



**PPSHP** POHJOIS-POHJANMAAN  
SAIRAANHOITOPIIRI

**Pohjois-Pohjanmaan  
hyvinvointialue**



MAA- JA  
KOTITALOUSNAISET



Elinkeino-, liikenne- ja  
ympäristökeskus

Vipuvoimaa  
EU:lta  
2014-2020



## Ravitsemusterveyden edistämisen seminaari

16.11.22 klo 9.30 - 15.30

OYS, luentosali 12

Seminaarin järjestävät Pohjois-Pohjanmaan ravitsemusterveyden koordinaatioryhmä ja Arjen sankarit, miehet kuntoon ja työllistymisen polulle -hanke. Seminaari on maksuton ja se on tarkoitettu kuntien ja kuntayhtymien ateriapalvelujen, kunnan työllisyyspalvelujen sekä sosiaali- terveydenhuollon ammattilaisille ja kaikille asiasta kiinnostuneille.

Tervetuloa runsaslukuisesti paikan päälle, mutta myös etäyhteydellä voi osallistua.

Ilmoittautua voi jo heti, mutta viimeistään 9.11.22 mennessä oheisesta linkistä:

<https://link.webpolsurveys.com/S/3D33B1ADE122AE11>

### Ohjelma

9.30-10.00 Kahvi ja ilmoittautuminen  
10.00-10.15 Avaus, Päivi Hirso, ylilääkäri, aluevaltuutettu, PPSHP

### RAVITSEMUSTERVEYS puheenjohtaja Leea Järvi

10.15-10.45 Ravitsemusterveyden edistämisen palvelupolut ja ravitsemusohjauksen yhdyspinnat, pääsihteeri Arja Lyytikäinen, Valtion ravitsemusneuvottelukunta

10.45-11.15 Ravitsemusterveyden edistäminen työikäisillä, Johanna Puttonen, projektikoordinaattori, Elämänlaatua ruoasta -hanke

11.15-11.45 Ruokahävikin vähentämisen ja ravitsemussuositusten mukaisen syömisen ilmasto- ja ympäristövaikutukset, Merja Saarinen, erikoistutkija, Luonnonvarakeskus

11.45-12.15 Prikka kiertoon -työllisyyden, osallisuuden ja kiertotalouden kehittämishanke Katja McQueen-Winberg, projektipäällikkö, Prikka kiertoon -hanke

12.15-13.00 Lounas (omakustanteinen)



Pohjois-Pohjanmaan  
ravitsemusterveyden  
verkosto

**PPSHP** POHJOIS-POHJANMAAN  
SAIRAANHOITOPIIRI

**Pohjois-Pohjanmaan  
hyvinvointialue**



**Arjen  
sankarit** Miehet kuntoon ja  
työllistymisen polulle



MAA- JA  
KOTITALOUSNAISET



Agria Oulu



**muutos**  
NYT...TAVOITTEENA TERVEYTTÄ



Elinkeino-, liikenne- ja  
ympäristökeskus

Vipuvoimaa  
**EU:lta**  
2014-2020



European unioni  
Euroopan sosiaalirahasto

## ARJEN SANKARIT

**puheenjohtaja** Sirpa Hyyrönmäki, projektikoordinaattori, Arjen sankarit -hanke

- 13.00-13.20 Arjen sankarit -hankkeen keskeiset tulokset ja järjestöyhteistyö, projektikoordinaattori Sirpa Hyyrönmäki, PPSHP ja toiminnanjohtaja Heini Iinatti, Oulun Maa- ja kotitalousnaiset
- 13.20-13.40 Hyvinvointia ruoasta -ohjaajan opas ryhmätoiminnan tukena, ruoka-asiantuntija Kaisa Myllykangas ja elintarvikeasiantuntija Essi Keränen, Oulun Maa- ja kotitalousnaiset
- 13.40-14.00 Vertaistervarit-ryhmässä saatu vertaistuki auttoi elintapamuutoksessa projektipäällikkö Anne Savuoja, Psoriasisliitto
- 14.00-14.15 tauko (iltapäiväkahvi)
- 14.15-15.15 Arjen sankarit -toimintaryhmät, esimerkkejä ryhmien toiminnasta eri kunnista (4x15 min)  
Case Vaala, hyvinvointikoordinaattori Jenna Leinonen ja liikunnanohjaaja Emilia Olsbo, Vaala  
Case Pyhäjärvi, lähihoitaja Marita Rytkönen, PPKY Selänne  
Case Raahe, ohjaaja Emmi Tokola, Raahen kaupunki  
Case Utajärvi, työllisyyskoordinaattori Janne Vanninen-Vaattovaara, Utajärvi
- 15.15-15.30 Yhteenvedo päivän teemoista, Sirpa Hyyrönmäki, Arjen sankarit -hanke