

## Saamelaisporonhoitajien hyvinvointipäivä

### Elinvoimainen poro jaksaa, jaksatko sinä?

keskiviikkona 29.4.2015 alkaen klo 9.30

Inarissa, Saamelaisalueen koulutuskeskuksen Lassinkodassa

### Ohjelma

klo 9.00 Tulokahvit

klo 9.30 Johdatus päivän teemaan.  
*Ristenrauna Magga ja Janne Näkkäläjärvi*

klo 10.00 Emme me alistu  
Lyhyt filmi ”Sámiboja”. Filmin esille nostamat kysymykset.

- *Saaran* taukojumppa

klo 12.00 Ruokailu tauko

klo 12.45 Ajatuksia hyvinvoinnin perusteista.  
Mitä tehdä että voi hyvin? *Psykologi Pirkko Lahti*

klo 13.45 Kahvitauko

klo 14.00 Me vaikutamme  
Konkreettiset ideat ”pöytään” *Pirkko Lahti ja Ristenrauna Magga*

n. klo 15.00 Päivän päätös *Saara Ketola ja Janne Näkkäläjärvi*

Hyvää kotimatkaa!

