



24. YSTÄVÄNPÄIVÄKOULUTUS 12.02.2018

Edistetään aivoterveyttä – ennalta ja muistisairailta

◆ **Paikka: Martti Ahtisaari-sali, Agora, Mattilanniemi 2, Jyväskylä**

- | | | | |
|--------------------|--|--------------------|---|
| 8.30–9.00 | Aamukahvi ja ilmoittautuminen | 13.00–14.00 | Unihäiriöt ja muistisairaudet – fysiologinen tausta ja elintapaohjaus
ft, TtM, KM ja FT, Maria Luojus, Itä-Suomen Yliopisto |
| 9.00 | Päivän avaus
geriatri Hanna Pajulammi, KSSHP | 14.00–14.30 | Kahvitarjoilu |
| 9.05–9.55 | Liikutetaan aivoja
professori Sarianna Sipilä, Gerontologian tutkimuskeskus | 14.30–15.30 | Aivojen muovautuvuus – Kognitiivisen harjoittelun mahdollisuudet
projektivastaava Elisa Ahonen, Aivotreenit-hanke, Päijät-Hämeen Muistiyhdistys ry. |
| 9.55–10.45 | Aivoterveysten edistäminen – tutkimustiedosta käytännön toimenpiteisiin
TtT, dos., erikoistutkija, Jenni Kulmala, THL | 15.30–15.55 | Apetta aivoille
Johanna Lahtinen, Marianna Ikonen ja Christina Mantsinen, Apetta Aivoille -hanke / Keski-Suomen Muistiyhdistys ry. |
| 10.45–11.30 | Herkkuja aivoille – ravitsemus muistisairauden ennaltaehkäisyssä
ravitsemusasiantuntija, ETM Maija Soljanlahti, Gery ry. | 16.00 | Päivän päätös ja palaute |
| 11.30–12.30 | Lounas (omakustanteinen) | | |
| 12.30–13.00 | Ammattilainen muistisairaana läheisenä
Anna-Liisa Heiskala | | |

Koulutuksen hinta on 68 € (opiskelijat 50€)
+ 5€ laskutuslisä / lasku.

Ilmoittautuminen:

https://my.surveypal.com/Ilmoittautuminen_Yp_koulutus_12022018

Lisätietoja ja linkki löytyy myös osoitteesta:

www.ksmuistiyhdistys.fi/toiminta/ystavanpaivakoulutus