



Tervetuloa  
mukavaan  
menoon!

## Talvitapahtuma maatilayrittäjille 12.-13.1.2017

### MEKA ja OmaNauta –hankkeet

Mietityttääkö oma jaksaminen nautakarjatilän arjen keskellä? Miten muilla yrittäjillä menee ja onko heillä hyviä kokemuksia muille jaettavaksi? Pitääkö investointien aina maksaa niin paljon? Miten hoidan parisuhdetta ja yrittäjyyttä, kun yhdessä ollaan 24/7?

Talvitapahtuma on järjestetty juuri Sinulle, joka painit kyseisten asioiden kanssa. Tapahtumasta saat neuvoja käytäntöön ja hengähdystauon talven arkeen. Voit tavata muita samoja asioita pohtivia ja rentoutua hyvän olon merkeissä.

#### Ohjelmassa on mm.

- hyvinvointivalmentaja Jukka Harjun puheenvuoro: ”Järjestä pääsi tai pääse järjestäsi”
- yrittäjätarinoita
- maltillisilla investoinneilla ja kekseliäisyydellä tehoa ja tuottoa
- liikuntaa muun ohjelman ohessa
- iltaohjelmaa illallisen kera
- eläinten käyttäytyminen ja hyvinvointi – osa yrittäjän hyvinvointia
- yhdessä yrittäminen & parisuhde

**Merkitse tapahtuma valmiiksi kalenteriisi** – Talvipäivien pitopaikka ja hintatiedot ilmoitetaan joulukuun alussa.

Lisätietoja tapahtumasta ilmoitetaan mahdollisimman pian MEKA ja OmaNauta -hankkeiden nettisivuilla sekä Facebookissa. Voit osallistua joko päiväkävijänä tai yöpyä kylpylähotellissa. OmaNauta -hankkeessa järjestetään tapahtumaan bussikyty reitille esim. Oulu-Toholampi-Jyväskylä.

#### Lisätietoja

Keski-Suomi : susanna.lahnamaki-kivela@jamk.fi, 040 725 6603, anne-mari.malvisto@jamk.fi, 040 643 2946 tai tanja-reetta.kinnunen@proagria.fi, 043 824 9640

Keski-Pohjanmaa: maarit.karki@kpedu.fi, 040 808 5540  
Pohjois-Pohjanmaa: rajja.suomela@oamk.fi, 040 628 1044

