



Maatalousyrittäjien hyvinvointipäivä – Selätä stressi!

Hyvinvointipäivä maatalousyrittäjille Hämeenlinnassa 28.10.2021

Paikka: Scandic Aulanko, Aulangontie 93, 13220 Hämeenlinna

Tilaisuus on maksuton.

Ohjelma

9.00 Aamukahvia tarjolla

Paikalla myös ständejä, joissa voit käydä osallistumassa arvontaan tai tutustumassa yhteistyökumppaneiden tarjontaan

9.45 Päivän avaus

Pirjo Saari, yksikönpäällikkö, Mela ja Kari Aikio, aluepäällikkö, MTK-Häme

10.00 Melan uusi työterveyshuoltosovellus maatilan riskien hallintaan

Arja Peltomäki-Vastamaa, työterveyshuollon asiantuntija, Mela

10.15 Miten lisätä psyykkistä hyvinvointia työssä?

Maria Laine, psykoterapeutti, työnohjaaja

11.45 Taukojumppa

12.00 Lounas

13.00 Tyyne Kettunen – stand up -show

13.30 Lievitä stressiäsi, lisää jaksamistasi

Miia Huitti, sertifioitu stressivalmentaja

15.00 Arvonta ja päätöskahvit

Seuraamme koronatilannetta ja muutokset ovat mahdollisia. Tilaisuudessa noudatetaan voimassa olevia terveysturvallisuusohjeita. Tulethan päivään vain terveenä.

Ilmoittaudu 13.10. mennessä: <https://link.webropolsurveys.com/EP/B175169F57160085>

Lisätiedot: Pirjo Saari, pirjo.saari@mela.fi, puh. 0400 341 390

