

Ruoka ja riippuvuus -luento



Mitä on ruokariippuvuus? Jos ruokaan liittyvät ajatukset hallitsevat elämää, elämä on jatkuvaa taistelua painon ja mielitekojen kanssa tai syöminen on muodostunut pakonomaiseksi voi kyseessä olla ruokaan ja syömiseen liittyvä riippuvuus.

www.ruokariippuvuus.fi

Myllyhoitoyhdistys ry:n Ruoka ja riippuvuus -projektin luento auttaa tunnistamaan hallitsematonta syömistä ja erottamaan sen syömishäiriöistä. **Luennon tarkoituksena on antaa eväitä ammattilaiselle ruokariippuvuuteen sairastuneiden kohtaamiseen, tietoa ruokariippuvuudesta ja sen tunnistamisesta sekä hoidosta ja hoitoon ohjaamisesta.** Koulutus sopii kaikille aikuisten kanssa toimiville ammattilaisille: terveydenhoitajille ja työterveyshuollolle, lähi- ja sairaanhoitajille, sosiaaliohjaajille, päihde- ja mielenterveystyötä tekevillä jne.

Hyvinvointi hakusessa – riippuvuus riskinä -hanke tarjoaa Lapin hankekuntatoimijoille mahdollisuuden osallistua etäyhteydellä RAY:n rahoittaman Ruoka ja Riippuvuus -hankkeen koulutukseen. Kouluttajina toimivat projektipäällikkö Sanna Runsala ja projektikouluttaja Merja Lehtinen Myllyhoitoyhdistyksestä. Lisäksi kuullaan kommenttipuheenvuoro Lapin tilanteesta.

Koulutus järjestetään

ma 9.2.2015 klo 12.00–16.00

Koulutuksiin voit osallistua, jos sinulla on käytössä videoneuvotteluyhteys. Ilmoittautuminen tapahtuu oheisen linkin kautta viimeistään 30.1.2015 Kerro ilmoittautuessasi se paikka, josta olet videoyhteydessä.

Ilmoittautuminen: <https://www.webpolsurveys.com/S/5E5D96B1E764AC5F.par>

Sanna Runsala ja Merja Lehtinen Ruoka- ja riippuvuus -hankkeesta sekä

Nina Peronius Hyvinvointi hakusessa -hankkeesta (nina.peronius@poskelappi.fi, 040 574 2773)

”Ruokaan ja painoon liittyvät ajatukset hallitsivat elämäni”

”Olen syönyt paetakseni ahdistusta, surua, jopa iloa, tai ihan vain elämän arkisuutta”

”Kerta toisensa jälkeen olen aloittanut ’uuden elämän’ pystymättä pitämään sitä viikkoa pidempään”

”Häpesin ja piilottelin syömistäni. Jatkuva syyllisyys vaivasi”