

Stressaako?

Väsyttääkö?

Palaudutko?

[tykymittari.mela.fi](http://tykymittari.mela.fi)

# Testaa oma työkykysi!

## Viljelijän työkykymittari

Työkyky on elämänmittainen prosessi, jota kannattaa arvioida säännöllisesti. Viljelijän työkykymittari on maatalousyrittäjille suunnattu maksuton työkykytesti, jossa on huomioitu maataloustyön erityispiirteet.

[tykymittari.mela.fi](http://tykymittari.mela.fi)

Opit, miten  
työkykysi  
vastaa työsi  
vaatimuksia

Tunnistat,  
mihin asioihin  
tulee  
kiinnittää  
huomiota

Kiinnostut  
hyvinvointisi  
kehittämisestä

## Vastaamalla testiin

Näet,  
millainen on  
oma työkykysi  
verrattuna muihin  
maatalous-  
yrittäjiin

Saat  
ohjauksen  
sinulle  
hyödyllisiin  
palveluihin

Miten voit?  
Testaa oma  
työkykysi!

[tykymittari.mela.fi](http://tykymittari.mela.fi)



# Viljelijän työkykymittari