

## Spara tidningen!

LPA idag är Lantbruksföretagarnas pensionsanstalts kundtidning.

Det här numret av tidningen innehåller information om ombudsmännen och skickas ut till alla LFÖPL-försäkrade, ett exemplar per hushåll.

På mittuppslaget hittar du en presentation av LPA-ombudsmännen och deras kontaktinformation.

## Långsiktig planering främjar arbetssäkerheten

Besöket på gården Maitotaipale Oy övertygade arbetssäkerhetsrådgivare Asko Ikonen om att man hade förverkligat säkerheten i arbetet på gården.

– Det verkade som om allt hade förts ytterligare ett stycke vidare. Allt hade planerats och genomförts i minsta detalj. Särskilt positivt var trafikarrangemangen på gården och barnens säkerhet hade uppmärksamats. Det fanns inga tvivel när tävlingen En Säker Gård 2020 körde i gång. Titta och Mikko måste med, konstaterar Asko.

### Maitotaipale Oy är Den Säkraste Gården 2020

Vår kampanj Noll olycksfall i arbetet kulminerade i prisutdelningen för gårdarna i tävlingen En Säker Gård 2020. I tävlingen sökte vi gårdar som särskilt satsar på säkerheten i arbetet och på rutiner som stöder säkerheten. På de belönade gårdarna framhävs inställningen till säkerheten i arbetet och människonära lösningar.

I den hårda konkurrensen segrade Maitotaipale Oy från Ahonkylä i Libelits. Det är agrolagera (YHS) Titta Pehkonen och Mikko Lihavainen som ansvarar för den dagliga verksamheten på gården, för mjölkproduktion som grundades 2017. Gården är Mikkos hemgård och övergick till Mikko i samband med generationsväxlingen 2006. Aktiebolagets ladugård med robotar byggdes 2018.

Gården har utvecklats systematiskt och långsiktigt. Från början har effektiviseringen av produktion gått som en röd tråd genom utvecklingen. Utgångspunkt för utvecklingen var mekaniseringen av funktionerna och arbetssäkerhetsfrågorna i anslutning till produktionen.

Tävlingsjuryn konstaterade att gården mätt med praktiskt taget alla mätinstrument var den säkraste gården. Här har visionerna förädlats till praktiska åtgärder och verksamhet. Förtroendet i den egna planmässigheten och Titas och Mikkos välfungerande samarbete är avgörande även i svåra situationer. Deras utbildning, tidigare erfarenhet och tydliga vilja att utveckla har varit till stor hjälp när det har varit fråga om att satsa på säkerheten i arbetet vid sidan om effektiviseringen av verksamheten.

### Arbetet tar aldrig slut!

Titta och Mikko konstaterar samtidigt att arbetet på gården inte tar slut. Det är helheten som avgör och det går inte att göra allt på en gång. Det är viktigt att avancera systematiskt, med små steg och med stöd av noggranna förhandsutredningar. Man måste också orka genomföra planerna i praktiken. Det gäller att verkligen satsa på kreatursförädlning och utveckling av produktionen för att klara sig.

– I alla sammanhang ska också säkerhetsaspekterna beaktas för att man ska orka med ar-

betet och för att hela familjen ska hållas frisk, konstaterar Titta.

Det får inte bli för snävt och arbetsrutinerna får inte vara för arbetsdryga.

– Det som kan utföras med maskin lönar det sig inte att göra för hand. Och semester ska man också ta för vi lever ju bara en gång, säger Mikko.

Det är viktigt att inte tumma på de egna krafterna och återhämtningen. Semester och veckovila är det som håller arbetsförmågan uppe.

– När man hela tiden ser sitt arbete är det svårt att skilja mellan arbete och fritid.

Men det måste finnas annat i livet än kor för att det ska finnas en balans i livet. Jag tycker själv om att ha hobbyer utanför hemmet, så

att jag måste ta egen tid och åka i väg, säger Titta. Den stora utmaningen för lantbruksföretagarna ligger i att de arbetar utan att tänka på sig själv. Man kör alldeles för lätt i väggen.

Det är viktigt att vara noggrann med hur man själv använder sin tid, annars börjar man slarva med det och resultatet blir dåligt, säger Titta.

På den här gården framträder tydligt viljan till utveckling, tron på framtiden, förtroendet i de egna visionerna, sammanhållningen och ihärdig viljestyrka i verksamheten. Även svåra händelser, som till en exempel en allvarlig olycka, kunde man bearbeta tillsammans och sedan gå vidare. Lycka till Maitotaipale Oy!

TEXT: MINNA GARDEMEISTER BILD: HARRI PAAVOLA

### De övriga gårdarna som belönades i tävlingen En Säker Gård 2020:

Tekomaa gård i Sastamala, Sinikka Lakkinen  
Ollukka Oy Parikkala, Miika-Pekka Tiainen  
Kylä-Köönikkä gård i Kokemäki Tommi och Roope Mäkitalo  
Kolmisoppi gård i Sotkamo, Laura Parmainen

### I valet av En Säker Gård poängterades bland annat:

- företagarna och andra som arbetar på gården hör till företagshälsovården
- riskhantering är en del av ledningen av gården
- aktiva åtgärder garanterar säkert arbete
- välbefinnandet i arbetet beaktas på ett hållbart sätt
- modell för att upptäcka och lösa problem
- främjande av djurens välbefinnande på gårdar med djur
- barnens säkerhet

# LPA-ombudsmän 2021

Kontrollera nivån på ditt personliga försäkringsskydd via [lpa.fi/etjanster](http://lpa.fi/etjanster)

LPA:s kundtjänst når du på numret 029 435 2650  
Vi betjänar vardagar klockan 9–16.

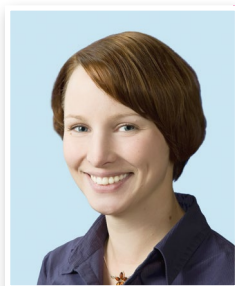
När du ringer en ombudsman mobilsamtalsavgift som är beroende av abonnemang har ett samtalspris som din operatör om 029-nummer och fast telefon debiteras lokalsamtalsavgift.



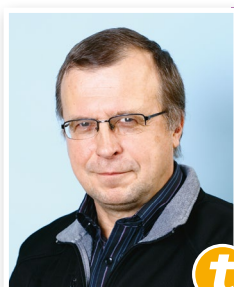
**Oulun alue**  
**Ahola Marko**  
puh. 029 435 2624  
li  
Oulu



**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 Pihtipudas  
Kannonkoski Saarijärvi  
Karstula Viitasaari  
Kinnula Äänekoski  
Kivijärvi  
Konnevesi  
Kyyjärvi



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



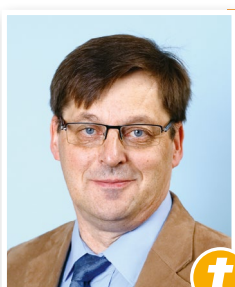
**Etelä-Pohjanmaan alue**  
**Mannila Miia**  
puh. 029 435 2684  
Alajärvi Kurikka  
Alavus Laihia  
Evijärvi Lapua  
Ilmajoki Lappajärvi  
Isojoki Seinäjoki  
Isokyrö Soini  
Karijoki Teuva  
Kauhajoki Vaasa (suomenk.)  
Kauhava Vimpeli  
Kuortane Ähtäri



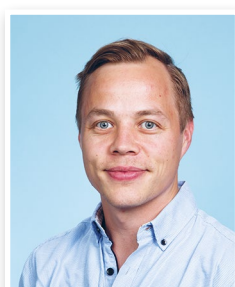
**Eteläinen ja Läntinen Keski-Suomi ja Pohjois-Pirkanmaa**  
**Mäkinen-Hankamäki Sari**  
puh. 029 435 2647  
Juupajoki Muurame  
Jyväskylä Mänttä-Vilppula  
Jämsä Orivesi  
Keuruu Petäjävesi  
Kuhmoinen Toivakka  
Laukaa Uurainen  
Multia



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



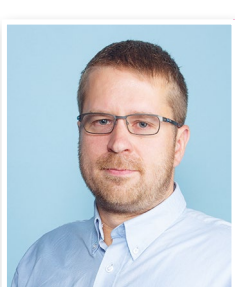
**Etelä-Pohjanmaan alue**  
**Mäkrintala Heikki**  
puh. 029 435 2684  
Alajärvi Kurikka  
Alavus Laihia  
Evijärvi Lapua  
Ilmajoki Lappajärvi  
Isojoki Seinäjoki  
Isokyrö Soini  
Karijoki Teuva  
Kauhajoki Vaasa (suomenk.)  
Kauhava Vimpeli  
Kuortane Ähtäri



**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**  
**Halme Katja**  
puh. 029 435 2651  
Asikkala Kärkölä  
Hartola Lahti  
Heinola Luhanka  
Hollola Padasjoki  
Iitti Sysmä  
Joutsa  
Orimattila



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



**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



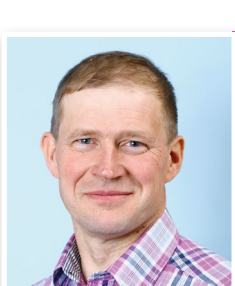
**Kymenlaakso**  
**Lappi Jukka**  
puh. 029 435 2638  
Hamina  
Kotka  
Miehikkälä  
Virolahti



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



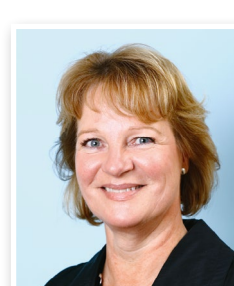
**Kainuu**  
**Kivijärvi Anita**  
puh. 029 435 2676  
Hyrnsalmi Suomussalmi  
Kajaani Vaala  
Kuhmo  
Paltamo  
Puolanka  
Ristijärvi  
Sotkamo



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



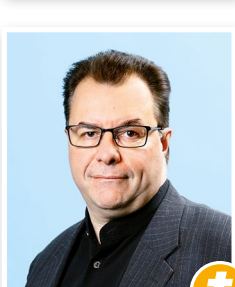
**Loimaan alue**  
**Mikkola Jaakko**  
puh. 029 435 2641  
Aura  
Koski TI  
Loimaa  
Marttila  
Oripää  
Pöytyä



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



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



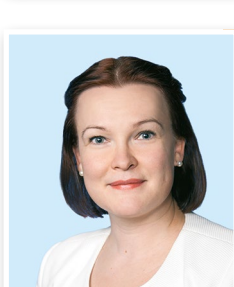
**Pohjois-Karjala**  
**Ikonen Asko**  
puh. 029 435 2643  
Heinävesi Nurmes  
Ilomantsi Outokumpu  
Joensuu Polvijärvi  
Juuka Rääkkylä  
Kontiolahdi  
Liekksa  
Liperi



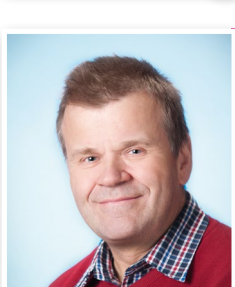
**Sastamalan alue**  
**Nuutila Tapio**  
puh. 029 435 2648  
Huittinen  
Kokemäki  
Punkalaidun  
Sastamala



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



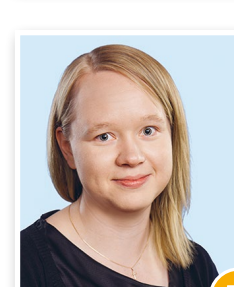
**Ylivieskan alue**  
**Määttä Anne**  
puh. 029 435 2622  
Alavieska Pyhäjärvi  
Haapajärvi Pyhäntä  
Haapavesi Siikalatva  
Kärsämäki Ylivieska  
Merijärvi  
Nivala  
Oulainen  
Pyhäjoki



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



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



**Saloregionen och Åland**  
**Pekki Heidi**  
tfn 029 435 2614  
Lojo  
Pemar  
Sagu  
Salo  
Somero

Vill du ha service?  
Kontakta en ombudsman för kontaktinformation.  
De övriga betjänarna finns på [lpa.fi](http://lpa.fi).  
E-post till en ombudsman finns på [ombudsman@lpa.fi](mailto:ombudsman@lpa.fi).  
Du når ombudsmanerna via LPA:s telefonväxel.  
Närmare kontakt hittar du på [lpa.fi](http://lpa.fi).

eller LPA debiteras en  
ende av operatören (om ditt  
ket kan du kontrollera med  
ingår). Om du ringer från en  
talsavgift.



## Arbetskyddsombudsmän

Vissa ombudsmän har utöver LPA-tryggheten specialiserat sig på säkerheten i arbetet. Eftersom lantbruket är förknippat med ett flertal risker är det viktigt att informera om hur olycksfall och yrkessjukdomar kan förebyggas. Arbetskyddsombudsmännen delta med information i olika evenemang på landsbygden.

ce på svenska?  
nbudsman vars  
anges på svenska.  
endast på finska.

A-ombudsman:  
amnm@mela.fi

männen också  
äxel 029 435 11.

ktinformation  
på nätet  
l.fi

Vi hjälper  
kostnadsfritt  
och fullständigt  
förtroligt.

## Projektet Ta hand om bonden stöder lantbruksföretagarna

### Oroar du dig för hur du ska orka?

V hjälper dig i frågor som gäller arbetsförmågan, mänskliga relationer, lantbruksföretagares utmaningarna och när det sker förändringar. Hjälpn är kostnadsfri och konfidentiell. Du kan ansöka om en köptjänstförbindelse värd 500 euro via oss (bl.a. för terapi, arbetshandledning).

### Kontakta oss i ett tidigt skede, det räcker med att du vill prata!

Du får hjälp av medarbetaren i projektet Ta hand om bonden i ditt område eller via ett av MTK:s projekt för välbefinnande.

Läs mera: [lpa.fi/projekt](http://lpa.fi/projekt)

### Projektarbetare inom LPA:s projekt Ta hand om bonden:

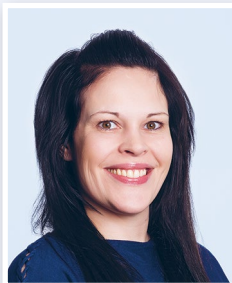


De svenskspråkiga regionerna i hela landet: Österbotten, Åland, Åboland, Nyland  
**Susann Rabb**  
puh. 050 331 9056  
[susann.rabb@mela.fi](mailto:susann.rabb@mela.fi)

Allmän information på svenska:  
Märta Strömberg-Nygård, tfn 029 435 2242,  
[marta.stromberg-nygard@mela.fi](mailto:marta.stromberg-nygard@mela.fi)

Projektleddare: Pirjo Ristola tfn 029 435 2274, [pirjo.ristola@mela.fi](mailto:pirjo.ristola@mela.fi)

De finskspråkiga projektarbetarnas kontaktinformation anges på finska eftersom de betjänar endast på finska (Välitä viljelijästä):



Etelä-Pohjanmaa  
**Johanna Lehtonen**  
puh. 044 990 1467  
[johanna.lehtonen@mela.fi](mailto:johanna.lehtonen@mela.fi)



Etelä-Savo  
**Outi Ruottinen**  
puh. 046 923 3480  
[outi.ruottinen@mela.fi](mailto:outi.ruottinen@mela.fi)



Kaakkois-Suomi  
**Anni Kekki**  
puh. 040 593 0848  
[anni.kekki@mela.fi](mailto:anni.kekki@mela.fi)



Kainuu, Koillismaa, Itä-Lappi  
sekä Utajärvi ja Vaala  
**Jussi Pulkkinen**  
puh. 050 462 1109  
[jussi.pulkkinen@mela.fi](mailto:jussi.pulkkinen@mela.fi)



Kanta- ja Päijät-Häme  
**Salla Säteri**  
puh. 050 331 8521  
[salla.sateri@mela.fi](mailto:salla.sateri@mela.fi)



Keski-Suomi  
**Eila Eerola**  
puh. 050 331 5204  
[eila.eerola@mela.fi](mailto:eila.eerola@mela.fi)



Pohjois-Karjala  
**Marjaana Olenius**  
puh. 040 575 8813  
[marjaana.olenius@mela.fi](mailto:marjaana.olenius@mela.fi)



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



Pohjois-Savo  
**Paula Tikkanen**  
puh. 050 471 1220  
[paula.tikkanen@mela.fi](mailto:paula.tikkanen@mela.fi)



Uusimaa  
**Marko Kiiveri**  
puh. 050 329 3976  
[marko.kiiveri@mela.fi](mailto:marko.kiiveri@mela.fi)

### Kontaktpersoner inom MTK:s regionala välbefinnandeprojekt:

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

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

**Satakunta** (Varavoimaa Farमारille 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

E-post: [fornamn.efternamn@mtk.fi](mailto:fornamn.efternamn@mtk.fi)



Åboland  
**Fabritius Helena**  
tfn 029 435 2617  
Kimitoön  
Pargas



Norra  
Kust-Österbotten  
**Grannas Annika**  
tfn 029 435 2615  
Jakobstad  
Karleby  
Kronoby  
Larsmo  
Nykarleby  
Pedersöre  
Vörå



Södra  
Kust-Österbotten  
**Hemberg Nina**  
tfn 029 435 2619  
Kaskö  
Korsholm  
Korsnäs  
Kristinestad  
Malax  
Närpes  
Vasa



Östra Nyland  
**Lindroos Erik**  
från 1.4.2021  
tfn 029 435 2364  
Askola Mäntsälä  
Borgnäs Mörskom  
Borgå Nurmijärvi  
Hyvinge Pukkila  
Kervo Pyttis  
Kouvola Sibbo  
Lapträsk Träskända  
Lovisa Tusby



Västra Nyland  
**Westerholm Kerstin**  
tfn 029 435 2672  
Esbo  
Hangö  
Helsingfors  
Ingå  
Grankulla  
Kyrkslätt  
Raseborg  
Sjundeå  
Vanda



Du kan räkna ut hur mycket pension du uppskattningsvis får vid olika åldrar med hjälp av vår räknare på webbplatsen [lpa.fi/räknare](http://lpa.fi/räknare)

## Den partiella ålderspensionen står för flexibilitet

Den partiella ålderspensionen är en flexibel pensionstyp som ger dig möjlighet att ta ut en del av arbetspensionen redan före din egentliga pensionsålder. Samtidigt kan du dra ner på arbetet eller fortsätta arbeta som tidigare.

Vem som helst som har fyllt 61 år och som inte ännu får annan arbetspension eller avträdelsestöd kan ansöka om partiell ålderspension. Som partiell ålderspension kan du få antingen 25 eller 50 procent av din intjänade pension.

### Lönar sig det att ta partiell ålderspension?

– För många kan partiell ålderspension vara ett slag av riskhantering för framtiden, säger LPA-ombudsmannen Jaakko Mikkola.

Mikkola berättar att det har kommit mycket positiv respons om det partiella pen-

sionsalternativet från lantbruksföretagarna. Med hjälp av pensionen är det möjligt att underlätta arbetet eller till och med fortsätta som tidigare men samtidigt få stabilitet i den ekonomiska situationen.

– När du tar ut en del av pensionen innan du får slutgiltig ålderspension har du lite extra att ta till oberoende av vad som händer i framtiden. Det lönar sig emellertid att överväga alternativen noggrant. Eftersom pensionen är skattepliktig inkomst lönar det sig att på förhand ta reda på hur pensionen påverkar beskattningen. Det som passar en kanske inte passar en annan, säger Mikkola.

### Bestäm själv hur mycket du arbetar

När du väljer partiell ålderspension kan du fortsätta arbeta som tidigare, minska på arbetet eller helt sluta arbeta. Du kan rentav arbeta mer

än tidigare eftersom den partiella ålderspensionen varken förutsätter eller begränsar arbete. Arbete vid sidan om pensionen påverkar inte det pensionsbelopp som du får utan i stället tjänar du in ny pension genom arbetet som du utför.

Partiell ålderspension är inte heller ett hinder för andra förmåner, till exempel sjukdagpenning eller inkomstrelaterad arbetslöshetsdagpenning.

### Pensionsbeloppet beror på när du tar partiell pension

Om du tar ut partiell pension innan du nått den lägsta åldern för ålderspension minskar din slutgiltiga pension med 0,4 procent varje månad som du får pension före pensionsåldern. Den här förtidsminskningen blir en bestående del av pensionen. Du kan emellertid

utjämna minskningen genom att vid sidan om den partiella pensionen arbeta också efter att du har nått den lägsta pensionsåldern.

Du kan också ta ut partiell ålderspension efter att du har nått åldern för ålderspension. Då får du en uppskovsförhöjning på 0,4 procent på din pension för varje månad som din egen pensionsålder överskrider.

### Intresserad?

Kontakt LPA-ombudsmannen om du vill ta reda på hur partiell ålderspension påverkar din livssituation och din ekonomi. Av ombudsmannen får du information om olika pensionsalternativ och han eller hon hjälper dig att planera den bästa lösningen för just dig.

Ombudsmännen hjälper dig också att fylla i pensionsansökan. Du kan också fylla i ansökan i vår e-tjänst [lpa.fi/etjanster](http://lpa.fi/etjanster)

## Förfallodagarna ändras

Förfallodagarna för lantbruksföretagarnas försäkringspremier ändrades 1.1.2021. **LFÖPL-försäkringspremierna och försäkringspremierna för obligatoriska OFLA-försäkringar för arbetstid** faktureras i fortsättningen i fyra lika stora rater. **De nya förfallodagarna är** 15.3 15.6 15.9 15.12

**Förfallodagarna för den frivilliga OFLA-försäkringen** (frivillig försäkring för arbetstid och fritid) **ändrades också**. De fortgående försäkringarna förfaller 20.2. Försäkringspremien för en ny försäkring förfaller till betalning den 20 dagen i månaden som följer på dagen för beslutet. Försäkringspremien för en frivillig OFLA-försäkring faktureras i en rat.

**Om du behöver betalningstid ska du kontakta faktureringen för försäkringspremier** vid LPA tfn 029 435 2690 och komma överens om betalningstiden. För uppskovstiden betalar du dröjsmålsränta i enlighet med 4 a § i räntelagen. Räntan är 8 procent under tiden 1.1–30.6.2021.

**Närmare information om faktureringen på numret 029 435 2690 och på vår webbplats.**

LPA idag är LPA:s kundtidning  
ISBN 952-5275-01-9

utgivare Lantbruksföretagarnas pensionsanstalt  
Norrskensparken 2, 02100 Esbo,  
växel 029 435 11, [www.lpa.fi](http://www.lpa.fi)

chefredaktör Minna Gardemeister  
[minna.gardemeister@mela.fi](mailto:minna.gardemeister@mela.fi)

översättning Carola Rönning  
layout Virve Laine  
tryckeri Grano 2/2021

## MÅ BRA-WEBINAR Vårens webbföreläsningar om välmående

25.2 torsdag kl. 10 (förhandsanmälan) **Voimana toivo**  
Maaret Kallio, utbildare, psykoterapeut, facklitterär författare

17.3 onsdag kl. 13 **Työnohjauksellinen apu oman työn johtamiseen**  
Heikki Kruus, psykoterapeut, arbetshandledare

26.3 fredag kl. 13 **Työturvallisuuden rakennuspalikat**  
Kim Kaustell, AFM, Luke

30.3. tisdag kl. 10 **Förändring är konstant – hur leder man sig själv i en tid av förändring?**  
Harriet Bodö, utbildare och handledare

14.4 onsdag kl. 13 **Parisuhteessa – yksin vai yhdessä**  
Pirjo Latvanen, psykoterapeut för familje- och parförhållanden

21.4 onsdag kl. 13 **Ensiapua maatalousyrittäjälle!**  
Arja Peltomäki-Vastamaa, sakkunnig inom företagshälsovård, LPA

**Deltagaranvisningar: [mela.fi/tapahtumat](http://mela.fi/tapahtumat)**

Följ oss på [juurevajoukko.fi](http://juurevajoukko.fi)

