



Maatalousyrittäjien hyvinvointipäivä – Kevennä kuormaa!



Hyvinvointipäivä maatalousyrittäjille Kirkkonummella 28.11.2023

Paikka: Majvik Kokous- ja kongressihotelli, Majvikintie 1, 02430 Masala

Tilaisuus on maksuton.

Ohjelma

9.00 Buffet-aamiainen

Koe maatalan huimaavia vaaranpaikkoja turvallisesti virtuaalilasit silmillä Melan ständillä!

9.45 Päivän avaus – tervetuloa hyvinvointipäiville!

Anna-Riikka Pukari, asiantuntija, Mela

10.00 Stressi ja työssä jaksaminen

Kari Ketonen, näyttelijä, käsikirjoittaja, ylemmän erityystason psykoterapeutti

11.30 Lounas

12.30 Myel-työtulon vaikutus maatalousyrittäjän elämänpolulla

Heidi Pekki, asiamies, Mela

13.00 Välitämme viljelijästä

Marko Kiiveri, Välitä viljelijästä -projektityöntekijä, Mela

13.15 Matalan kynnyksen apua ja tukea Maaseudun tukihenkilöverkosta

Mia Kalpa, suunnittelija, Maaseudun tukihenkilöverkko

13.30 Kriisiin apua kriisikeskuksesta

Leena Tiitto, kriisikeskusjohtaja, Vihdin Kriisikeskus

13.45 MotoriikkaMiikan huikea show

14.10 Arvonta, loppusanat ja iltapäiväkahvit

Ilmoittaudu 30.10. mennessä Melan tapahtumakalenterissa tai suoraan tästä linkistä:

<https://link.webropolsurveys.com/EP/34725E0D3F1CB365>

Lisätietoja: Anna-Riikka Pukari, anna-riikka.pukari(at)mela.fi, puh. 0294 352 469

