



Pienyrittäjien hyvinvointiin panostetaan Saarijärven-Viitasaaren seudulla

Pienyrittäjällä on monia asioita vastuullaan ja yksi niistä tärkeimmistä, oma hyvinvointi, jää usein muiden kiireellisten asioiden varjoon. Antoisan työn ja oman itsensä toteuttamisen vastapainona päivät saattavat venyä ja arki kuluttaa. Yrittäjän hartioilla painavat milloin keskeneräiset työt, talouden taantuma tai asiakkaiden murheet. On tavallista, että kiireen keskellä omaan hyvinvointiin panostaminen jää väliin tai tuntuu jopa turhanpäiväiseltä hapatukselta.

Saarijärven-Viitasaaren seutukunnalla alkanut HYVY-hanke tuo oman panoksensa alueen yksin- ja mikroyrittäjien hyvinvoinnin edistämiseen. "Haluamme herätellä yrittäjiä pohtimaan ja edistämään omaa hyvinvointiaan. Tarjoamme yrittäjille hyvinvointiasiantuntijoiden avulla konkreettisia työkaluja ja ryhmäkohtaisia ja jopa yksilöllisiä räätälöityjä valmennuspaketteja", projektipäällikkönä aloittanut Elina Mäkinen kertoo.

Ensimmäiseksi HYVY järjestää jokaisella paikkakunnalla hyvinvointistartit, joissa virkistävän huikopalan lomassa käännetään ajatukset hyvinvointimoodiin. Tilaisuuksissa kuullaan hyvinvointiin oleellisesti liittyviä ajankohtaisia puheenvuoroja sekä paikallisten yrittäjien kuulumisia ja ennen kaikkea toiveita tuleville toimenpiteille.

Yrittäjän oma hyvinvointi on tutkitustikin elinehto menestyvälle yritykselle. Kun yrittäjä voi hyvin ja on virkeä, ajatus kulkee ja tahtotila tehdä ja toimia on oikealla taajuudella. Ilman tätä taajuutta on vaikea tehdä suunnitelmia ja luoda tavoitteita. Ja ilman selkeitä tavoitteita, on vaikea luotsata yritystä taloudellisesti kannattavaan suuntaan.

Viitasaaren Konttorikone Oy:tä yli 38 vuotta pyörittänyt Ilpo Puranen tietää, millainen vaikutus stressillä ja jatkuvalla paineella on hektisen liiketoiminnan harjoittamiseen. Välillä vauhti kasvoi sen verran hurjaksi, että väsyminen ja stressi veivät yönöt pitkäksi aikaa.

"Varsinkin pienyrittäjä joutuu puntaroimaan ja ratkomaan asioita todella yksin", Ilpo Puranen toteaa. Nyt starttaava HYVY on Purasen mielestä erittäin hyödyllinen ja aina ajankohtainen ja johon jokaisen yrittäjän kannattaisi ehdottomasti osallistua. Hän on itse luvannut tulla kertomaan muun muassa siitä, millä keinoilla hän sai aikanaan taltutettua melko vakavaksi edenneen stressin.

HYVY:n projektipäällikkönä aloittanut Elina Mäkinen on yrittäjäperheessä kasvanut ja itsekin yrittäjä. Hän tietää omasta kokemuksesta mitä tarkoittaa, kun yrityksen pyörittäminen jättää paitsioon omasta hyvinvoinnista huolehtimisen ja kuinka ennen pitkää voivat huonosti sekä yritys että yrittäjä. Mäkinen on viime vuosien aikana toiminut yrittämisen ohella kehittämishankkeissa, viimeisimmäksi Pihtiputaan Mummon managerina. HYVY:ssä työskentelee projektipäällikön lisäksi Wituksen viestintä- ja projektikoordinaattori Kirsti Kaakkurivaara.

Kaksivuotisen hankkeen rahoituksen on myöntänyt Keski-Suomen ELY-keskus Euroopan sosiaalirahastosta. Hallinnoijana toimii Kehittämisyhtiö Witas Oy ja toimenpiteet toteutetaan tiiviissä yhteistyössä seutukunnan kehittämissyhtiöiden ja muiden toimijoiden kanssa. HYVY toimii Kannonkosken, Karstulan, Kinnulan, Kivijärven, Kyyjärven, Pihtiputaan, Saarijärven ja Viitasaaren alueella.