



Tukenasi muutoksissa

MTK-Satakunnan Varavoimaa Farmarille muutokseen -hanke pyrkii vastaamaan maatalouden nopeaan rakennemuutokseen tukemalla viljelijäperheitä muutoksia vaativissa tai mieltä painavissa tilanteissa.

Keväällä 2019 käynnistyneen hankkeen vetäjä **Riitta Seppälä** tiivistää, että hankkeen päätavoitteita ovat

- Valmiuksien vahvistaminen muutokseen
- Vaikeuksissa olevien maatalousyrittäjien tukeminen ensiapuna
- Sidosryhmäyhteistyö.

Jokainen viljelijä joutuu miettimään omaa ja tilansa tulevaisuutta. Laajentaako vai lopettaako, muuttaako tuotantosuuntaa, hakeutuuko muihin töihin? Talouden, tuotantosuunnan tai omistajanvaihdosten lisäksi muutostarpeet voivat liittyä omaan jaksamiseen, terveydentilaan tai ihmissuhteisiin.

Hanke järjestää ajankohtaisia ja käytännönläheisiä tilaisuuksia Muutoksen, Talouden ja Hyvinvoinnin ABC -teemojen alla. Näistä lisää sisäsivuilla sekä tarkemmin netissä.

RISTIRIITAISET TUNTEET ovat usein osa muutosprosessia

Muutostarpeet ja -prosessit ovat jokaisen tilan kohdalla omanlaisia. Kun muutostarve on havaittu, punnitaan muutoksen tarpeellisuutta tai mahdollisesti myös kielletään sen välttämättömyys.

Muutosprosessiin kuuluu usein osana lamaannus ja ristiriitaiset tunteet. Kun muutostarve on hyväksytty, mahdollistuu innostuminen, oivallukset ja uuden kokeileminen. Kokeilun jälkeen tarvitaan tahtoa, jotta uudesta muodostuu toimintatapa, sanoo agrologi-terveydenhoitaja **Virve Hindström**, joka on Varavoimaa Farmarille muutokseen -hankkeen osa-aikainen työntekijä.

Pala palalta tavoitteeseen

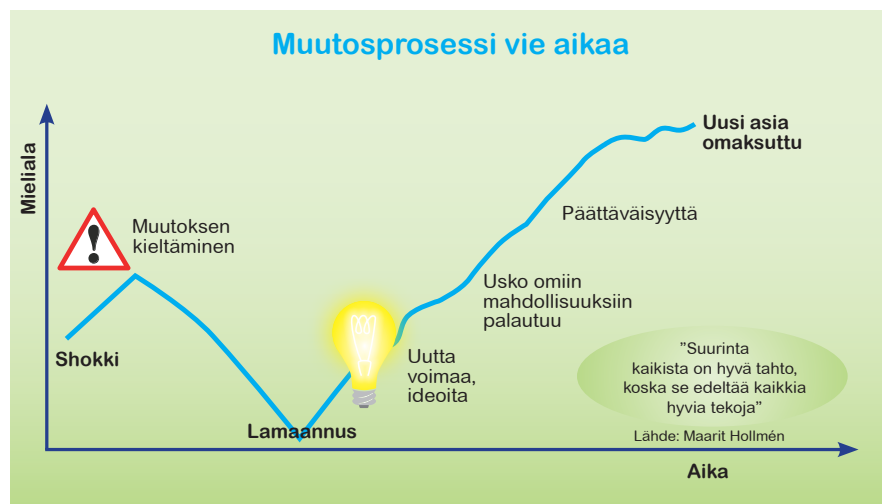
Muutoksen suunnittelussa on tärkeää huomioida kokonaisuus. Hindström muistuttaa, että kokonaisuuden jaottelu osiin, suunnittelu ja erilaisiin tilanteisiin varau-

tuminen on toisinaan helpompaa, kun paikalla on muutosprosessin ulkopuolinen henkilö.

Onnistumisen edellytys on myös, että jo suunnitteluvaiheessa kaikkien asianosaisten mielipiteet kuullaan ja otetaan huomioon. Suunnittelussa pyritään myös siihen, etteivät kaikki muutokset

kuormita maatalousyrittäjää yhtä aikaa. Mitä enemmän on kyennyt valmistautumaan muutokseen, sitä paremmat edellytykset on kohdata odottamattomiakin muutoksia.

- Muutos ei aina etene suunnitelmien mukaan. Itselleen on oltava armollinen tällaisissa tilanteissa, Hindström huomauttaa.



"Ilmastomuutoksesta voi olla hyötyäkin"

Suomi on ainoita paikkoja maapallolla, jossa ilmastomuutoksesta voi olla hyötyäkin, sanoo Markus Nissinen, joka toimii MTK:n metsälinjan ympäristöasiantuntijana.

- Yhteyttäminen tehostuu, ja sitä myöten kasvu todennäköisesti lisääntyy Suomessa, hän toteaa.

Sään ääri-ilmiöt, kuten pitkät helle- ja kuivuusjaksot, rankkasateet ja tulvat aiheuttavat kuitenkin peltoviljelylle ongelmia, samoin kasvi- ja eläintautien ja tuhoeläinten mahdollinen lisääntyminen. Jos muutoksiin varaudutaan kehittämällä muuttuviin olosuhteisiin sopivia kasvilajikkeita ja viljelytekniikoita, Suomen maataloudesta voi tulla nykyistä tuottavampi.

- Suomalaisen ruuantuotannon kestävyys kestää vertailun. Puhdas vesi ei ole meillä minimitekijä, eikä aavikoituminen uhkaa ilmastomuutoksen edetessäkään. Kaikki lajit eivät kuitenkaan kasva pohjoisessa ilmastossamme, mutta esimerkiksi nurmi kasvaa lähes kaikkialla Suomessa. Nurmi, nauta, maito, liha on kestävä kokonaisuus. Lannan jatkokäsittely mahdollistaa ravin-



teiden kierrätyksen takaisin kasvien käyttöön. Maatiloilla voidaan tuottaa myös bio-kaasua uusiutuvaksi polttoaineeksi. Ravinteet säilyvät prosessin tähteessä, joka voidaan ottaa edelleen käyttöön. Kiertotaloudessa on valtavasti potentiaalia, Nissinen huomauttaa.

Hiilinieluista vientituote?

Maa- ja metsätaloudella on myös mahdollisuus taistella ilmastomuutosten etenemistä vastaan. Metsämme ja maaperämme ovat voimakas hiilinielu, koska maanomistajat hoitavat metsiä ja pelloja hyvin.

- Useimmilla valtioilla ei ole minkäänlaista hiilinielua. Meillä maanomistajilla on osaamista, josta voimme tehdä monipuolisia vientituotteita. Nielut hillitsevät ilmastomuutosta, eikä kukaan ole vielä maksanut niistä mitään. Hiilensidontakauppa olisi yksi oikea tie korvata arvokasta työtä maanomistajille. Malleja on maailmalla jo toiminnassa, ja potentiaalia paljon, Markus Nissinen jatkaa.

Vahvuudet voimavaraksi

Työnohjauksessa pysähdytään miettimään, mitkä ovat sinulle tärkeät asiat ja vahvuudet. Miksi olen tässä ja teen tätä? Onko tämä minun juttuni vielä? Sinussa itsessäsi ovat ne vastaukset, jotka saavat loisteen palaamaan silmiin, sanoo työnohjaaja Marika Raitaniemi Loistokeskuksesta.

Työnohjaus viljelijän kanssa on hänen mukaansa kokonaisarjen katsomista. Usein arki on niin hektistä, että ei ole aikaa itselle ja pysähtymiselle. Mitä minulle ja meille kuuluu? Työnohjaus on yleensä ennakoivaa ja tarpeen etenkin silloin, kun oma aika ei tunnu riittävän kaiken ja töiden organisointi ei oikein suju. Tällöin voimavarat alkavat usein vähentyä ja ajatukset olla negatiivisvoittoisia.



Työnohjaaja, terveydenhoitaja Outi Mäkelä ja koordinoiva työnohjaaja Marika Raitaniemi kertovat tavoitteekseen sen, että loiste palaa asiakkaan silmiin.

- Ei ole vain yhdenlaisia ratkaisuja. Työnohjaajan tehtävänä on peilata erilaisia mahdollisuuksia ja ovia, joita voi avata, Raitaniemi jatkaa.

Valinnanvaraa on

Loistokeskus on Marika Raitaniemen omistama asiantuntijakeskus, jossa hän itse toimii koordinoivana työnohjaajana. Keskuksella on kymmenen työnohjaajaa, joilla kaikilla on myös kriisityöntekijän pätevyys. Neljällä henkilöllä on lisäksi terapia-koulutus. Keskuksella on myös nettisivut ja videoesittelyt kustakin työntekijästä.

Yhteistyö Loistokeskuksen kanssa sopii Varavoiimaa Farmarille muutoksiin -hankkeelle, jonka kautta maatalousyrittäjän on mahdollista saada Melan ostopalvelusitoumus työnohjaukseen tai terapiaan.

Maatalousyrittäjän hyvinvoinnin ABC

24.10. - 25.10. www.lyyti.in/hyvinvoinninABC20193satak
14.11. - 15.11. www.lyyti.in/hyvinvoinninABC20194satak

Ali-Ketolan matkailutila, Ketolantie 176, Kokemäki

Mielenterveyden ensiapu@1 - koulutuksen teemat:

- ihmissuhteet ja vuorovaikutus
- tunnetaidot
- elämän- ja stressinhallinta
- kriisit ja niistä selviäminen
- mistä saan apua hyvinvoinnin tueksi



Illalla on ohjelmassa kevyttä liikuntaa, saunomista ja leppoisaa yhdessäoloa. Melan Väliä viljelijästä -projekti maksaa osallistujien tarjoilut ja yöpymisen.

Koulutuksen tarjoaa Varavoimaa Farmarille -hanke.

Lisätietoja ja ilmoittautumiset myös:
p. 044 972 6195, www.mtk.fi/varavoimaafarmarille



Ostopalvelusitoumuksia terapiaan, taloudellisiin tai juridisiin asiantuntijapalveluihin sekä työnohjaukseen

Yksi henkilö voi saada korkeintaan kaksi Melan 500 euron ostopalvelusitoumusta ja tilalla niitä voi saada useampikin henkilö. Hakemus on yksinkertainen täyttää yhdessä Varavoimaa Farmarille -työntekijän kanssa.

Maatalousyrittäjille ja heidän kanssaan työskenteleville HYVINVOINTI- JA VIRKISTYSPÄIVÄ - Minä muutoksessa – uskallanko ottaa askeleen?

- Ke 27.11.2019 klo 9-16 Virkistysshotelli Yyteri, Sipintie 1, Pori
- Ilmoittautuminen www.lyyti.in/hyvinvointipaiva2019 viimeistään 11.11.2019 tai niin kauan kuin paikkoja riittää.

Lisätietoja ja ilmoittautumiset myös: gsm 045 343 0670

- Tilaisuus ja tarjoilut ovat osallistujille maksuttomia

- Kahvi, aktiviteetit, tutustuminen osastoihin
- Mela viljelijöiden hyvinvoinnin tukena – mitä uutta tarjolla?
Pirjo Ristola, Melan Väliä viljelijästä -projekti
- Työn ja elämän muutokset maatilalla
- Maatalousyrittäjän arki, ihmissuhteet, näköalat ja voimavarat
Työnohjaaja Elina Jaakkola
- Ruokailu, minimessut
- Elämässä on taikaa
Taikuri ja mentalisti Johannes Malkamäki
- Elintapamuutoksen ABC ja kuntotestien palaute
Lounais-Suomen Liikunta ja Urheilu ry
- Osuuspankki muutoksissa viljelijän tukena
Länsi-Suomen Osuuspankki
- Lääkäripalvelut mukana taskussasi
LähiTapiola



LÄMPIMÄSTI Tervetuloa

Järjestäjinä yhteistyössä MTK-Satakunnan Varavoimaa Farmarille muutoksiin -hanke, MTK-Pirkanmaan Voimaa Farmarille -hanke, Mela, ProAgria, Maaseudun tukienkilöverkko, seurakunnat, Loistokeskus, A-klinikka ja laitospalvelut, Porin ensi- ja turvakotiyhdistys, Settlementti Tampere, Kansanlääkintäseura, Lounais-Suomen Liikunta ja Urheilu, työterveyshuollot, LähiTapiola, OP-ryhmä ja Virkistysshotelli Yyteri

TALOUS HALTUUN KONKREETTISIN KEINON

To 31.10.2019 Sastamala,
OP:n kokoushuone, Puistokatu 2, klo 18.00–21.00
www.lyyti.in/taloussastamala2019

To 7.11.2019 Eura, OP:n kokoushuone,
Satakunnankatu 19, klo 18.00–21.00
www.lyyti.in/talouseura2019

- Mikä tärkeintä taloudenhallinnassa ja maatalon rahoitukseen vaikuttavat tekijät
- Mitä maatalouden 2-verolomake kertoo ja mitä muuta tarvitaan talouden tueksi
- Taloustilanne haltuun konkreettisin keinoin, käytännön verovinkkejä

- Ilmoittautumiset viimeistään viikkoa ennen tilaisuutta lyytilinkkien kautta tai puh. 045 343 0670

- Tilaisuudet ovat osallistujille maksuttomia, pankit tarjoavat kahvit



VÄLITILINPÄÄTÖS JA VEROSUUNNITTELU

Ti 19.11. 2019 Kankaanpää,
Ravintola Lumiainen, Torikatu 13, klo 18.00–21.00
www.lyyti.in/taloussastamala2019

To 21.11.2019 Huittinen,
Wanha WPK, Koskitie 1, klo 18.00–21.00
www.lyyti.in/taloussastamala2019

- Mikä tärkeintä taloudenhallinnassa ja maatalon rahoitukseen vaikuttavat tekijät
- Tunnusluvut taloudenhallinnan ja suunnittelun käytännön tukena
- Maatalouden välitilinpäätös ja verovinkit

TALOUTTA HELPPOTAJUISESTI

Maatalouden muuttuvassa tilanteessa on meidän viljelijöiden tärkeää kiinnittää erityishuomiota maatalon talouden kokonaisuuteen, painottaen maatalousyrittäjä Antero Kaappa. Talouden ABC -tilaisuuksissa käsitellään niitä maatilojen talouden kulmakiviä, jotka jokaisen maatalousyrittäjän tulee hallita

pärajatukseen lähitulevaisuudessa. Asiat käydään läpi konkreettisesti ja helppotajuisesti. Niihin kannattaa tulla myös, vaikka ei itse olisikaan päävastuullinen tilan taloudenhoidosta tai esimerkiksi tilitoimisto hoitaa kirjanpidon. Tämä on osa riskienhallintaa ja pienentää siten myös yllätyksiä ja stressiä talousasioista, VF-asiantuntija Kaappa toteaa.

Maaseutu- ja maatalousyrittäjille TYÖNANTAJAPÄIVÄ

INVESTOIVA MAATILAYRITYS

JURIDISET SOPIMUKSET JA IHMISSUHTEET

Ti 5.11.2019 klo 9.30-15

Porin Hakkiluoto, Hakkiluodontie 10

● Ilmoittautuminen 29.10. mennessä
www.lyyti.in/tyonantajapaiva2019

tai puh. 045 343 0670

● Lisätietoja Riitta Seppälä,
riitta.seppala@mtk.fi,
gsm 044 9726195

● Tilaisuus on maksuton, OP Länsi-Suomi tarjoaa kahvit ja lounaan

Maaseutuyrittäjä työnantajana

Toimitusjohtaja Kristel Nybondas,
Maaseudun Työnantajaliitto

Työsuojelu ja työterveyshuolto

Tarkastaja Pia Anttonen,
Lounais-Suomen AVI

Miten olla hyvä työnantaja ja miten kehittyä johtamisessa

Hankeasiantuntija Katja Vaahtera,
Varavoimaa Farmarille muutoksiin
Toimitusjohtaja Tarja Matomäki,
Mattilan marjatila Oy
Maatalousyrittäjä Antti Pukara

Työvoiman hankinta ja muut

TE-toimiston palvelut

Palvelujohtaja Satu Remmer,
Satakunnan TE-toimisto

Kiinnostaako työvoiman rekrytointi

Euroopasta ilman paperisotaa

Asiantuntija Taina Tuovinen, EURES-palvelu/
Satakunnan TE-toimisto

Työntekijän vakuutus- ja eläketurva

Vakuutusasiantuntija Tarja Karhiniemi,
Pohjola vakuutus

Järjestäjänä MTK-Satakunta/

Varavoimaa Farmarille muutoksiin

Ti 12.11.2019 klo 9-12.30, Pori

Noormarkun klubi, Laviantie 14

Lisätiedot ja ilmoittautumiset

5.11.2019 mennessä

p. 020 747 2550 tai

info.lansi@proagria.fi tai

www.proagria.fi/lansi - Tapahtumat

● Tilaisuus on maksuton, kahvit
tarjoaa Huittisten Säästöpankki

Investointien suunnittelu ja kannatavuus

Jarkko Storberg ja Juho Juusela,

ProAgria Länsi-Suomi

Investointi rahoituslaitoksen näkökulmasta

Sami Iltanen, Huittisten Säästöpankki

Investointien tuet

Ismo Häyhä, Satakunnan ELY-keskus

Sopimuksen synty ja sitovuus

Risto Heininen, ProAgria Länsi-Suomi

Tilan voimavarat ja investointien suunnittelu

Riitta Seppälä, Varavoimaa Farmarille
muutoksiin/MTK Satakunta

Järjestäjänä ProAgria Länsi-Suomi/Aikaa
On -hanke ja MTK-Satakunta/ Varavoimaa
Farmarille muutoksiin

Ti 3.12.2019, Parkano klo 17.30-21

Valtuustosali, Parkanontie 37

● ilmoittautuminen 26.11. mennessä
www.lyyti.in/sopimukset122019

tai puh. 045 343 0670

● Järjestäjänä MTK-Satakunnan
Varavoimaa Farmarille muutoksiin
-hanke

● Lisätietoja Antero Kaappa,
antero.kaappa@gmail.com,
gsm 0500 809 317

● Tilaisuus on osallistujille maksuton,
kahvit tarjoaa OP Satapirkka

Läheiset ihmissuhteet – rasitteita vai arjen voimavaroja

Heikki Kruus, TM, perheneuvoja,
pariterapeutti, työnohjaaja

● Parisuhteen ja eri sukupolvien haasteet ja
vavuudet

● Erilaisuudesta vahvuudeksi ihmissuhteissa

● Epävarmuuden ja riskien sieto, kriisitilanteet

Maatalousyrittäjän tärkeät juridiset sopimukset

Ilkka Ryyänen, asianajaja

● Avo- ja avioliiton erot, avioehto, ositus

● Hallinta- ja omistusoikeustestamentit,
muut testamentit

● Edunvalvontavaltuutus

● Muut maatalan sopimukset

Järjestäjänä MTK-Satakunta/

Varavoimaa Farmarille muutoksiin



Ota rohkeasti yhteyttä
Aina on toivoa ja vaihtoehtoja



Riitta Seppälä
hankepäällikkö
gsm 044 9726195
riitta.seppala@mtk.fi



Virve Hindström
hankeasiantuntija
gsm 050 309 0991
virve.hindstrom@mtk.fi



Antero Kaappa
hankeasiantuntija
gsm 0500 809 317
antero.kaappa@gmail.com



Satakunta MTK
Varavoimaa Farmarille
muutoksiin



maaseuturahasto

www.mtk.fi/varavoimaaafarmarille
facebook.com/varavoimaaafarmarille