



BLI BRA TILLSAMMANS

Erfarenhetsträffar





Vi ordnar träffar för att diskutera och byta erfarenheter om det hållbara livet för företagare inom lantbruks- och trädgårdsnäringsen. Temat är hälsa, arbetsmiljö och säkerhet för bättre mående, lönsamhet och livskvalitet. Erfa-träffarna genomförs i hela landet av utbildade handledare.

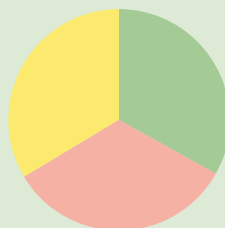
Vad är en Erfa-träff?

En omgång består av tre träffar à ca 2,5 timmar inklusive fika. Träffarna kombinerar erfarenhetsutbyte med praktiska verktyg och nyttig kunskap. Under de första säsongerna är deltagande helt kostnadsfritt (egentligt värde 8 000 kr/person).

På den första träffen diskuteras egen hälsa kopplat till rollen som företagare. Träff två handlar om arbetsmiljö och säkerhet. Den tredje träffen belyser psykisk hälsa.

Efter genomförd omgång finns möjlighet för gruppen att fortsätta ses och utbyta erfarenheter. Dels för att följa upp utvecklingen kring arbetsmiljö och hälsa, dels på träffar där gruppen själva kan välja ämnen att lyfta.

→ Läs mer och gör en intresseanmälan till kommande erfa-träffar via QR-koden!



INNEHÅLL

Del 1

Lyft din hälsa

Del 2

Arbetsmiljö och säkerhet

Del 3

Psykisk hälsa – hantera stress och oro



Röster från tidigare deltagare om vad som uppskattades mest:

**”DELA
ERFARENHETER
I EN TRYGG
GEMENSKAP DÄR
MAN INTE ÄR
ENSAM”**

**”FÅ
KONKRETA
VERKTYG, NYA
PERSPEKTIV OCH
MOTIVATION TILL
FÖRÄNDRING”**

**”VÅGA
PRATA ÖPPET
OM PSYKISK
OHÄLSA OCH
ANDRA SVÅRA
FRÅGOR”**

**”HÅLLAS
SAMMAN AV
ENGAGERADE
LEDARE OCH
GENOMTÄNKT
UPPLÄGG”**

**”MÖTA
KOLLEGOR
SOM FÖRSTÅR
LANTBRUKETS
VILLKOR, I
SMÅ TRYGGA
GRUPPER”**

**”FÅ
REFLEKTERA
ÖVER SIN EGEN
SITUATION
OCH FÅ NYA
INSIKTER”**

**”HA
ÖPPNA
DIALOGER
OCH SAMTAL
DÄR ALLA FÅR
KOMMA TILL
TALS”**

**99%
ÄR NÖJDA!**



→ lantlyftet.se