

Hyvää ruokaa ja ruokailoa yhdessä syöden. Ruokaviraston kampanja 2023

Vanhusneuvosto 11.05.2023 § 25

Ravitsevaa ruokaa ja ruokailoa yhdessä syöden- kampanja/ Näringsrik mat och matglädje – genom att äta tillsammans

kiitos ilmoittautumisestanne mukaan Vireyttä seniorivuosiin – ikääntyneiden ruokasuositus käytäntöön kampanjaan. Olemme luoneet ravitsemusportaalin, joka löytyy verkkosivuilta: www.ruokavirasto.fi/vireytta-seniorivuosiin

Portaalista löytyy luotettavaa tietoa ravitsemuksesta ja sinne on lisätty kampanjaosuus, josta löytyy tarkempaa tietoa kampanjasta, yhteistyökumppaneista sekä ideoita siitä, miten kampanjaa voi toteuttaa paikallisesti. <https://www.ruokavirasto.fi/vireytta-seniorivuosiin/kampanja/esimerkkeja-kampanjan-toteutuksesta/>

Portaalin materiaalipankki- osuuteen on koottu materiaaleja, joita voi käyttää hyväkseen kampanjan toteutuksessa. Sinne on koottu lyhyitä videoita, videoita luentoja, valmiita esityksiä, joita voi käyttää vapaasti ikääntyneiden ryhmissä. Lisäksi sieltä löytyy oppaita ja esitteitä sekä tulostettavaa materiaalia. Portaaliin on koottu myös muiden järjestöjen tekemiä lyhyitä ravitsemusaiheisia videoita, jumppaohjeita ja -videoita sekä linkkejä materiaaliin. Materiaalia täydennetään tämän kevään aikana. Ravitsemusoppaita ikääntyneille voi tilata kauttamme kampanjamateriaaliksi. Isommat materiaalitilaukset toivomme saavamme **1.6.2023** mennessä.

Materiaalipankki löytyy osoitteesta: <https://www.ruokavirasto.fi/vireytta-seniorivuosiin/hyva-ravitsemus-ikaantyyessa/materiaalipankki/>

Kampanja on osa Valtion ravitsemusneuvottelukunnan **Vireyttä seniorivuosiin – ikääntyneiden ruokasuositukset käytäntöön** – hanketta, jossa jalkautetaan vuonna 2020 ilmestyneitä ikääntyneiden ruokasuosituksia. Hanke kuuluu hallitusohjelman Ikäohjelmaan. Toiminnan tavoitteena on parantaa ikääntyneen ravitsemusta lisäämällä tietoa terveyttä edistävästä ravitsemuksesta ja sen merkityksestä. Hankkeen toiminnat ovat tarkoitettu ikääntyneille itselleen, heidän omaisilleen ja läheisilleen.

Websidan/Näringsportalen ska översättas på svenska och jag ska informera tvåspråkiga äldreråd också på svenska om det inom kort.

Ole yhteydessä, jos haluat lisätietoa kampanjasta tai tilata ravitsemusoppaita kampanjan toteuttamista varten. Yhteydenotot: [satu.jyvakorpi\(a\)ruokavirasto.fi](mailto:satu.jyvakorpi(a)ruokavirasto.fi)

| | |
|---------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Esittelijä | puheenjohtaja |
| Päätösehdotus | Päätösehdotus annetaan kokouksessa |
| Päätös | <p>Kokouksessa keskusteltiin erilaisista vaihtoehdoista toteuttaa Ravitsevaa ruokaa ja ruokailoa syöden -kampanjaa. Esille nousivat seuraavat ideat, joita jatkajalostetaan seuraavassa kokouksessa.</p> <ul style="list-style-type: none">- Luentoja ravitsemuksesta- Yhteisruokailuja, kirkossa, Sipilän palvelutalossa,- Sadonkorjuukori jaetaan palvelutaloille ja hoivakoteihin <p>Kartoitetaan yhteistyökumppaneita</p> <p>Haastetaan kaupungin hallintokunnat, eläkeläisjärjestöt sekä muut järjestöt mukaan kampanjaan toteuttamalla teemaa omassa toiminnassaan.</p> <p>Tilataan Ruokavirastolta aineistoa jaettavaksi tapahtumissa.</p> <p>Jaetaan kampanjan portaalin materiaalipankki kaupungin kotisivulla. Portaalista löytyy luotettavaa tietoa mm. ravitsemuksesta sekä muita ideoita ja materiaalia kampanjan toteuttamiseen.</p> |

Valmistelija

sihteeri

Hyvää ruokaa ja ruokailoa yhdessä syöden. Ruokaviraston kampanja 2023 Edellisen kokouksen päätöksen mukaisesti olemme haastaneet kaupungin hallintokunnat, eläkeläisjärjestöt sekä muut järjestöt mukaan kampanjaan toteuttamalla teemaa omassa toiminnassaan. Tapahtumat pyydettiin ilmoittamaan sihteerille 28.8. mennessä. Tapahtumista kootaan tapahtumakalenteri, jota jaetaan palvelu- ja hoivakoteihin sekä kotona asuville henkilöille kotipalvelun kautta. Tapahtumakalentereita on jaossa myös mm. kirjastossa. Kampanjan tapahtumista laitetaan ilmoitus lehteen, jonka kustantaa vanhusneuvosto, lisäksi markkinoidaan tapahtumaa kaupungin kotisivulla, facebookissa ja lehdistötiedotteilla.

Esittelijä

puheenjohtaja

Päätösehdotus

Päätösehdotus annetaan kokouksessa.

Päätös

Ruokaviraston kampanjalle "Ravitsevää ruokaa ja ruokailoa yhdessä syöden" ei ole varsinaista ajankohtaa määritetty. Tapahtumia toteutetaan Ylivieskassa syys- ja lokakuun aikana. Kampanjan materiaali löytyy Ruokaviraston sivuilta mm. luentoja ravitsemuksesta joita jokainen voi omassa toiminnassaan hyödyntää. Vanhusneuvosto haastaa palvelu- ja hoivakodit toteuttamaan kampanjaa omassa arjessaan mm. keräämällä kasvis- ja vihanneskorit ikäihmisten iloksi ja katseltavaksi. Kokouksessa tuli esille myös Ylivieskan perinnepäivän entistämistoive. Kotipalvelulle tarjotaan mahdollisuutta jakaa ravitsemusopasta kotona asuville asiakkaille. Toivotaan myös, että kaupungin lounaspaikoissa huomioitaisiin ja toteutettaisiin myös teemaa "Ravitsevää ruokaa ja ruokailoa yhdessä syöden".

Tiedossa olevat tapahtumat Ylivieskassa:

- 13.9. Iloisesti yhdessä, tapahtuma Liikuntapuiston kodalla ja luontopolulla.

Vanhusneuvosto osallistuu tapahtumaan jakamalla esitteitä Ravitsemusopas ikääntyneille, tarjoamalla teemalla "yhdessä syöden" mm. kasviksia, makkaraa ja nokipannukahvit yhteistyössä vammaisneuvoston kanssa.