

# Päijät-Hämeen ravitsemuspäivä

## Hyvinvointia kestäväällä ravitsemuksella

Ajankohta: Torstai 17.11.2022 klo 8.30-15.30

Paikka: Fellmannia, Kirkkokatu 27, Lahti (auditorio ja luokkahuoneet)

Ravitsemuspäivä on tarkoitettu Päijät-Hämeen kunta-, sote- ja järjestötoimijoille, kuten äitiys- ja lastenneuvolan, koulu- ja opiskelijaterveydenhuollon, varhaiskasvatuksen, perusopetuksen, ruokapalveluiden, järjestöjen ja kolmannen sektorin esimiehille ja työntekijöille. Myös alueen päättäjät ovat tervetulleita päivään. Tilaisuus on osallistujille maksuton, ja se toteutetaan vain lähitoteutuksena.

Päivän tavoitteena on lisätä osallistujien ymmärrystä kestävydestä laajana käsitteenä taloudellisen, sosiaalisen ja ekologisen kestävyden ulottuvuuksien kautta. Tavoitteena on avata osallistujille kestävä ravitsemuksen edistämisen ja terveyden välisiä synergioita, ja tarjota monipuolista tietoa ja käytännönläheisiä vinkkejä eri toimintaympäristöihin. Tavoitteena on myös, että osallistujat pääsevät jakamaan kokemuksiaan toistensa kanssa. Lounastauolla on mahdollisuus tutustua kestävä ravitsemuksen työkaluihin aulatilalla näyttelyssä.

Ilmoittaudu 10.11.2022 mennessä Päijät-Soten koulutuskalenterissa osoitteessa <https://paijat-sote.fi/ammattilaisille/koulutus/>. Yhtymän työntekijät ilmoittautuvat Intran koulutuskalenterin kautta.

Ohjelma:

8.30-9.00	<b>Aamukahvit</b>
9.00-9.05	<b>Tervetuloa ravitsemuspäivään</b> , Anna Päätalo, terveyden edistämisen ravitsemusterapeutti, Päijät-Sote
9.05-9.30	<b>Kestävyys meillä ja maailmalla</b> , Sirpa Sarlio, neuvotteleva virkamies, STM
9.30-10.00	<b>Sillan rakentaminen terveyden ja ympäristön välille</b> , Hanna Haveri, Planetary Health -lääkäri, Päijät-Sote
10.00-10.30	<b>Kohti planetaarista ruokavaliota</b> , Mikaela Grotenfelt-Enegren, Lääkärin sosiaalinen vastuu ry
10.30-10.40	<b>Jaloittelutauko ja hedelmiä</b>
10.40-11.05	<b>Perheiden tukeminen ympäristöä ja terveyttä edistävissä ruokavalinnoissa</b> , Niina Olenius, terveydenhoitaja, Päijät-Sote
11.05-11.30	<b>Katse työikäisiin: Kohti kokonaisvaltaisempaa ravitsemusterveyttä</b> , Raisa Valve, johtava ravitsemusterapeutti ja Johanna Puttonen, projektityöntekijä, Elämänlaatua ruuasta -hanke, Päijät-Sote
11.30-12.30	<b>Lounas</b> (omakustanteinen) ja näyttelyyn tutustuminen
12.30-13.00	<b>Kestävä ruokajärjestelmä ja vastuullisuus julkisissa ruokahankinnoissa</b> , Auli Väänänen, erityisasiantuntija, MMM
13.00-13.30	<b>Hyvä, paha kasvisruoka – ympäristökasvatusta ja ruokatekoja</b> , Minna Pettinen, tukipalvelupäällikkö, Asikkala
13.30-14.00	<b>Kestävien ruokavalintojen tukeminen ruokakasvatuksen keinoin päiväkodissa ja koulussa</b> , Satu Kinnunen/Henna Vepsäläinen, Ruoka-askel -hanke ja Saila Paavola, ruokakasvatuksen asiantuntija, Ruokakasvatusyhdistys Ruukku ry
14.00-15.00	<b>Galleriakävely: Kokemuksia omista toimintaympäristöistä</b>
15.00-15.20	<b>Kokemusten yhteinen jakaminen</b>
15.20-15.30	<b>Palaute päivästä ja päivän päätös</b>