



# Må bra -dag för lantbruksföretagare – Övervinn stressen!

Må bra -dag för lantbruksföretagare i Österbotten 3.11.2021

Plats: Scandic Waskia, Kärleksstigen 3, Vasa

Dagen är kostnadsfri för deltagare.

## Program

---

- 9.00 Morgonkaffe från hotellets frukostbuffé
- 10.00 Dagen öppnas Hälsningar från LPA och Ta hand om bonden  
*Pia Franzén, projektassistent*  
*Susann Rabb, projektarbetare*  
*Märta Strömberg-Nygård, expert LPA*
- 10.30 Minska stressen och orka mer  
*Harriet Bodö, utbildare och ledarskapscoach*
- 12.00 Lunch
- 13.15 Gilla förändring – och Du har lättare att övervinna stressen  
*Kaj Kunnas inte jordbrukare, utan ordbrukare*
- 14.45 Pausgymnastik
- 15.00 Alfred Backa skojar och sjunger  
*Komiker och författare*
- 15.30 Lotteri, dagen avslutas och kaffe
- 

Kom till Må bra -dagen endast om du är frisk. Vi följer myndigheternas rekommendationer och det finns möjlighet till ändring i programmet.

Anmälan senast 20.10.2021 klockan 12.00

via den här [linken](https://link.webropolsurveys.com/EP/8699BF9B1021A750)

Tilläggsinfo: Pia Franzén, tfn 050 599 3629, pia.franzen@mela.fi

Märta Strömberg-Nygård, tfn 040 486 0909, marta.stromberg-nygard@mela.fi

Susann Rabb, tfn 050 331 9056, susann.rabb@mela.fi

