

MAATALOUSYRITTÄJÄN PAREMPI PÄIVÄ

24.2.2026
klo 9-15

TULE MUKAAN KUULEMAAN
ASiantuntijoiden neuvot mm.
melun ja ilman epäpuhtauksien
torjuntaan, palautumiseen
työhuipusta, työn ja vapaa-ajan
yhteensovittamiseen sekä nuorten
huomiointiin maataloustyössä

*Kylpylähotelli Kunnonpaikka, Vuorela klo.9.00-15.00.
Tilaisuus on maksuton, lounas omakustannehintaan.*

Mukaan mahtuu 50 ensimmäiseksi ilmoittautunutta!



Ilmoittaudu mukaan

- qr-koodilla
- Sähköpostilla:
mika.repo@savonia.fi
- Linkin kautta

Mukana
tapahtumassa
kilpajuoksija ja
maanviljelijä
Kaisa Honkaharju!

SAVONIA



SafeHabitus

ysao
YLÄ-SAVON AMMATTIOPISTO



KANNATTAVUUDELLA
JATKUVUUTTA



Pohjois-Savon liitto



Euroopan unionin
osarahoittama

MAATALOUSYRITTÄJÄN PAREMPI PÄIVÄ

Päivän ohjelma

- 9:00-9:30** Aamukahvit ja tervetuloa
- 9:30-10:00** Maatalous on kuin urheilua! Miten menestyvä urheilija käsittelee stressin, paineen ja palautuu. Puhujana maatalousyrittäjä ja urheilija Kaisa Honkaharju
- 10:00-15:00** Teemarastit ja niiden purku. Ajankohtaiset kuulumiset

Rastinjärjestäjä	Rastin teema
Paula Antikainen, hankekoordinaattori YsAo	Kaverin puolesta kuultua! Työtapaturmat, niiden tilanne ja miten vähennetään
Anna-Katri Laakkonen, hankevastaava ja Emmi Parkkinen, ruokinnan asiantuntija ProAgria Itä-Suomi	SOP-työohjeilla apua töiden organisointiin ja työnsujuvuuteen
Paula Tikkanen, työkykyneuvoja Mela	Ihmissuhteet elämän rikastuttajana sekä työn ja vapaa-ajan merkitys
Niina Mäntyniemi, toiminnanjohtaja Maaseutuammattiin ry.	Nuoret työntekijänä, huomiot ja riskit
Jukka Mäittälä, kehittämisspäälikkö Työterveyslaitos	Suojaa kuulosi ja hengityksesi oikein. Käytännön esimerkkejä sekä mahdollisuus kokeilla suojaimia.
Outi Luostarinen, työfysioterapeutti Kunnanpaikka	Voi hyvin niin maatilakin voi hyvin