



Hej,
jag är **Susann Rabb** från LPA:s projekt
Ta hand om bonden och jag hjälper dig
vidare i frågor som gäller att orka i arbe-
tet och utmanande livssituationer.

Du når mig på

050 331 9056 eller med e-post
susann.rabb@mela.fi Jag är här för
att stöda dig, i små och i stora frågor.

Tveka inte att kontakta mig!

Mitt arbetsområde är alla
svenskspråkiga regioner i hela landet.
I Österbotten och på Åland betjänar
jag både på finska och på svenska.

**Alla samtal
och möten är
konfidentiella och
avgiftsfria!**



Jag stöder dig när du oroar dig för belastningen i vardagen. Du kanske funderar över

- hur du ska orka
- mänskliga relationer
- utmaningar i anknytning till lantbruksföretagandet
- ändringar
- arbetsförmågan (sjukledigheter, rehabiliteringsbehov).

Det räcker med att du är villig att tala om det som oroar dig. Du är ditt företags viktigaste resurs, så det är viktigt att du sköter om dig själv. Begär hjälp i ett tidigt skede.

Vi kommer överens om ett möte där vi tillsammans funderar och kartlägger olika lösningsalternativ. Ofta får du en klarare bild av situationen redan med hjälp av våra samtal. Vid behov kan jag också hänvisa dig till andra yrkeskunniga för stöd.

För stöd för att du ska orka i arbetet och för att underlätta den psykiska belastningen kan du via mig också ansöka om en köptjänstförbindelse värd 500 euro till exempel för arbetshanledning eller terapi. Betalningsförbindelsen är personlig.

Hjälpen är
nära!

Läs mer:
lpa.fi/projektet

