

# Akut täyteen - Yhteistyössä hyvä arki ja mielekäs elämä

Webinaari 22.9.21 klo 12.00-16.00

---



Sari Kivimäki



Arja Lyytikäinen



Kristo Salminen



Piritta Seppälä

Tervetuloa *Yhteistyössä hyvä arki ja mielekäs elämä* -verkostotapahtumaan, joka kokoaa yhteen hyvinvoinnista ja terveyden edistämisestä kiinnostuneet tahot Pohjois-Pohjanmaalla! Tällä kertaa tapahtuman teemana on *Akut täyteen* - luvassa on ajankohtaista tietoa, työkaluja ja innostusta hyvän arjen ja mielekkään elämän rakentamiseen.

Webinaari toteutetaan etäyhteydellä (Teams) ja se on maksuton. Tilaisuus on tarkoitettu erityisesti hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen parissa sekä yhdistyksissä tai yhdistysten kanssa toimiville henkilöille, mutta mukaan ovat tervetulleita kaikki näistä asioista kiinnostuneet. Webinaarin järjestävät yhteistyössä Pohjois-Pohjanmaan sairaanhoitopiiri, Arjen Sankarit -hanke, Pohjois-Pohjanmaan Liikunta ja Urheilu ry ja sen Yhdistyksistä hyvinvointia -hanke sekä Pohjois-Pohjanmaan Ravitsemusterveyden verkosto.

Ilmoittaudu mukaan webinaariin **21.9.2021 klo 12.00 mennessä** osoitteessa **[popli.fi/akut-tayteen](https://popli.fi/akut-tayteen)**. Ilmoittautuneille lähetetämme linkin ilmoittautumisajan päätyttyä.

## Ohjelma

**12.00** Avaus

**12.10** Liikuntaneuvonnan ja elintapaohjauksen itsearviointityökalu arvioinnin ja kehittämisen tueksi, Sari Kivimäki, kehittämispäällikkö, Liikkuva aikuinen -ohjelma

**12.45** Asukkaiden ravitsemusterveyden edistäminen – toiminnan arvioinnin ja seurannan työkaluja ja hyviä käytäntöjä, Arja Lyytikäinen, pääsihteeri, Valtion ravitsemusneuvottelukunta

**13.15** Tauko

**13.30** Maakunnan omat onnistumiset:

- Oulaisten elintapaohjauksen yhteiskehittäminen – palvelutarjotin, Jyri Hämäläinen/Oulainen
- Arjen sankarit: Hyvinvointia ruoasta ryhmä Raahessa, Emmi Tokola ja Katja Koivumaa/Raahe
- Yhdistyksistä hyvinvointia -hankkeen onnistumisia, Mikko Männistö ja Heidi Similä/PoPLi

**14.15** Miten jaksaa töissä ja etenkin vapaa-ajalla, Kristo Salminen, Liikkuva asiamies, Liikkuva aikuinen -ohjelma

**15.15** Onnistu ja innosta – kunnan ja kolmannen sektorin viestintäyhteistyö, Piritta Seppälä, Viestintä-Piritta

**15.55** Päätössanat

***Tervetuloa mukaan!***



Elinkeino-, liikenne- ja ympäristökeskus



maaseuturahasto



Vipuvoimaa  
EU:lta  
2014–2020



Euroopan unioni  
Euroopan sosiaalirahasto

PPSHP  
POHJOIS-POHJANMAAN  
SAIRAANHOITOPIIRI

**LIIKKUVA  
AIKUINEN**



MAA- JA  
KOTITALOUSNAISET



Miehet kuntoon ja työllistymisen polulle