



## TERVEHET MUKULAT - YHTEISIN TOIMIN

Monialaisessa koulutuksessa tuodaan esiin toimintatapoja lasten ja nuorten terveyden, normaalin painon ja hyvien elämäntapojen edistämiseksi. Tilaisuudessa halutaan koota ammattilaiset, muut toimijat ja luottamushenkilöt yhteen ja vahvistaa hyviä toimintakäytäntöjä lasten ja heidän perheidensä terveyden edistämiseksi.

**Ajankohta:** Keskiviikko 19.1.2011 klo 12.30 - 16.15  
**Paikka:** Kirkonkranni, auditorio,  
Ala-Kuljunkatu 1 A, Seinäjoki



### Kohderyhmä

Lasten ja nuorten parissa työskentelevät ammattilaiset (terveydenhuolto, päivähoido, koulut ja oppilaitokset, sosiaalitoimi, liikuntatoimi, nuoriso- ja vapaa-aikatoimi, kunnallinen ruokapalvelu), kuntapäätäjät, vanhempainyhdistykset, aamu- ja iltapäiväkerhojen ohjaajat, liikunta- ja harrasteseurojen sekä yhdistysten edustajat, muut asiasta kiinnostuneet.

### Tilaisuuden järjestäjä

Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiiri, Terveiden edistämisen toimintayksikkö, [www.terveydentahden.fi](http://www.terveydentahden.fi)

- 12.30 -13.15 **Lasten painopulmat - terveysongelmat ja vaikuttamisen haasteet**  
Lastentautien erikoislääkäri, lasten endokrinologi Anne-Maarit Suomi /  
Lastentautien erikoislääkäri Tarja Laamanen, Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiiri
- 13.15 -13.35 **Lasten ja nuorten kokemuksia liikkumisesta ja omasta kehostaan**  
Lasten fysioterapeutti Teija Flinkkilä, Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiiri
- 13.35 -13.50 **Mistä on kyse painonhallinnassa? Esimerkkejä ja keinoja arkitilanteisiin ja sopivan painon löytämiseen.**  
Ravitsemusasiiantuntija Hilpi Linjama, Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiiri
- 13.50 -14.00 **Liikkeelle turvallisesti**  
Aluekoordinaattori Miia Hietaniemi, Ehkäise tapaturmat -hanke 2009 - 2015
- 14.00 - 14.20 **Kahvitauko**
- 14.20 - 14.35 **Päivähoidon keinoja lasten terveiden tottumusten juurruttamiseen**  
Aluejohtaja Eija Ikola, Lintuviidan päiväkot, Seinäjoki
- 14.35 - 14.50 **Hyviä ruoka- ja liikuntatottumuksia edistämässä - alakoulun kokemuksia**  
Rehtori Pasi Kivisaari, Toukolanpuiston koulu, Seinäjoki
- 14.50 -15.10 **Like to move - lasten painonhallintaprojekti**  
LIKE-hankepäällikkö Niina Helminen, Seinäjoen Seudun Urheilijat
- 15.10 - 15.25 **Neuvokas perhe - kokemuksia elämäntapaohjauksesta äitiysneuvolassa**  
Terveystenhoitaja Hilikka Luomaranta, Seinäjoki
- 15.25 - 15.40 **Lasten painopolut ja ylipainon tilastointi**  
Lapuan terveyskeskus
- 15.40 -16.00 **Lasten ja nuorten terveyden edistäminen Seinäjoella - strategiasta käytäntöön**  
Terveiden edistämisen johtaja Oili Ylihärsilä, Seinäjoen kaupunki
- 16.00 -16.15 **Päivän yhteenveto ja tilaisuuden päätös**