

12:00 Hyvä ravitsemus tukemassa iäkkään toimintakykyä ja elämänlaatua, Pauliina Pippola, ylilääkäri, Geriatrian toimintayksikkö/ vs. kehittäjäylilääkäri, Kehittämisyksikkö Aksila, EPSHP

12:15 Ikääntyneen hyvä ruoka ja ravitsemus, Satu Jyväkorpi, erityisasiantuntija, Valtion Ravitsemusneuvottelukunta (VRN)

12:40 Ikääntyneiden erityispiirteet, Satu Jyväkorpi, erityisasiantuntija, VRN

13:10 Ravitsemustilan arviointi, ravitsemushoito ja sen toteuttaminen, Terhi Harju, ravitsemusterapeutti, Ravitsemusterapiayksikkö, EPSHP

13:40 Tauko

14:00 Suun terveys, Riitta Hautala, johtava hammaslääkäri, Kuntayhtymä Kaksineuvoinen

14:25 Ruokailutilanne, Eija Hiltunen, ravitsemustoimenjohtaja, Gaius-säätiö

14:55 Hoitotyön, päivätoiminnan ja seniorineuvonnan puheenvuoro, Jaana Auressalmi, laatukoordinaattori ja RAI-yhdyshenkilö, LLKY ja Sanna Yli-Havunen, päivätoiminnan ohjaaja, LLKY

15:20 Valtion ravitsemusneuvottelukunnan terveiset ja tulevaisuuden suunnitelmat, Arja Lyytikäinen, pääsihteeri, VRN



Ikääntyneiden ruokasuositukset käytäntöön- hanketoiminta

- Valtion ravitsemusneuvottelukunta toteuttaa hankkeen 11/2021-2023
- Hanke liittyy hallitusohjelmaan kirjattu ”Ikäohjelmaan ja sen toimeenpanoon.
- Ikäohjelmalla kannustetaan mahdollisimman toimintakykyisen ikääntymisen turvaamiseen sekä taloudellisesti ja sosiaalisesti kestäväen palvelujärjestelmän rakentamiseen.
- Tämän hankkeen tavoitteena on parantaa ikääntyneiden ravitsemusta ja tehostaa ravitsemushoitoa lisäämällä ikääntyneiden parissa toimivien, ikääntyneiden itsensä ja heidän omaistensa tietämystä hyvästä ravitsemuksesta ja sen merkityksestä.

Toiminta koostuu kolmesta työpaketista :

1. **Koulutus:** Järjestetään koulutusta yhteistyössä 15 alueen kanssa ikääntyneiden parissa työskenteleville ammattilaisille sekä tuotetaan verkkokoulutuskokonaisuus ammatilliseen täydennyskoulutukseen.
2. **Portaali:** Luodaan yhteinen portaali alueiden ja kuntien käyttöön luotettavalle tiedolle ikääntyneen ravitsemuksesta.
3. **Kampanja:** Järjestetään ikääntyneille itselleen kohdennettu kampanja hyvästä ravitsemuksesta: ”Ravitsevää ruokaa ja ruokailoa – yhdessä syöden”.



- Verkkosivut: www.ruokavirasto.fi/ikaantyneidenruoka
- Tiedotettu toiminnasta ja aineistosta:
<https://www.ruokavirasto.fi/teemat/terveytta-edistava-ruokavalio/uutiset/vireytaa-seniorivuosiin--ikaantyneiden-ruokasuositus-kaytanton-uusi-sivu/>
- Ravitsemusopas ikääntyneille on laadittu, julkaistu sekä sähköisenä että painettuna ja ruotsiksi käännettynä yhteistyössä Ikäruoka 2.0 hankkeen kanssa.
- Ravitsemuksen itsearviointityökalua ruokavalion laadusta iäkkäille työstetään yhteistyössä Ikäruoka 2.0 -hankkeen kanssa.



Mistä löydät:

Hankkeen kotisivut,
Ikääntyneiden ruokasuositus
Työkalut
Ravitsemusopas ikääntyneille
Koulutusten aineisto ja äänitykset

www.ruokavirasto.fi/ikaantyneidenruoka

Verkkokurssi





Kiitos!

