

Liikunnasta lisäarvoa olemassa oleviin palveluihin



Kuva: Liikkuva aikuinen -ohjelma Jiri Halttunen

Liikunta osana arkea - Liikkujan Apteekki -koulutusta apteekin henkilökunnalle

Liikunta osana arkea -koulutuksessa pureudutaan Liikkujan Apteekki -konseptin hyödyntämiseen apteekissa, liikunnan puheeksiottamiseen, Liikkujatyyppeihin sekä asiakkaan motivointiin, liikuntaneuvontaan ja muutosprosessiin. Koulutus lisää osallistujien valmiuksia terveellisten elintapojen edistämiseen ja avaa terveyttä edistävän liikunnan termistöä, taustatekijöitä ja suosituksia aikuisille. Vuorovaihtuksellinen ja käytännönläheinen koulutus sisältää myös kevyttä taukoliikuntaa.

Webinaarin tiedot

ti 2.3.2021 klo 10.00 - 15.00

Webinaarin hinta on 50 euroa/henkilö.

Ilmoittaudu mukaan 16.2. mennessä ESLUn verkkosivuilla:

<https://tapahtumat.eslu.fi/tapahtumat/liikunta-osana-arkea/>

ti 14.9.2021 klo 10.00 - 15.00

Webinaarin hinta on 50 euroa/henkilö.

Ilmoittaudu mukaan 31.8. mennessä ESLUn verkkosivuilla:

<https://tapahtumat.eslu.fi/tapahtumat/la-liikunta-osana-arkea/>

*“Välineitä
terveysliikunnan
edistämiseen ja
omaan työhön.”*

Liikkujan Apteekki -konsepti tuo terveysliikunnan osaksi asiakasneuvontaa ja terveydenedistämistyötä apteekin arjessa. Toiminnalla lisätään apteekin henkilökunnan tietoa ja valmiuksia terveellisten elintapojen ja puheeksiottamiseen lääkehoidon tukena. Konseptin taustalla ovat Suomen Apteekkariliitto, Hengitysliitto, Liikkuva aikuinen -ohjelma ja Liikunnan aluejärjestöt, jotka tarjoavat apteekkeille konseptin esittelykäyntejä sekä henkilöstölle suunnattuja koulutuksia, verkostotapaamisia ja muita palveluita.

Lisätietoja koulutuksesta:

Merja Palkama, terveysliikunnan kehittäjä
Etelä-Suomen Liikunta ja Urheilu ry, ESLU
040 595 4195, merja.palkama@eslu.fi



Liikunnan aluejärjestöt



LIKKUVA
AIKUINEN



Liikuntaa lääkkeeksi apteekin henkilökunnalle

Liikuntaa lääkkeeksi -koulutuksessa osallistuja saa eväitä liikuntaneuvonnan ja terveystiikunnan edistämiseen lääkehoidon tukena. Koulutuksessa käsitellään aktiivisen elämäntavan ja liikunnan merkitystä yleisimpien kansansairauksien ehkäisyssä ja hoidossa lääkehoidon tukena. Tarkemmassa käsittelyssä ovat sepelvaltimotauti, eteisvärinä, astma, keuhkohtaumatauti, 2-tyypin diabetes ja aivoverenkiertohäiriöt. Lisäksi koulutuksessa verkostoidutaan ja kuullaan muiden apteekkien hyviä malleja.

Webinaarin tiedot

ti 4.5.2021 klo 10.00 - 15.00

Webinaarin hinta on 50 euroa/henkilö.
Ilmoittaudu mukaan 20.4. mennessä ESLUn verkkosivuilla:
<https://tapahtumat.eslu.fi/tapahtumat/liikuntaa-laakkeeksi/>

ti 2.11.2021 klo 10.00 - 15.00

Webinaarin hinta on 50 euroa/henkilö.
Ilmoittaudu mukaan 19.10. mennessä ESLUn verkkosivuilla:
<https://tapahtumat.eslu.fi/tapahtumat/la-liikuntaa-laakkeeksi/>

”Aktiivisen elämän ja liikunnan merkitys kansansairauksien ehkäisyssä.”

Liikkujan Apteekki -konsepti tuo terveystiikunnan osaksi asiakasneuvontaa ja terveydenedistämistyötä apteekin arjessa. Toiminnalla lisätään apteekin henkilökunnan tietoa ja valmiuksia terveellisten elintapojen ja puheeksiottamiseen lääkehoidon tukena. Konseptin taustalla ovat Suomen Apteekkariliitto, Hengitysliitto, Liikkuva aikuinen -ohjelma ja Liikunnan aluejärjestöt, jotka tarjoavat apteekkeille konseptin esittelykätejä sekä henkilöstölle suunnattuja koulutuksia, verkostotapaamisia ja muita palveluita.

Lisätietoja koulutuksesta:

Merja Palkama, terveystiikunnan kehittäjä
Etelä-Suomen Liikunta ja Urheilu ry, ESLU
040 595 4195, merja.palkama@eslu.fi

