

# Gery



## RAVITSEMUSFOORUMI

To 26.9.2024 virtuaalisena

### OHJELMA

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

**9.05 Muisti ja ruoka -hankkeen esittely**  
Heli Salmenius Suominen, Gery ry

**9.15 Ravitsemuksen merkitys ikäihmisen haurastumisessa**  
Kaisu Pitkälä, LKT, professori emerita, Helsingin yliopisto

**10.15 Ruokailijan toimintavalmiuksien havaitseminen sekä yksilöllisen ruokailukyvyn kehittämisen mahdollistaminen**  
Anneli Willman opettaja, toimintaterapeutti A-Files Balance

**11.10 Yhdessä ruokailu ja ruokapäivä**  
Kirsi Hanski, ruokapalvelupäällikkö, Tuusulan kunta

### Lounastauko klo 11.45-12.30

**12.30 Tehostetun ja rakennemuutetun ruokavalion laadukas toteutus**  
Anu Mikkola, ravitsemussuunnittelija, TtM, Kymijoen Ravintopalvelut Oy

**13.20 Kihti, Sappi ja Marevan - tarvitaanko erityisruokavaliota?**  
Heini Karp, ETT, ravitsemusterapeutti, Gery ry

### Kahvitauko 13.45-14.00

**14.00 Ikääntymisen vaikutukset suun terveyteen - pitääkö olla huolissaan?**  
Tuire Kaitila-Tarvainen, HLL, suugeriatrian erityispätevyys

**14.50 Ikääntyvän nieleminen - haasteet ja tukikeinot.**  
Puheterapeutin näkökulma  
Helena Arbelius, puheterapeutti, Keusote

**15.45 Päivän päätös**  
Merja Suominen, Gery ry

### Hinta

70 €/henkilö, sisältää luentomateriaalin.

Gery ry:n jäsenet  
45 €/henkilö.

Opiskelijat ja eläkeläiset  
45 €.

Ryhmäalennus 20 %, kun osallistuu vähintään 5 henkilöä.

Kysy pakettialennuksia isoille ryhmille!

### Paikka

Koulutus järjestetään etäyhteyksien välityksellä. Lähetämme osallistujille henkilökohtaisen osallistumislinkin 24.9 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 edistää ikääntyneiden terveyttä, toimintakykyä ja sosiaalista hyvinvointia ravitsemuksen, liikunnan ja ryhmätoiminnan avulla sekä lisää moniammatillista yhteistyötä ikääntyneiden ravitsemukseen liittyvissä asioissa.

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

