savitaipale
Luumäki Taipalsaari
Parikkala
Puumala



Päijät-Häme
Halmes Katja
puh. 029 435 2651
Asikkala Kärkölä
Hartola Lahti
Heinola Luhanka
Hollola Padasjoki
Iitti Sysmä
Joutsa
Orimattila



Turun alue
Puustinen Satu
puh. 029 435 2678
Kaarina Raisio
Kustavi Rusko
Lieto Taivassalo
Masku Turku
Mynämäki Vehmaa
Naantali
Nousiainen



Kokkolan ja Kalajoen alue
Karhula Seija
puh. 029 435 2627
Halsua Perho
Kalajoki Reisjärvi
Kannus Sievi
Kaustinen Toholampi
Kokkola Veteli
Lestijärvi



Kuopion alue
Halttunen Pirkko
puh. 029 435 2686
Iisalmi Rautalampi
Joroinen Rautavaara
Kaavi Siilinjärvi
Keitele Suonenjoki
Kuopio Tervo
Lapinlahti Tuusniemi
Leppävirta Varkaus
Pielavesi Vesanto
Pieksämäki



Kymenlaakso
Lappi Jukka
puh. 029 435 2638
Hamina
Kotka
Miehikkälä
Virolahti



Kanta-Häme ja Lounais-Häme
Siukola Kaarlo
puh. 029 435 2665
Forssa Karkkila
Hattula Loppi
Hausjärvi Riihimäki
Hummula Tammela
Hämeenlinna Vihti
Janakkala Ypäjä
Jokioinen



Kainuu
Kivijärvi Anita
puh. 029 435 2676
Hyyrynsalmi Suomussalmi
Kajaani Vaala
Kuhmo
Paltamo
Puolanka
Ristijärvi
Sotkamo



Ylä-Savo
Hurskainen Harri
puh. 029 435 2629
Kiuruvesi
Sonkajärvi
Viermä



Loimaan alue
Mikkola Jaakko
puh. 029 435 2641
Aura
Koski TI
Loimaa
Marttila
Oripää
Pöytyä



Tampereen alue
Suomalainen Nico
puh. 029 435 2654
Akaa Tampere
Kangasala Urjala
Lempäälä Ylöjärvi
Nokia Valkeakoski
Pirkkala Vesilähti
Pälkäne Virrat
Ruovesi



Oulun eteläinen alue
Kontinen Osmo
puh. 029 435 2677
Hailuoto Tyrnävä
Kemppe Utajärvi
Liminka
Lumijoki
Muhos
Pudasjärvi
Raasika
Siikajoki



Pohjois-Karjala
Ikonen Asko
puh. 029 435 2643
Heinävesi Nurmes
Ilomantsi Outokumpu
Joensuu Polvijärvi
Juuka Rääkkylä
Kontiolahti
Lieksa
Liperi



Sastamalan alue
Nuutila Tapio
puh. 029 435 2648
Huittinen
Kokemäki
Punkalaidun
Sastamala



Pohjois-Satakunta ja Lounais-Pirkanmaa
Suoranta Asta
puh. 029 435 2666
Honkajoki Kihniö
Hämeenkyrö Merikarvia
Ikaalinen Parkano
Jämijärvi Pomarkku
Kankaanpää Pori
Karvia Siikainen



Ylivieskan alue
Määttä Anne
puh. 029 435 2622
Alavieska Pyhäjärvi
Haapajärvi Pyhäntä
Haapavesi Siikalatva
Kärsämäki Ylivieska
Merijärvi
Nivala
Oulainen
Pyhäjoki



Etelä-Savon ja Keski-Karjalan alue
Jantunen Mikko
puh. 029 435 2674
Enonkoski Rantasalmi
Hirvensalmi Savonlinna
Juva Sulkava
Kangasniemi Tohmajärvi
Kitee
Mikkeli
Mäntyharju
Pertunmaa



Salon alue ja Ahvenanmaa
Pekki Heidi
puh. 029 435 2614
Lohja
Paimio
Salo
Sauvo
Somero



Rauman alue ja Uudenkaupungin alue
Ääri Juha
puh. 029 435 2616
Eura Rauma
Eurajoki Säkylä
Harjavalta Ulvila
Laitila Uusikaupunki
Nakkila
Pyhäntä

miehelle tai Melaan puhelun
ntainen matkapuhelinmaksu
i, sisältyvätkö 029 -alkuiset
. Lankapuhelimesta soitet-
llisverkkomaksu.



Työturvallisuusasiamies

Mela-turvan lisäksi osa asiamiehistä on erikoistunut työturvallisuusneuvontaan. Tiedottaminen tapaturmien ja ammattitautien torjunnasta riskialttiilla maatalousalalla on tärkeää. Työturvallisuusasiamiehet pitävät tietoiskuja maaseudulla järjestettävissä tilaisuuksissa.

postia
miehelle:
nimi@mela.fi
tavoitat myös
teen kautta
9 435 11
amiehen
ot netistä,
la.fi

Apumme on
ehdottoman
luottamuksellista
ja maksutonta.

Välitä viljelijästä -projekti maatalousyrittäjän tukena

Onko sinulla huoli omasta jaksamisestasi?

Autamme sinua työkykyyn, ihmissuhteisiin, maatilayrittä-
misen haasteisiin sekä muutostilanteisiin liittyvissä asioissa.
Apumme on maksutonta ja luottamuksellista.

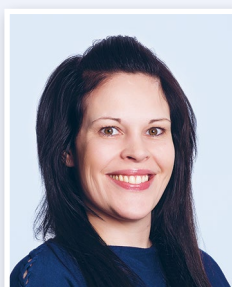
Kauttamme voit hakea 500 euron arvoista ostopalvelusi-
toustusta jaksamisen tukemiseen (mm. terapia, työnohjaus).

Ota yhteyttä matalalla kynnyksellä, halusi keskustella riittä!

Apua saat oman alueesi työntekijältä Välitä viljelijästä -pro-
jektista tai MTK:n hyvinvointihankkeesta.

Lue lisää: mela.fi/projekti

Melan Välitä viljelijästä -projektiyöntekijöiden yhteystiedot:



Etelä-Pohjanmaa
Johanna Lehtonen
puh. 044 990 1467
johanna.lehtonen@mela.fi



Pohjois-Karjala
Marjaana Olenius
puh. 040 575 8813
marjaana.olenius@mela.fi



Etelä-Savo
Outi Ruottinen
puh. 046 923 3480
outi.ruottinen@mela.fi



Pohjois-Pohjanmaa ja Lappi
(ei Koillismaa, Utajärvi,
Vaala, Itä-Lappi)
Eija Tammela
puh. 050 331 8973
eija.tammela@mela.fi



Kaakkois-Suomi
Anni Kekki
puh. 040 593 0848
anni.kekki@mela.fi



Pohjois-Savo
Paula Tikkanen
puh. 050 471 1220
paula.tikkanen@mela.fi



Kainuu, Koillismaa, Itä-Lappi
sekä Utajärvi ja Vaala
Jussi Pulkkinen
puh. 050 462 1109
jussi.pulkkinen@mela.fi



Uusimaa
Marko Kiiveri
puh. 050 329 3976
marko.kiiveri@mela.fi



Kanta- ja Päijät-Häme
Salla Säteri
puh. 050 331 8521
salla.sateri@mela.fi



Ruotsinkieliset alueet koko maassa:
Österbotten, Åland, Åboland, Nyland
Susann Rabb
puh. 050 331 9056
susann.rabb@mela.fi



Turunmaa
Fabritius Helena
puh. 029 435 2617
Kemionsaari
Parainen



Pohjoinen
Rannikko-Pohjanmaa
Grannas Annika
puh. 029 435 2615
Kokkola (ruotsink.)
Kruunupyy
Luoto
Pedersören kunta
Pietarsaari
Uusikaarlepyy
Vöyri



Eteläinen
Rannikko-Pohjanmaa
Hemberg Nina
puh. 029 435 2619
Kaskinen
Korsnäs
Kristiinankaupunki
Maalahti
Mustasaari
Närpiö
Vaasa (ruotsink.)



Itä-Uusimaa
Lindroos Erik
1.4.2021 alkaen
puh. 029 435 2364
Askola Mäntsälä
Hyvinkää Nurmijärvi
Järvenpää Pornainen
Kerava Porvoo
Kouvola Pukkila
Lapinjärvi Pyhtää
Loviisa Sipoo
Myrskylä Tuusula



Länsi-Uusimaa
Westerholm Kerstin
puh. 029 435 2672
Espoo
Hanko
Helsinki
Inkoo
Kauniainen
Kirkkonummi
Raasepori
Siuntio
Vantaa

MTK:n hyvinvointihankkeiden yhteystiedot:

Keski-Pohjanmaa (Myötätuulta Tuottajalle 2)
Suvi Lempiälä, puh. 040 9209 863

Pirkanmaa (Voimaa Farmarille)
Maija Pispä, puh. 040 920 9801 tai Maria Savolainen, puh. 050 513 7951

Satakunta (Varavoimaa Farmarille muutoksiin)
Riitta Seppälä, puh. 044 972 6195 tai Antero Kaappa, puh. 0500 809 317
tai Virve Hindström, puh. 050 309 0991

Varsinais-Suomi (Menestyvä maatilayritys 2)
Ari Heikkilä, puh. 050 472 3527 tai Anita Karppinen, puh. 0400 541 334

Sähköposti: etunimi.sukunimi@mtk.fi

Välitä viljelijästä -projektin vetäjä

Pirjo Ristola, puh. 029 435 2274, pirjo.ristola@mela.fi



Voit laskea
arvion osittaisen
vanhuuseläkkeesi
määrästä haluamassasi
iässä nettisivujemme
laskurilla:
mela.fi/laskurit

Osittainen vanhuuseläke tuo joustoa elämään

Osittainen vanhuuseläke on joustava eläkelaji, joka antaa sinulle mahdollisuuden nostaa osan sinulle karttuneesta työeläkkeestä jo ennen varsinaista eläkeikääsi. Samalla voit halutessasi vähentää työskentelyä tai jatkaa työssä entiseen tapaan.

Osittaista vanhuuseläkettä voi hakea kuka vain 61 vuotta täyttänyt, joka ei vielä saa muuta työeläkettä tai luopumistukea. Osittaisena vanhuuseläkkeenä voi nostaa joko 25 tai 50 prosenttia karttuneesta työeläkkeestä.

Kannattaako osittainen vanhuuseläke?

– Monelle osittaisen vanhuuseläkkeen nostaminen voi olla eräänlaista tulevaisuuden riskienhallintaa, toteaa Mela-asiamies Jaakko Mikkola.

Mikkola kertoo, että maatalousyrittäjiltä on tullut paljon positiivista palautetta tästä osit-

taisesta eläkevaihtoehdosta. Eläkkeen avulla työntekoa on mahdollista keventää tai vaikka jatkaa kuten ennenkin, mutta saada vaikuttaa taloudelliseen tilanteeseen.

– Kun osan eläkkeestä ottaa maksuun ennen lopulliselle vanhuuseläkkeelle jäämistä, on plakkarissa jotain ylimääräistä, tapahtui tulevaisuudessa mitä vain. Vaihtoehtoja kannattaa kuitenkin harkita huolellisesti. Koska eläke on verotettavaa tuloa, kannattaa esimerkiksi eläkkeen nostamisen vaikutus verotukseen selvittää etukäteen. Mikä sopii yhdelle, ei välttämättä sovi toiselle, Mikkola muistuttaa.

Päätä itse, kuinka paljon työskentelet

Jäädessäsi osittaiselle vanhuuseläkkeelle, voit jatkaa työntekoa entiseen tapaan, vähentää työn tekemistä tai lopettaa työt kokonaan. Voit jopa tehdä töitä enemmän kuin ennen, sil-

lä osittainen vanhuuseläke ei edellytä eikä rajoita työn tekemistä.

Työskentely osittaisen eläkkeen rinnalla ei vaikuta nostamasi eläkkeen määrään, mutta eläkkeen rinnalla tehdystä työstä karttuu uutta eläkettä.

Osittaisen vanhuuseläkkeen nostaminen ei myöskään estä muiden etuuksien, kuten sairauspäivärahan tai ansiosidonnaisen työttömyyspäivärahan saamista.

Eläkkeen nostamisajankohta vaikuttaa määrään

Ennen omaa alinta vanhuuseläkeikää nostettu osittainen eläke pienentää lopullista eläkettä 0,4 prosenttia jokaiselta ennen eläkeikää nostetulta kuukaudelta. Tämä varhennusvähen- nys jää pysyväksi osaksi eläkettä. Vähennyksen eläkettä pienentävää vaikutusta voi kuitenkin tasoittaa työskentelemällä osittai-

sen vanhuuseläkkeen rinnalla alimman vanhuuseläkeiän täyttämisen jälkeen.

Osittaisen vanhuuseläkkeen voi nostaa myös oman alimman vanhuuseläkeiän jälkeen. Tällöin eläkkeeseen saa 0,4 prosentin lykkäyskorotuksen jokaiselta oman eläkeiän ylittävältä kuukaudelta.

Kiinnostuitko?

Ota yhteyttä Mela-asiamieheen, jos haluat selvittää, miten osittaisen eläkkeen nostaminen vaikuttaisi omaan elämäntilanteeseesi ja talouteesi. Asiamieheltä saat tietoa eri eläkevaihtoehtoista ja hän auttaa sinua suunnittelemaan juuri sinun tilanteeseesi parhaiten sopivan ratkaisun.

Asiamieheltä saat apua myös eläkehakemuksen tekemisessä. Voit täyttää hakemuksen myös sähköisessä asiointipalvelussamme **mela.fi/asiointipalvelut**

Muutoksia vakuutusmaksujen eräpäiviin

Maatalousyrittäjien vakuutusmaksujen eräpäivät muuttuivat 1.1.2021 lukien. **MYEL-vakuutusmaksut** ja **pakollisen työajan MATA-vakuutusmaksut** laskutetaan jatkossa neljässä tasasuuruudessa erässä. **Uudet eräpäivät:** 15.3. 15.6. 15.9. 15.12.

Vapaaehtoisen MATA-vakuutuksen (vapaaehtoinen työajan vakuutus ja vapaa-ajan vakuutus) eräpäivät muuttuivat myös. Uuden vakuutuksen alkaessa vakuutusmaksu erääntyy päätöksen antopäivästä seuraavan kuukauden 20. päivänä. Vapaaehtoinen MATA-vakuutusmaksu laskutetaan yhdessä erässä.

Jos tarvitset lisäaikaa vakuutusmaksujesi hoitamiseen, voit sopia uudesta maksuaikataulusta kätevästi sähköisessä asiointipalvelussamme. Voit myös olla yhteydessä vakuutusmaksulaskutukseemme ja sopia maksuaikamuutoksista. Vakuutusmaksun lykkäämisen ajalta laskuun lisätään korkolain 4 a §:n mukainen viivästyskorko. Korko on 8 prosenttia 1.1.–30.6.2021.

Lisätietoja vakuutusmaksulaskutuksesta numerosta 029 435 2690 ja nettisivuiltamme.

WEBINÄARIT

Kevään hyvinvointiaiheet verkkoluennot

25.2. torstai klo 10 (ennakkoilmoittautuminen) **Voimana toivo**
Maaret Kallio, kouluttajapsykoterapeutti, tietokirjailija

17.3. keskiviikko klo 13 **Työnohjauksellinen apu oman työn johtamiseen** Heikki Kruus, psykoterapeutti, työnohjaaja

26.3. perjantai klo 13 **Työturvallisuuden rakennuspalikat**
Kim Kaustell, MMT, Luke

14.4. keskiviikko klo 13 **Parisuhteessa – yksin vai yhdessä**
Pirjo Latvanen, perhe- ja paripsykoterapeutti

21.4. keskiviikko klo 13 **Ensiapua maatalousyrittäjälle!**
Arja Peltomäki-Vastamaa, työterveyshuollon asiantuntija, Mela

Osallistumisohjeet: mela.fi/tapahtumat