



Ravitsemusfoorumi

Ke 6.9.2017 Helsingissä



Hinta

Hinta: 110 €, sisältää aamu- ja iltapäiväkahvin sekä luentomateriaalin.
Kysy ryhmälennuksia

Paikka

Paikka: Opetushallitus
Hakaniemenranta 6, Helsinki

Ilmoittautuminen

Ilmoittautumiset: www.gery.fi
Ravitsemusfoorumi

Liity mukaan

Yhdistyksen tarkoituksena on edistää ikääntyneiden terveyttä, toimintakykyä ja sosiaalista hyvinvointia monialaisesti ravitsemuksen, liikunnan ja ryhmätöinnin avulla sekä edistää moniammatillista yhteistyötä ikääntyneiden ravitsemukseen liittyvissä asioissa.

Liity jäseneksi: www.gery.fi

OHJELMA

Aamupäivän teema: Uusinta tietoa ikääntymisestä ja ravinnosta

9.00 Ilmoittautuminen ja aamukahvi

9.30 – 10.15 Millaista ruokaa ikäihmiset syövät, kun aistien toiminta muuttuu: ruoan rakenne ja rikastaminen

Raija-Liisa Heiniö, Teknologian tutkimuskeskus VTT Oy

10.15 – 11.00 Kaunis kattaus ja hyvä seura – ruokailusta hyvää mieltä ja riittävästi ravintoaineita ikääntyneelle

Merja Suominen, ETT, dosentti, Gery ry

11.00 - 11.45 Muutos lautasella – digisovelluksesta hyvinvointia

Heli Salmenius-Suominen, ravitsemussuunnittelija, Gery ry

Lounastauko

Iltapäivän teema: Käytäntöä ja hyviä kokemuksia

12.45 – 13.30 Voima- ja tasapainoharjoittelu lisäävät ikääntyneiden hyvinvointia

Tarja Kindstedt, palvelupäällikkö, muistisairauksiin erikoistunut fysioterapeutti, Suomen Fysiogeriatría Oy

Kahvitauko

13.50 – 14.30 Valmisruoat arkea helpottamassa

Kirsi Männistö, laillistettu ravitsemusterapeutti (TtM), Barošana

14.30 – 15.00 Ravitsemushoidon käytäntöjä kehittämässä: yhteistyöllä ja kokeillen

Eeva Nykänen, ravitsemussuunnittelija, Keski-Suomen sairaanhoitopiiri

15.00 – 15.30 Ravitsemuksen haasteet kotihoidossa - vinkkejä onnistumisiin

Sari Roos, yrittäjä, Palvelus Roos

15.30 Päivän päätös ja yhteenveto