



## Maatalousyrittäjien hyvinvointipäivä – Hommat haltuun!

Hyvinvointipäivä maatalousyrittäjille Ikaalisissa 27.11.2024

Paikka: Ikaalisten kylpylä, Huvilatie 2, Ikaalinen

Tilaisuus on  
maksuton

### Ohjelma

- 8.30 Aamukahvia tarjolla ja hyvinvointitori**  
*Kiertele hyvinvointitorilla ja tutustu yhteistyökumppaneiden tarjontaan. Melan ständillä pääset kokemaan maatilan huimaavia vaaranpaikkoja turvallisesti virtuaalilasit silmillä*
- 10.00 Päivän avaus**  
*Maija Pispa, projektityöntekijä, Välitä viljelijästä -projekti, Mela*
- 10.10 Lomitus 50 vuotta**  
*Sakari Eerola, lomituspalvelujohtaja ja Anne Ahola, maatalouslomittaja, Sastamalan lomituspalvelut*
- 10.50 Työtulon merkitys yrittäjän elämänpolulla**  
*Juha Ääri, asiamies, Mela*
- 11.10 Maatalousyrittäjän tuki- ja liikuntaelinvaivat**  
*Jaana Peltokunnas, työfysioterapeutti, Pirte, Ratinan työterveys*
- 11.40 Lounas ja työhyvinvointitoriin tutustumista**
- 13.00 Itsensä johtaminen – mitä se on ?**  
*Salla Säteri, projektityöntekijä, Välitä viljelijästä -projekti, Mela*
- 13.45 Maatalousyrittäjän seitsemän sudenkuoppaa**  
*Mikko Kalliola, puhuja, luova johtaja, yrittäjä*
- 15.15 Loppusanat ja päätöskahvit**
- 16.00 Hyvää kotimatkaa!**

**Ilmoittaudu 11.11.2024 mennessä Melan tapahtumakalenterissa tai suoraan tästä linkistä:**

<https://link.webropolsurveys.com/EP/D3534533E940D7A5>

Kuukautta ennen tapahtumaa varatut **omakustanteiset** majoitusvaraukset saa tarjoushintaan koodilla **MELA2024**

### Lisätietoja:

**Arja Peltomäki-Vastamaa**, [arja.peltomaki-vastamaa@mela.fi](mailto:arja.peltomaki-vastamaa@mela.fi),

puh. 029 435 2459

**Maija Pispa**, [maija.pispa@mela.fi](mailto:maija.pispa@mela.fi), puh. 040 920 9801



Välitä  
viljelijästä



Mela