

Ravitsemuksella terveyttä hyvällä yhteistyöllä

Digiaamukahvit 31.8.2023

Marjaana Lahti-Koski

Päsihteeri, Suomen Sydänliitto ry

marjaana.lahti-koski@sydanliitto.fi



Terveyttä edistetään

- Vaikuttamalla kulttuuriin, elinympäristöön, olosuhteisiin, tuotteisiin ja rakenteisiin
- Varmistamalla, että kaikilla väestöryhmillä on riittävästi tietoja ja taitoja terveyttä edistävän elämäntavan pohjaksi
- Kannustamalla, tukemalla ja ohjaamalla yksilöitä ja yhteisöjä, erityisesti heikommassa asemassa olevia

Valtioneuvoston periaatepäätös
liikunnasta ja ravitsemuksesta. STM 2008

Elinympäristö, tuotteet ja rakenteet

Esimerkki: Sydänmerkki helpottaa laadunvarmistusta ja asiakasviestintää

1. Sydänmerkki-ateria varmistaa, että kunnassa/ ravintolassa tarjotaan ravitsemussuositusten* mukaista ruokaa
2. Sydänmerkin avulla viestitään yksinkertaisesti kuntalaisille ja henkilöstölle laadukkaasta tarjonnasta

- Valinnat helpoksi
- Vastuullisuus näkyväksi
- Huomioidaan ruokapalveluiden rooli terveyden edistämässä



24. arvostetuin
brändi
Taloustutkimus
2022



*Sosiaali- ja terveysministeriön suositus (2010), Kelan opiskelijaruokasuositus (2011, 2016) sekä Suomalaiset ravitsemussuositukset (2014), Kouluruokailusuositus (2017), Varhaiskasvatuksen ruokailusuositus (2018), Ruokailusuositus ammatillisiin oppilaitoksiin ja lukioihin (2019), Ikääntyneiden ruokasuositus (2020) ja Ravitsemushoitusuositus (2023)

Riittävästi tietoja ja taitoja

Marttailua lähellä sinua

Martat toimivat valtakunnallisesti ja yhdistyksiä ja marttaryhmiä on melkein jokaisessa Suomen kunnassa. Piirien opetuskeittiöitä on 16 kaupungissa ja kurssejamme järjestetään ympäri vuoden. Pääset siis helposti mukaan – ehkä innostut itsekin vetämään marttatoimintaa sinua innostavan aiheen parissa.

Etelä-Karjala

Häme

Kainuu

Keski- ja Etelä-Pohjanmaa

Keski-Suomi

Kymenlaakso

Lappi

Lounais-Suomi

Pirkanmaa

Pohjois-Karjala

Pohjois-Pohjanmaa

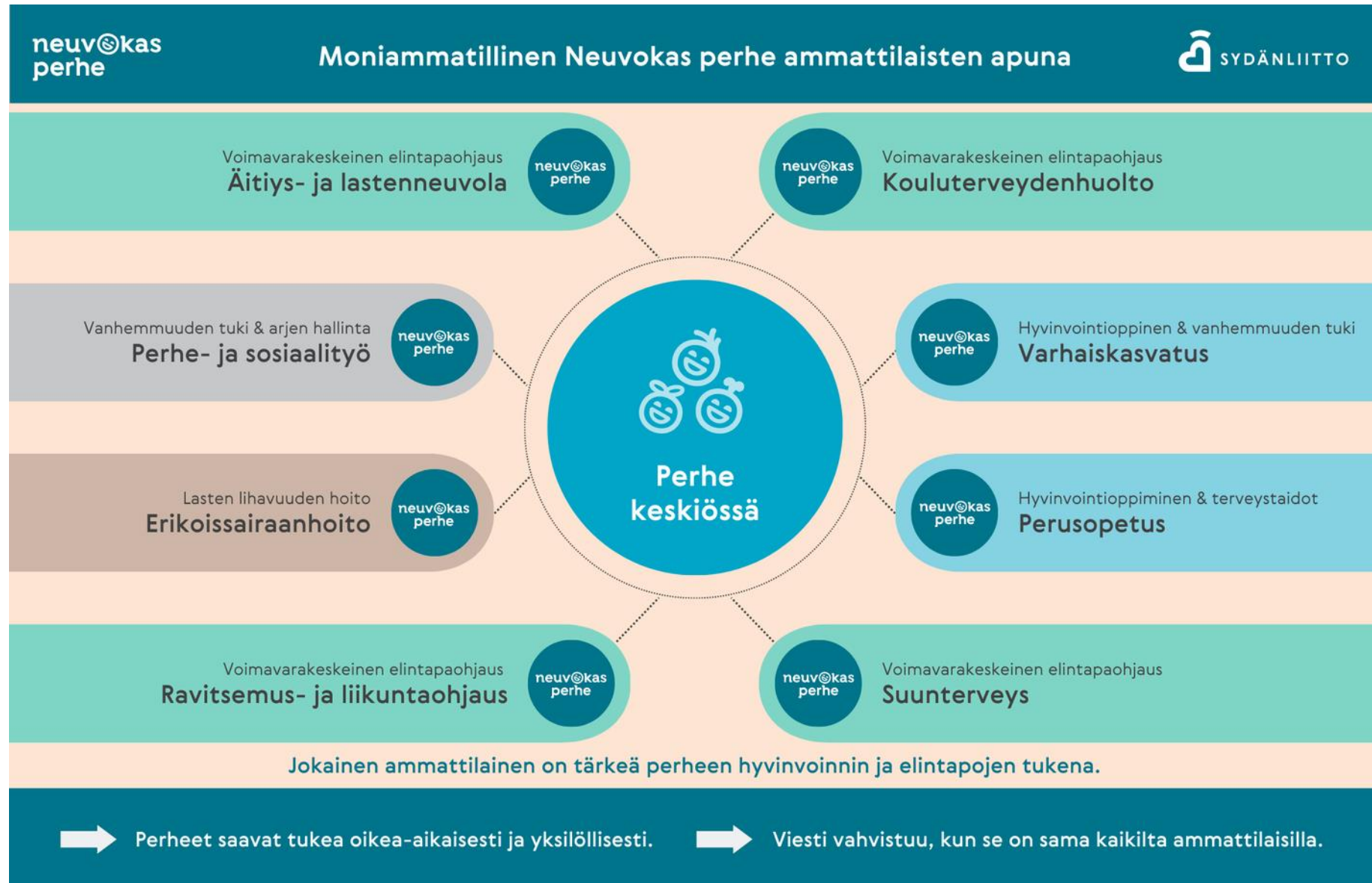
Savo

Uusimaa



www.martat.fi

Kannustus, tuki ja ohjaus





Kiitos!