

# Gery



## RAVITSEMUSFOORUMI

To 15.9.2022 virtuaalisena

### OHJELMA

**9.00 Tervetuloa Ravitsemusfoorumiin**  
toiminnanjohtaja Merja Suominen, Gery ry

**9.10 Vitamiinit, hivenaineet ja ravintolisät**  
Reijo Laatikainen, laillistettu ravitsemusterapeutti, FT

**10.10 Luotettava ravitsemustieto ja sen tunnistaminen**  
Henna Vepsäläinen, dosentti, Helsingin yliopisto ja Essi Skaffari, väitöskirjatutkija, Helsingin yliopisto

**11.00 Voimapala-tutkimuksen alustavat tulokset**  
Riikka Niskanen, tutkimuskoordinaattori, Gery ry

### Lounastauko klo 11.30-12.15

**12.15 Ikäihmisten ruokapalvelujen ja ravitsemuksen käytännön toteutuminen tehostetussa palveluasumisessa**  
Sari Väisänen, ravitsemustoimenpäällikkö, Gaius-säätiö sr, Gaius Ravintolat

**13.00 Ravitsemusohjaus ryhmässä ja yksilöohjauksessa - Voimaa ruuasta -hankkeen kokemuksia**  
Merja Suominen, toiminnanjohtaja, Gery ry ja Heli Salmenius-Suominen, ravitsemussuunnittelija, Gery ry

### Kahvitauko 13.45-14.00

**14.00 Ikäihmiset ja laihdutuskulttuuri - miten hoikkuutta ihannoiva kulttuurimme vaikuttaa syömiseen ja kehoitsetuntoon iästä riippumatta?**  
Katri Mikkilä, asiantuntija, Syömishäiriöliitto SYLI ry

**15.00 Ravitsemus ja mielen hyvinvointi iäkkäillä**  
Satu Jyväkorpi, erityisasiantuntija, Ruokavirasto

**15.40 Päivän päätös ja yhteenveto**  
Merja Suominen, Gery ry

### Koulutuspäivä päättyy klo 16

### Hinta

60 €/henkilö, sisältää luentomateriaalin.  
Jäsenhintaa Gery ry:n jäsenille 40 €/henkilö.  
Opiskelija- ja eläkeläishinta 40 €.  
Kysy ryhmälennuksia!

### Paikka

Koulutus järjestetään etäyhteyksien välityksellä. Lähetämme osallistujille henkilökohtaisen osallistumislinkin 13.9 sähköpostitse.

Ravitsemusfoorumi nauhoitetaan ja tallenne on osallistujien nähtävillä viikon ajan.

### Ilmoittautumiset

[www.gery.fi/koulutus/ravitsemusfoorumi](http://www.gery.fi/koulutus/ravitsemusfoorumi)

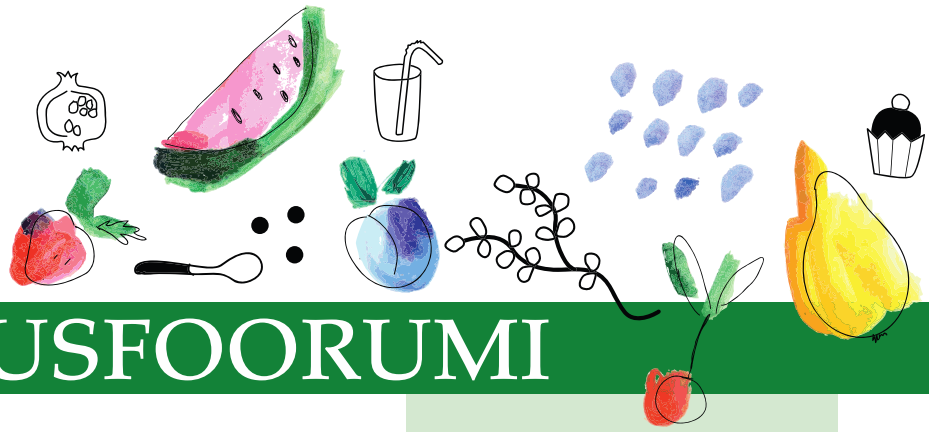
### Liity jäseneksi!

Gery ry:n tarkoituksena on edistää ikääntyneiden terveyttä, toimintakykyä ja sosiaalista hyvinvointia monialaisesti ravitsemuksen, liikunnan ja ryhmätoiminnan avulla sekä edistää moniammatillista yhteistyötä ikääntyneiden ravitsemukseen liittyvissä asioissa.

Liity jäseneksi:  
[www.gery.fi](http://www.gery.fi)



# Gery



## RAVITSEMUSFOORUMI

