



Maatalousyrittäjien hyvinvointipäivä – Voimaa toivosta!



Hyvinvointipäivä maatalousyrittäjille Turussa 16.3.2023
Paikka: Ruissalon kylpylä, Ruissalon puistotie 640, 20100 Turku

Tilaisuus on osallistujille maksuton.

Ohjelma

8.45 Aamukahvia tarjolla

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

9.30 Päivän avaus – tervetuloa hyvinvointipäiville!

Susanna Karhu, asiantuntija, Välitä viljelijästä -projekti, Mela

9.45 Toiveikkaana kohti tulevaa

Pirjo Latvanen, psykologi, työnohjaaja, perhe- ja pariopsykoterapeutti

10.45 Taukojumppa

11.00 Lounas

Minimessujen tarjontaan tutustumista

12.30 Mielen voimaa paineessa

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

14.00 Stand up -esitys

Sampsa Simpanen, Stand up -koomikko

14.45 Arvonta, loppusanat ja iltapäiväkahvit

Ilmoittaudu 26.2. mennessä Melan tapahtumakalenterissa tai suoraan tästä linkistä:

<https://link.webropolsurveys.com/EP/A918C99A822B4E10>

Lisätiedot: Susanna Karhu, susanna.karhu@mela.fi, puh. 029 435 2273

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

