



Vahva mieli – valmennus

Itseluottamusta yrittäjyyteen! Maksuton etävalmennus maatalousyrittäjille

Valmennus toteutetaan pienryhmässä. Pääset verkostoitumaan muiden osallistujien kanssa ja kehittämään omia vahvuuksiasi yrittäjänä.

Tapaamisissa keskitytään itseluottamuksen, toiveikkuuden, optimismin ja sinnikkyuden vahvistamiseen. Pienet harjoitukset ja tehtävät johdattavat sinut kohti kestäväää työhyvinvointia!

Tapaamiset Teams-yhteydellä kello 12.00–13.30

| | |
|-----------|---|
| 19.1.2022 | Työhyvinvoinnin nykytila, voimavarani |
| 26.1.2022 | Itseluottamus voimavarana |
| 1.2.2022 | Optimismi ja toivo voimavarana |
| 9.2.2022 | Resilienssi voimavarana |
| 16.2.2022 | Työhyvinvoinnin tavoitteiden vuosisuunnitelma |

Valmennus tapahtuu etänä, joten osallistumiseen tarvitset vain internetyhteyden. Valmentajina toimivat Välitä viljelijästä -projektityöntekijät Outi Ruottinen sekä Marjaana Olenius.

Ilmoittaudu 12.1.2022 mennessä: <https://link.webpolsurveys.com/EP/OEB91C9AA196B328>

Lisätietoja: Outi Ruottinen, outi.ruottinen@mela.fi, puh. 046 923 3480
Marjaana Olenius, marjaana olenius@mela.fi, puh. 040 575 8813

