



Ruoka ja riippuvuus -luento

Aika: 9.2.2015 kello 12–15.10

Paikka: Videosilta, yhteystiedot kolmas sivu.

Osallistujat: 45 osallistujaa, 12 eri videopistettä

Muistio:

12:00 Yhteydenotto videosiltaan. Ohjeistus videokoulutuksessa toimimiseen
Tilaisuuden avaus, lyhyt esittäytymiskierros, Nina Peronius

12:15 Merja Lehtinen piti esitelmän. Ääni oli kohtuullisen heikko ja sitä yritettiin parantaa välissä vaihtamalla äänilähdettä. Muistion liitteenä hankkeen esittelydiagrammi.

Luennon sisältö:

Ruoka ja riippuvuus –projektin esittely

Riippuvuudet moni-ilmeisinä sairauksina

Ruokaan ja syömiseen liittyvä riippuvuus, mistä on kysymys?

Lihavuus, syömishäiriö vai riippuvuussairaus, erot ja yhtäläisyydet

Ruokariippuvuuden tunnistaminen

Miten auttaa ruokariippuvuuteen sairastunutta: tukea toipujalle

13:45 Tauko (sovitaan koulutuksen alkaessa, onko 15 vai 30 min.)

14:00 Sanna Runsala kertoi oman tarinansa elämästään ruokariippuvaisena sekä toipumisestaan siitä.

Kommenttikierroksella koulutus koettiin ääniongelmista huolimatta hyväksi. Useampi koki kohdanneensa asiakkaita, joiden ongelma voisi olla ruokariippuvuutta pikemminkin kuin syömishäiriö ja jotka ehkä hyötyisivät jos asia otettaisiin esille.

Ruoka ja riippuvuus hanke (www.ruokariippuvuus.fi) lupasi lisää tukea ja tietoa sekä esimerkiksi ruokariippuvuudesta kärsiville suljetun facebook-ryhmän tukea. Lisäksi heillä on mahdollisuus tulla pitämään myös asiakastilaisuuksia pohjoiseen, mikäli tarvetta ilmenee.

15:10 Tilaisuuden päättäminen