



Valtakunnallinen vertaistukiryhmä YKSIN- JA PIENYRITTÄJILLE

Maanantaisin 9.9.–14.10. klo 9.30–11

Puhutaan,
se helpottaa.

KOKOONTUMINEN
ETÄYHTEYKSIN

MAKSUTON

Kenelle?

Yksin- ja pienyrittäjille, jotka kokevat tarvitsevansa tukea jaksamiseensa. Ryhmään mahtuu 10 henkilöä.

Milloin?

Maanantaisin 9.9.–14.10.2024, klo 9.30–11.00.
Yhteensä 6 kokoontumista.

Miten?

Kokoontumiset toteutetaan videokeskusteluina etäyhteyksin. Ryhmä on valtakunnallinen eikä edellytä minkään järjestön jäsenyyttä.

Ohjaajat

MIELI Suomen Mielenterveys ry
Hannele Lehtonen, p. 040 354 8040
Kirsi Nurminen, p. 040 482 1534

www.mieli.fi

Mitä?

Sisältö tarkennetaan osallistujien toiveiden perusteella. Teemoja voivat olla mm.

- Yrittäjäidentiteetti
- Stressin käsittely ja uupumus
- Yrittäjän taloushuolet
- Yrittäjän perhe ja parisuhde
- Työn ja vapaa-ajan yhteensovittaminen
- Avun ja tuen mahdollisuudet
- Rohkeus hakea apua
- Muut mieltä kuormittavat asiat

HAE MUKAAN!

<https://link.webropol-surveys.com/S/02E300CB BBBB AFD1A>

Hakijat haastatellaan ryhmän toiminnan edistämiseksi.