



Oli mukava vaihtaa näkökulmia ja voimaannuttavaa pohtia ja myös jakaa omia haasteita ja työpajojen aikana syntyneitä oivalluksia ja oppeja ratkaisumalleista. Oma yrittäjäkuva selkeni. Sain vertaistuen lisäksi myös oivia työkaluja mm. ajankäytön hallintaan ja omien rajojen määrittämiseen.

– Saija Juulia Aarnio, DigiJuulia

**Yksinyrittäjä** – varmista oma jaksamisesi, jotta yrityksesi voi kasvaa ja kehittyä!

## YRITYKSEN KEHITTÄMISEN VERSTAS LAPPILAISILLE YKSINYRITTÄJILLE

- Tarjoamme **vertaistukea** ja **oivalluksia** yksinyrittäjän arkeen:
- **Maksuttomat** 2 x 2 tunnin työpajat pienryhmässä (max. 5 henkilöä)
- Luottamuksellisessa pienryhmässä jaetaan kokemuksia ja löydetään yhdessä **käytännönläheisiä** yksinyrittäjän arjessa **toimivia ratkaisuja**
- Sisältö **räätälöidään** toiveiden mukaan esimerkiksi seuraavista aihealueista:
  - Yrittäjän oman fyysisen ja henkisen hyvinvoinnin varmistaminen
  - Yrittäjän voimavarat
  - Ajankäytön hallinta ja oman työn organisointi
  - Työn ja vapaa-ajan tasapaino
  - Stressinhallinta ja palautumisen keinot
  - Yrittäjän rooli ja osaamisen kehittäminen
  - Itsetuntemus ja itsensä johtaminen
  - Muutostaidot
  - Vuorovaikutus, palautteenanto, työyhteisö- ja esimiestaidot
- Verstaiden välillä käsitellyt asioita testataan **käytännössä** omassa arjessa.
- **Ilmoittaudu mukaan**/tiedustelut: Heini Salmu, Valmennuskumppani Oy, heini.salmu@valmennuskumppani.fi, puh. 040 515 8156



VALMENNUSKUMPPANI



YRITYKSET  
KEHITTÄMISPOLULLE



Elinkeino-, liikenne- ja  
ympäristökeskus

Vipuvoimaa  
EU:lta  
2014–2020



Euroopan unioni  
Euroopan sosiaalirahasto

Työelämän laatuun panostaminen on yrityksesi tärkein investointi – kehittäminen kantaa kasvuun