



# Maatalousyrittäjien hyvinvointipäivä – Voimaa toivosta!



**Hyvinvointipäivä maatalousyrittäjille Laukaassa 17.11.2022**

**Paikka: Peurunka, Peurungantie 85, Laukaa**

Tilaisuus on maksuton.

## Ohjelma

### 8.30 Aamukahvia tarjolla

*Kiertele minimessuilla, tutustu yhteistyökumppaneiden tarjontaan ja osallistu arvontaan. Melan ständillä pääset kokemaan maatalon huimaavia vaaranpaikkoja turvallisesti virtuaalilasit silmillä!*

### 9.15 Päivän avaus – tervetuloa hyvinvointipäiville!

*Anna-Riikka Pukari, asiantuntija, Mela*

### 9.30 Mielen voimaa paineessa

*Harri Gustafsberg, Poliisin Karhuryhmän operatiivisena johtajanakin toiminut tietokirjailija ja valmentaja, suorituskyvyn ja stressinhallinnan asiantuntija, FT ja HTM*

### 11.00 Lounas

*Minimessujen tarjontaan tutustumista*

### 12.30 Tyne Kettunen -stand up show

### 13.00 Toivoa tulevaisuuteen: 11 Ajatusta elämästä ja työelämästä

*Sami Kojonen, näyttelijä, laulaja, teatteri-ilmaisun opettaja*

### 14.00 Arvonta ja iltapäiväkahvit

*Kiertele minimessuilla ja koe virtuaalielämys Melan ständillä*

### 15.00 Tilaisuus päättyy

**Ilmoittaudu 1.11. mennessä** Melan tapahtumakalenterissa tai suoraan tästä linkistä:

<https://link.webpolsurveys.com/EP/D9076B98FA93D08E>

**Lisätiedot:** Anna-Riikka Pukari, [anna-riikka.pukari@mela.fi](mailto:anna-riikka.pukari@mela.fi), puh. 050 348 0535

Seuraamme koronatilannetta ja muutokset ovat mahdollisia, tulethan päivään vain terveenä.

