



TERVEYDEN EDISTÄMISEN TEEMANA 2019–
2020 RAVITSEMUS

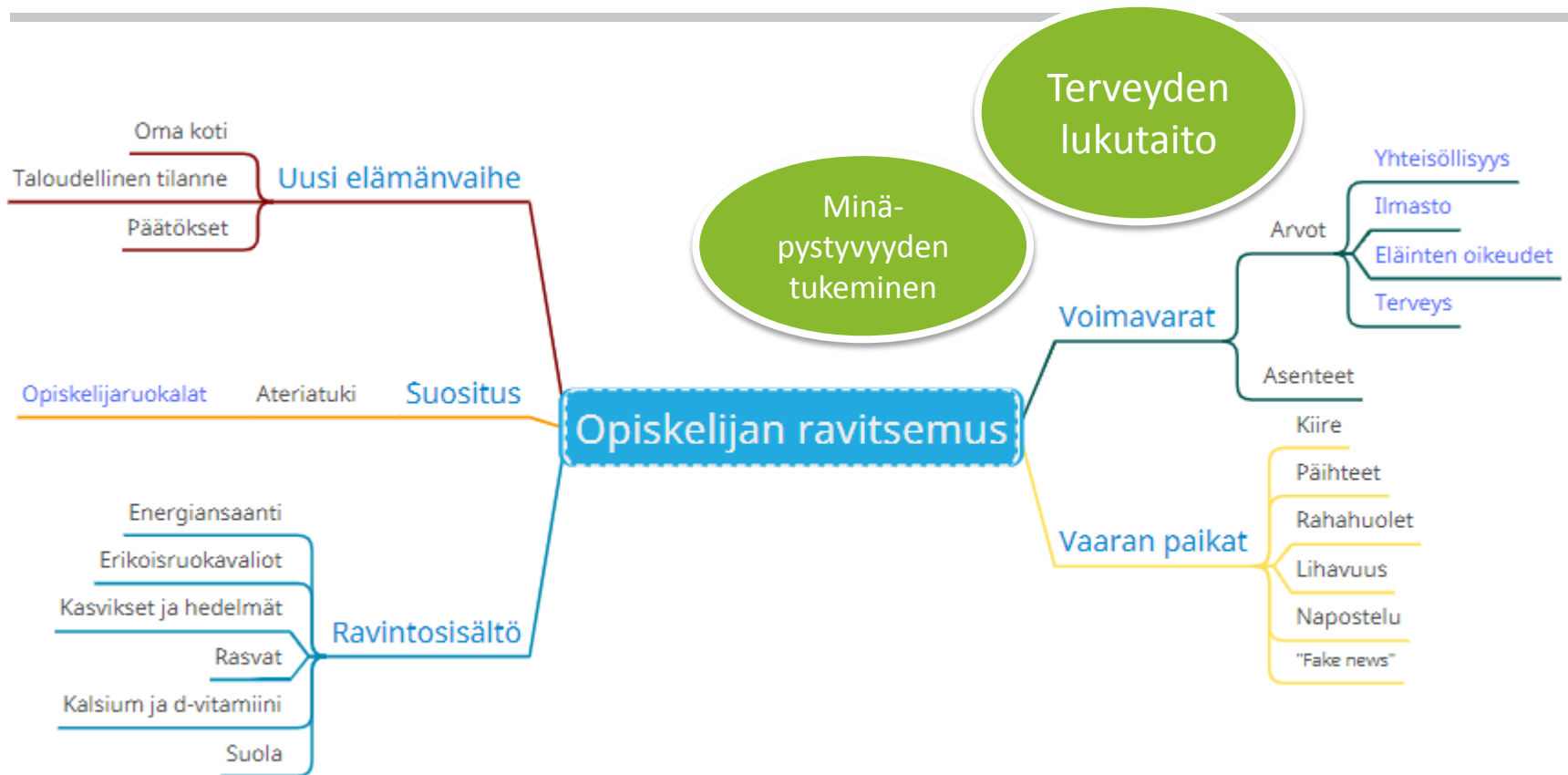
Päivi Metsäniemi, johtajaylilääkäri, YTHS



Y · T · H · S
YLIOPPILAIDEN TERVEYDENHOITOSÄÄTIÖ

www.yths.fi

Hyvä ravitsemus ei synny sattumalta



Terveyden edistämisen teemana ravitseminen 2019 - 2020

- Jatkuvaa työtä opiskeluympäristöjen ja opiskelijoiden kanssa
- YTHS-päivä
- Hankkeita
 - Virtaa syksyyn –kirkasvaloaamiainen (Kuopio)
 - Opiskelijaruoan Boot Camp – opi tekemään hyvää, opiskelijahintaista ja ravitsevaa ruokaa ammattilaisen opastuksella (Vaasa)
- Uudenlaisia palveluita
 - Esim. Virtuaalinen ravintopäiväkirja

Ohjelmassa tänään

- **Klo 9.20 VAHVISTA JA VAIKUTA – MUUTOKSEN OHJAAMINEN RAVITSEMUSNEUVONNASSA**
Tuija Pusa, Ravitsemusasiantuntija, laillistettu ravitsemusterapeutti, THM, Sydänliitto
- **Klo 10.20 KSYLITOLI – VIISAS VALINTA**
Marjo Tipuri, hammaslääkäri, YTHS
- **Klo 10.40 SALLIVA SYÖMINEN HYVINVOINNIN JA OPISKELUKYVYN TUKENA**
Jonna Kekäläinen, terveydenhoitaja, YTHS



Seuraa meitä ---



yths_fshs



YTHS_FIN



/ylioppilaidenterveydenhoitosaatio/

