



Poronhoitajien hyvinvointipäivät Levillä 5.–6.9.2024

Lapland Hotels Sirkantähti, Levintie 1630, Sirkka

Työhyvinvointi-
päivät
lounaiseen ja
kahveineen ovat
maksuttomia

Ohjelma

Torstai 5.9.2024

- 9.00** Hotelliaamiainen tarjolla
- 10.15** Päivien avaus
Märta Strömberg-Nygård, työkykypalveluiden asiantuntija, Mela
Sirpa Valkama, toimistosihtööri, Paliskuntain yhdistys
- 10.30** Ajankohtaista Melasta
Märta Strömberg-Nygård, , työkykypalveluiden asiantuntija, Mela
- 11.00** Osaathan se sieki! -koulutushankkeen kuulumiset
Heidi Aikio, projektipäällikkö, Leader Pohjoisin Lappi ry
- 11.15** MYEL-työtulon vaikutus poronhoitajien elämänpolulla
Inga-Briitta Magga, asiamies, Mela
- 12.00** Lounas
- 13.15.** Hyvinvointiluento ravinnosta
- 14.00** Tauko
- 14.30** Kävelylenkki + taukojumpat lenkin aikana
ja sateen sattuessa Kehonhuolto ja rentoutus sisällä / Levi Wellness
- 15.45** Iltapäiväkahvit
- 19.00** Yhteinen illallinen omalla kustannuksella

Perjantai 6.9.2024

- 10.00** Millä mielellä tähän päivään?
Eija Tammela, projektityöntekijä, Mela
- 10.30** Oman jaksamisen rajat
Eija Tammela, projektityöntekijä, Mela
- 11.30** Tauko
- 11.45** Itsetuntemus ja omat rajat
Eija Tammela, projektityöntekijä, Mela
- 12.45** Millä mielellä kotimatalle?
Eija Tammela ja Märta Strömberg-Nygård
- 13.00** Lounas, jonka jälkeen kotimatalle

Majoitus omalla kustannuksella. Saunallinen kahden hengen huone 100€/hotellihuone yhdelle tai kahdelle hengelle Hintoihin sisältyy majoitus aamiaisella. Varauksen teko Sirkantähden verkkosivujen kautta koodilla ALLMELA tai suoraan [tämän](#) linkin kautta. Tarjoushintaan majoitus varattava viimeistään 26.8.2024. Hotelli lähettää sitten ennakkomaksulinkein sähköpostilla majoittujille maksua varten reilua viikkoa ennen majoituksen alkua, maksu eräännyy 7vrk ennen majoituksen alkua.

Ilmoittautuminen viimeistään 26.8.2024 tämän linkin kautta: <https://link.webropolsurveys.com/EP/983D3B10CB2430DD>

Lisätietoja:

Märta Strömberg-Nygård, puh. 040 486 0909,
marta.stromberg-nygard@mela.fi

