



Terveyden edistämisen koulutuspäivä (kohde 6101)

LUONTO JA TERVEYS 9.6.2015 Seurasaari, Helsinki

Kohderyhmänä ovat YTHS:n kaikkien sektorien työntekijät, sekä opiskelijoiden hyvinvointityöhön osallistuvat yliopistojen ja ylioppilaskuntien edustajat sekä muut sidosryhmät.

Koulutuksen tavoitteena on jakaa tietoa luontoympäristön terveyttä edistävästä vaikutuksista ja esitellä toimintatapoja käytännön työhön.

Varustautuminen: Iltapäivän rastit pidetään ulkona, joten varaudu säänmukaisin varustein. Muu ohjelma on sisätiloissa ravintola Seurasaarella.

9.00	Aamukahvi
9.30	Tilaisuuden avaus <i>toimitusjohtaja Katariina Poskiparta, YTHS</i>
9.45	Elinympäristö ja allergiariski <i>professori Tiina Laatikainen, UEF ja THL</i>
10.40	Pyllä ylös -taukojumppa
10.50	Luonnosta henkistä hyvinvointia <i>eko- ja ympäristöpsykologi Kirsi Salonen</i> Jako iltapäiväryhmiin (6 kpl)
11.45	LOUNAS
12.45	ILTAPÄIVÄRASTIT ULKONA á 15min + siirtyminen 5 min. rastiesittelyt alkavat klo: 12.50, 13.10, 13.30, 13.50, 14.10, 14.30 <i>Kukin ryhmä aloittaa eri rastilta.</i> <ol style="list-style-type: none">1. Vuodenaikaliikunta (Jyväskylän hanke-esittely) <i>liikuntapäällikkö Anneli Mörä-Leino, Jyväskylän yliopisto</i>2. Painonhallinta <i>fysioterapeutti Hanna Lehtonen, YTHS</i>3. Uni <i>terveydenhoitaja Ritva-Liisa Hannula, YTHS</i>4. Kahvirasti5. Geokätkö Suomen Latu6. Mielipaikkaharjoitus <i>eko- ja ympäristöpsykologi Kirsi Salonen</i>
14.50	Rastit sulkeutuvat
15.00	Metsän sylissä <i>valokuvataiteilija Sanni Seppo</i>
15.30	Tilaisuus päättyy



Ilmoittautumiset 22.5. mennessä: heidi.lofstrom@yths.fi