



# Maatalousyrittäjien hyvinvointipäivä – Kevennä kuormaa!



**Hyvinvointipäivä maatalousyrittäjille Lapualla 8.2.2024**

**Paikka: Kulttuurikeskus Vanha Paukku, Vanhan Paukun tie 1, 62100 Lapua**

**Tilaisuus on maksuton.**

## Ohjelma

- 8.45 Aamukahvia tarjolla**  
*Koe maatalon huimaavia vaaranpaikkoja turvallisesti virtuaalilasit silmillä Melan ständillä!*
- 9.30 Päivän avaus – tervetuloa hyvinvointipäiville**  
*Susanna Karhu, asiantuntija, Välitä viljelijästä -projekti, Mela*
- 9.40 Myel-työtulon vaikutus maatalousyrittäjän elämänpolulla**  
*Heikki Mäkirintala, asiamies, Mela*
- 10.15 Välitämme viljelijästä**  
*Johanna Lehtonen, Välitä viljelijästä -projektityöntekijä, Mela*
- 10.30 Kriisikeskuksesta apua kriisin kohdatessa**  
*Eliina Anttila-Varpula, toiminnanjohtaja, MIELI Kriisikeskus Seinäjoki*
- 10.45 Matalan kynnyksen apua ja tukea Maaseudun tukihenkilöverkosta**  
*Mia Kalpa, suunnittelija, Maaseudun tukihenkilöverkko*
- 11.00 Lounas**
- 12.15 Suhtaudu positiivisesti muutokseen – ja vähennä samalla arjen kuormittavuutta**  
*Kaj Kunnas, sananviljelijä, toimittaja ja ennen kaikkea kanssaihminen*
- 13.45 Pienten Joutsenten tanssiesitys**
- 13.50 Arvonta, loppusanat ja iltapäiväkahvit**
- 14.30 Kulttuurikeskuksen opastettu kierros (kesto 1 tunti)**  
*Tutustutaan Lapuan Patruunatehtaan museoon ja kuullaan alueen mielenkiintoisesta historiasta*

**Ilmoittaudu 16.1. mennessä Melan tapahtumakalenterissa tai suoraan tästä linkistä:**

<https://link.webropolsurveys.com/EP/FE8BB2AEEE3472DF>

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

