



Vahva mieli – valmennus

Itseluottamusta yrittäjyyteen! Maksuton etävalmennus maatalousyrittäjille

Tapaamisissa keskitytään itseluottamuksen, toiveikkuuden, optimismin ja sinnikkyuden vahvistamiseen. Pienet harjoitukset ja tehtävät johdattavat sinut kohti kestävää työhyvinvointia! Valmennus toteutetaan pienryhmässä.

Tapaamiset Teams-yhteydellä kello 12.00–13.30

ti 31.10.2023 Työhyvinvoinnin nykytila, voimavarani

ti 7.11.2023 Itseluottamus voimavarana

ti 14.11.2023 Optimismi ja toivo voimavarana

pe 24.11.2023 Resilienssi voimavarana

pe. 1.12.2023 Työhyvinvoinnin tavoitteiden vuosisuunnitelma

Valmennus tapahtuu verkon välityksellä, joten osallistumiseen tarvitset vain internetyhteyden. Valmentajina toimivat Välitä viljelijästä -projektityöntekijät Marjaana Olenius ja Outi Ruottinen.

Ilmoittaudu 24.10. mennessä Melan tapahtumakalenterista tai suoraan tästä linkistä:

<https://link.webpolsurveys.com/EP/9271C9E76CCD2510>

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

