

Vahva arki -hankkeen päätösseminaari

27.1.2026

Vahva arki -hankkeen päätösseminaari järjestetään 18.2.2026 klo 12–15.30

Tilaisuus kokoaa yhteen hankkeen toimijat, yhteistyökumppanit sekä kaikki aiheesta kiinnostuneet. Ohjelmassa on inspiroivia puheenvuoroja, kokemuksia sekä hankkeen tuloksia eri näkökulmista.

Kohderyhmä: Pohteen sote-ammattilaiset, kuntien ja järjestöjen toimijat ja kaikki aiheesta kiinnostuneet.

Paikka: OYS uudisrakennuksen A-talon neuvottelutila Leppä (0 kerros), Kajaanintie 50, 90220 Oulu. Tilaisuuteen on mahdollista osallistua etäyhteydellä (Teams).

Ilmoittautuminen: Ilmoittautuminen Hessun koulutuskalenterin kautta tai [tästä linkistä](#):

- Lähtitilaisuuteen 8.2. mennessä.
- Osallistuminen etäyhteydellä 17.2 klo 12 mennessä.

Tilaisuus on osallistujille maksuton.

Ohjelma

12.00–12.10 Seminaari avaus / Ilpo Tapaninen, Pohjois-Pohjanmaan liitto
 12.10–12.30 Ammattilaisten osaamisen vahvistaminen elintapaohjauksessa ja ravitsemusterveyden edistämisessä / Hanna Säilynoja, Pohde
 12.30–12.50 Haavoittuvassa asemassa ja syrjäytymisriskissä olevien asiakkaiden elintapaohjaus / Sirpa Hyyrönmäki, Pohde
 12.50–13.10 Hyvinvointia arkeen -malli ja terveellinen ravitsemus ryhmätoiminnassa / Topi Kumpulainen, MKN
 13.10–13.30 Hyvinvointia arkeen mallin kehittäminen / Hanna Säilynoja, Pohde
 13.30–13.50 Kahvitauko (makuraati)
 13.50–14.10 Ryhmätoiminnan vaikutukset syömistottumuksiin / Kaisa Ketonen, Pohde
 14.10–14.40 Elintapaohjausryhmään osallistuneiden kokemuksia ryhmän merkityksestä osallisuuteen sekä työ- ja toimintakyvyn edistämiseen / Aliina Luosa, Oulun yliopisto
 14.40–15.00 Kokemukset Hyvinvointia arkeen ryhmätoiminnasta / Emmi Tokola ja Katja Koivumaa sekä ryhmäläinen
 15.00–15.20 Osallisuus voimavarana – miten vahvistaa osallistujien ääntä? / Viivi Törmänen, LUMI-hanke
 15.20–15.30 Keskustelua ja loppusanat / Ilpo Tapaninen, Pohjois-Pohjanmaan liitto

Lisätietoja:
 Hanna Säilynoja
 hanna.sailynoja@pohde.fi
 Vahva arki -hanke

Vahva arki -hankkeen löydät somesta sekä Pohteen ja Oulun Maa- ja kotitalousnaisten sivustolta:

