

mieli



**Mielenterveysalan liikunnan koordinointi-
ja kehittämishanke -päätösseminaari**

Liiku Mieli Hyväksi

28.8.2015

Urheiluopisto Varala, Varalankatu 36, Tampere

Opetus- ja kulttuuriministeriö

Tervetuloa mukaan!

Seminaari on ensisijaisesti kutsuseminaari Liiku Mieli Hyväksi -verkostolle ja asiantuntijaryhmälle, sekä paikallisten mielenterveysseurojen hyvinvointivastaaville.

Seminaariin on paikkoja rajoitetusti. Paikkatilanteen salliessa seminaari on avoin kaikille alan toimijoille.

Seminaari kokoaa yhteen vapaaehtoistoimijoita, mielenterveys-, liikunta- ja sosiaali- ja terveystieteiden ammattilaisia.

Seminaari tarjoiluineen on maksuton.

Ohjelma

PERJANTAI 28.8.2015

- 9.00 Tervetuloa | Järjestöjohtaja **Sinikka Kaakkuriniemi**, Suomen Mielenterveysseura
- 9.15 Hyvinvoinnin ja onnellisuuden lähteet. Emeritusprofessori **Markku Ojanen**
- 10.15 Tietoisuustaidot - uusi keino hyvinvoinnin ja fyysisen aktiivisuuden edistämiseksi?
Terveyspsykologian erikoispsykologi **Anu Kangasniemi**, LIKES -tutkimuskeskus
- 11.15 Miten liikunta- ja mielenterveysalan kehittämislinjauksia viedään eteenpäin?
Projektipäällikkö **Satu Turhala**, Suomen Mielenterveysseura ja tutkimus- ja julkaisupäällikkö **Teijo Pyykkönen**, Liikuntatieteellinen Seura sekä valmisteluryhmien asiantuntijat
- 12.15 Lounas
- 13.15 Luonnossa Mieli Hyväksi – luonnosta hyvinvointia ja terveyttä.
Eko- ja ympäristöpsykologi **Kirsi Salonen**, Psykologipalvelut Hyvän MielenTila
- 14.15 Kahvi
- 14.45 Tökkäyksiä vai halauksia – miten vaikuttaa käyttäytymiseen liikkumisen lisäämiseksi?
ESMAN hallituksen jäsen, projektikoordinaattori **Johannes Parkkonen**, Suomen Mielenterveysseura
- 15.45 Päätössanat ja yhteenveto | Suunnittelija, Liiku Mieli Hyväksi -asiantuntijaryhmän pj. **Kari Koivumäki**, Opetus- ja kulttuuriministeriö

LAUANTAI 29.8.2015

Suomen Mielenterveysseuran hyvinvointivastaavien koulutuspäivät jatkuvat

Sitovat ilmoittautumiset sähköpostitse 26.6.2015 mennessä.

Mukaan mahtuu 60 ensimmäiseksi ilmoittautunutta.

Mahdolliset peruutukset 7.8.2015 mennessä.

Peruuttamatta jätetyistä ilmoittautumisista peritään 30€.

Ilmoittautumiset ja lisätiedot:

Satu Turhala, puh. 040 652 6646, satu.turhala@mielenterveysseura.fi
liikumielihyvaksi.fi