

Jaksamisen rajoilla

Vertaisryhmä maatalousyrittäjille

Tukea oman hyvinvoinnin vahvistamiseen

Miten helpottaa omaa arkea ja lisätä jaksamista? Tukea arkisiin huoliin, kiireisiin ja vastoinkäymisiin. Pienryhmässä mietitään yhdessä muiden samassa tilanteessa olevien kanssa, miten voimavaroja voidaan vahvistaa ja vaalia.

Tapaamisia viisi kertaa etänä Teams-yhteydellä

Tiistaisin klo 13.30–15.00

26.10.2021, 23.11.2021, 14.12.2021, 11.1.2022, 8.2.2022

Osallistuaksesi tarvitset vain toimivan internetyhteyden.

Varaa paikkasi ja tule mukaan

Osallistuminen on maksutonta. Vertaisryhmän vetäjänä toimii Välitä viljelijästä -projektityöntekijä Anni Kekki.

Ilmoittaudu 19.10. mennessä:

<https://link.webropolsurveys.com/EP/AD54737F6B369762>

Lisätiedot: Anni Kekki, puh. 040 5930 848, anni.kekki@mela.fi

