



**Tietoa ja työkaluja
kaatumisten ehkäisyyn!
www.kaatumisseula.fi**

Kaatumatta paras!

KaatumisSeula®-hankkeen päätösseminaari

Aika 15.2.2017
Paikka Seinäjoen kaupunginkirjasto
Jaaksi-sali
Alvar Aallon katu 14

Päätösseminaarissa käsitellään Kaatumisseula®-hankkeen toiminnan lisäksi teemakokonaisuuksia muun muassa ikääntyneen päihteidenkäytöstä, liikuntaan motivoinnista, liikkumisen turvallisuudesta sekä mielen hyvinvoinnista.

Fasilitaattorina toimii erityisliikunnan koordinaattori **Sarika Kivimäki** Seinäjoen kaupungilta

Seminaari on maksuton.



KaatumisSeula® -päätösseminaari



Ohjelma 15.2.2017

- 10.00 Seminaarin avaus**
Seminaarin puheenjohtaja, tutkimusjohtaja Harri Sievänen, UKK-instituutti
- 10.05 KaatumisSeula®-hanke: Tausta, malli ja keskeiset tulokset**
Projektipäällikkö Saija Karinkanta ja projektityöntekijä Tanja Kulmala, UKK-instituutti
- 10.35 Yhteiskehittäminen – ammattilaisten ja järjestöjen rooli yhteistyössä: Esimerkkinä Kotkan KaatumisSeula®-hankkeessa tehty yhteistyö**
Vanhustyön johtaja Liisa Rosqvist, Kotka ja muistiluotsityöntekijä Paula Tommola, Kymenlaakson Muistiluotsi
- 11.05 Kommenttipuheenvuoro: Mitä toimintaan osallistuminen antoi ikäihmiselle?**
Hankekoordinaattori Anu Takala yhdessä hankkeen paikallisessa toiminnassa mukana olleen ikäihmisen kanssa
- 11.15 Vuorovaikutus- ja verryttelyvartti**
- Alkoholi altistaa kaatumisille**
- 11.30 Ikääntyneen päihteidenkäyttö – kohtaaminen ja puheeksiotto**
Ikääntyneiden päihdetyön koordinaattori Heidi Eriksson, Sininauhaliitto
- 12.15 Lounastauko** (lounas omakustanteinen)
- Liikunta ehkäisee kaatumisia**
- 13.00 Tiedän, haluan, pystyn ja osaan – ikääntyneen motivoituminen liikkumaan**
Tutkija Erja Toropainen, UKK-instituutti
- 13.30 Kaksin on kivempaa ja turvallisempaa – kanssaliikkuja liikkumisen mahdollistajana**
Suunnittelija Heli Starck, Ikäinstituutti
- 14.00 Tuumaus- ja tasapainotauko**
- Turvalliseen liikkumiseen tarvitaan toimiva ympäristö**
- 14.15 Kodin ja liikkumisympäristön turvallisuus**
Tutkija Maarit Piirtola, Helsingin yliopisto
- Hyvä mieli, parempi toimintakyky**
- 14.45 Mielen hyvinvointi on olennainen osa ikäihmisen toimintakykyä**
Projektsuunnittelija Sonja Maununaho, Mirakle-hanke, Suomen Mielenveysseura
- 15.15 Loppukeskustelu**

Ilmoittautuminen

Seminaarin virallisena järjestämispaikkana toimii Merikeskus Vellamo (Tornatorintie 99) Kotkassa. Vellamosta seminaari välitetään sähköisesti Seinäjoelle, Helsinkiin, Tampereelle, Kuopioon ja Ouluun.

Ilmoittaudu mukaan seminaariin alla olevan linkin kautta 31.1.2017 mennessä.

Ilmoittautuessasi valitse osallistumipaikkakuntasi sekä ilmoita myös sähköpostiosoitteesi tai puhelinnumerosi.

[Ilmoittaudu tästä](#)

Voit myös ilmoittautua sähköpostitse: tanja.kulmala@uta.fi TAI soittamalla: 03 282 9272 / Tanja Kulmala

Lisätiedot

Tanja Kulmala
KaatumisSeula®-hankkeen projektityöntekijä
s-posti: tanja.kulmala@uta.fi
puh. 03 282 9272

Pidätämme oikeudet muutoksiin

