

# Terveellisen ravitsemuksen edistäminen osana hyvinvoinnin ja terveyden edistämistä (HYTE)

Henri Nevalainen, kehittämissuunnittelija (hyte)

Kati Nynäs, ravitsemusterapeutti

Keski-Pohjanmaan hyvinvointialue Soite



# Alueellinen kehittäminen

- Alueellinen hyvinvointisuunnitelma
  - Suunnitelma terveellisten elintapojen edistämiseksi
    - Terveellisten ravitsemustottumusten edistäminen
      - Arkiruuan arvostus
      - Kasvien, hedelmien ja marjojen käytön lisääminen



# Alueellinen kehittäminen - elintavat

- Terveellisten elintapojen edistämisen verkostotyöryhmä
  - Alueellinen ravitsemustyöryhmä
    - Alueellisen terveellisten elintapojen edistämisen suunnitelman ravitsemus osion toimenpiteiden edistäminen
    - Tilannekatsaus alueen kehittämistoimenpiteistä terveellisen ravitsemuksen edistämiseksi (kunta ja hva) → kehittämistoimet
    - Terveellisen ravitsemuksen viestintä



# Hankekehittäminen

- Sote- keskus hanke
  - Elintapavalmennuksen ja monitoimijaisen yhteistyön kehittäminen terveellisten elintapojen edistämiseksi
    - Elintapavalmennuksen osaajaksi verkkokoulutus (voimavaralähtöinen ja vaikuttava elintapavalmennus, liikuntaneuvonta, **ravitsemusohjaus** ja unen huolto)
    - BMI- ryhmätoiminnan kehittäminen

