

Jäsenenä
saat 27 eurolla
rahanarvoisia
etuja.

ALLERGIA
IHO
ASTMA
Parempaan elämään läsnä puolesta.

Oletko sinäkin yksi meistä?

Tule osaksi yhteisöä,
joka ymmärtää sinua:
allergia.fi/liity



Liity jäseneksi Allergia, Iho & Astma -päivänä!
Saat liiton pisteeltä heti mukaasi tuotekassin, ja
osallistut laadukkaiden Joutsen-tyynyjen arvontaan.



ALLERGIA IHO & ASTMA

- päivä, Tampere-talo 15.11.2024

Tampere-talo
pe 15.11.
klo 14–19

Tutustu
ohjelmaan!
Vapaa pääsy

Allergia, Iho & Astma -päivässä mukana:



abbvie



CUTRIN
NORDIC EXPRESSIONS



 [ALLERGIA.FI/AIAPAIVA](https://allergia.fi/aiapaiva)

ALLERGIA, IHO & ASTMA -LAVA

- 14.00–14.35 **Sosiaaliturva tukena, kun sairaus kuormittaa**, erityisasiantuntija
Risto Heikkinen, Allergia-, iho- ja astmaliitto
- 14.45–14.55 Vuoden Allergiatunnustuksen julkistus
- 15.00–15.35 **Lääkärin vinkit elämään lasten ruoka-allergioiden kanssa**,
lastenallergologian erikoislääkäri Susanna Salmivesi
- 15.45–15.55 **Tietoisku: Jokainen voi olla hengenpelastaja: adrenaliini-injektiorin käyttö**, asiantuntija
Katariina Ijäs, Allergia-, iho- ja astmaliitto
- 16.00–16.35 **Lääkäriluento: Astma parempaan hallintaan omahoidolla**, keuhkosairauksien erikoislääkäri
Heidi Rantala
- 16.45–16.55 **Tietoisku: Lisää vaihtoehtoja vastuulliseen puhtauteen**, Kimmo Lahti, TECcare-tuotteet
- 17.00–17.15 **Tietoa ja tukea arkeen allergian, astman ja ihosairauksien kanssa**,
Anu Sauliala, Allergia-, iho- ja astmaliitto
- 17.20–17.55 **Lääkäriluento: Atooppinen ihottuma lääkärin silmin**, ihotautien ja allergologian erikoislääkäri
Laura Korhonen
- 18.05–18.20 **Kokemuksia atooppisen ihottuman kanssa elämisestä**, sosiaalisen median vaikuttaja, kirjailija
Maria Kangaskortet



Risto Heikkinen



Susanna Salmivesi



Heidi Rantala



Kimmo Lahti



Laura Korhonen



Maria Kangaskortet

Tapatumassa tarjolla myös:

Allergia-, iho- ja astmaneuvoontaa • Tietoa yhdistys- ja vertaistoiminnasta • Ihorauha-valokuvanäyttely • Liikuntavinkkejä ja astmaatikon hengitysharjoituksia • Apua ruoka-allergian kanssa elämiseen • Tarkistuta lääkkeenottotekniikkasi • Opi astman omahoidosta • Vinkkejä herkälle iholle sopivien kosmetiikkatuotteiden valintaan • Tietoa luontokosketuksen merkityksestä ihmisen hyvinvoinnille • Tuotenäytteitä • Puuhapiste lapsille • Askartele oma pääskynen!

TIETOISKULAVA

- 14.00 **Hyödynnä liiton tuki allergisille, astmaatikoille ja ihosairaille!** Mia Teerikangas, Allergia-, iho- ja astmaliitto
- 14.10 **Astmalapsen liikuntatuokio**, fysioterapeutti,
Markus Kuusela, Allergia-, iho- ja astmaliitto
- 14.30 **Keliakia voi oireilla myös iholla**, sosiaaliturvan ja terveydenhuollon asiantuntija
Minna Halve Keliakialiitto
- 14.50 **Lisää luontokosketusta arkeen**,
Tiina Vitikainen, Luontoterveyden osaamiskeskus
- 15.10 **Kuinka löytää sopivat tuotteet kosmetiikka-allergiselle**, iho- ja kosmetiikka-asiantuntija
Merike Laine, Helsingin Allergia- ja Astmayhdistys
- 15.30 **Onko astmalääkkeen ottotekniikalla väliä? Vain oikein otettu lääke auttaa**, Salla-Maaret Keijälä,
Sanna Lankinen, Astman omahoidon ABC-hanke, Filha
- 15.50 **Helpotusta ruoka-allergisen arkeen**, kehittämispäällikkö,
Jonna Nurminen, Erimenu
- 16.10 **Toivietietoisku: Onko ihonhoito pelkkää rasvausta – mitä muuta voin tehdä ihoni hyväksi?**
Katariina Ijäs, Allergia-, iho- ja astmaliitto
- 16.30 **Tule mukaan kurseille!** Julia Haapa,
kurssiasiantuntija, Allergia-, iho- ja astmaliitto
- 16.50 **Astmaatikon hengitysharjoituksia**,
Markus Kuusela, Allergia-, iho- ja astmaliitto
- 17.10 **Luontokosketuksen hyödyt allergiselle, astmaatikolle ja ihosairaalle**,
Juha Jantunen, Luontoterveyden osaamiskeskus
- 17.30 **Niksejä ruoka-allergisen keittiöön**, ruoka-allergianeuvoja
Ilona Mähönen, Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistys
- 17.50 **Hyvän mielen liikuntahetki**,
Mari Honkala, Allergia-, iho- ja astmaliitto
- 18.10–18.30 **Asiakkaan ja potilaan oikeudet ja muutoksenhaku**,
erityisasiantuntija Risto Heikkinen, Allergia-, iho- ja astmaliitto



Mia Teerikangas



Minna Halve



Merike Laine



Sanna Lankinen



Salla-Maaret Keijälä



Katariina Ijäs



Markus Kuusela



Juha Jantunen



Ilona Mähönen