



PSORIASISLIITTO  
PSORIASISFÖRBUNDET



## Psoriasisyhdistysten järjestöpäivät 28.-29.5.2022

Solo Sokos Hotel Seurahuone Lahti  
Aleksanterinkatu 14, Lahti

### Lauantai 28.5.

**Teema: Psoriasisista sairastavien terveyden ja hyvinvoinnin edistäminen vertaistuen keinoin**

Päivän puheenjohtaja Sonja Bäckman

- 10.30 Ilmoittautuminen alkaa hotellin vastaanottoaulassa
- 11.30 Lounas, ravintola Trattoria
- 12.30 **Tervetuloa järjestöpäiville ja liiton kuulumiset**, toiminnanjohtaja Sonja Bäckman, Päijät-sali
- Päivän ohjelma ja esittäytymiset**, vastaava järjestösuunnittelija Kirsti Karttunen
- 13.30 Tauko
- 13.45 **Armollisuus elintapamuutoksessa**, kansanterveystieteen professori, PsT Pilvikki Absetz, Tampereen yliopisto
- 14.45 Tauko
- 15.00 **Vertaistervarin kokempuheenvuoro**, Merja Puolanne-Törmälä, Vertaistervarit-ohjaaja
- 15.15 **Vertaisen tuki elintapamuutoksessa**, projektipäällikkö Anne Savuoja ja projektikoordinaattori Mirka Jutila, Vertaistervarit-hanke
- 15.45 Kahvitauko
- 16.15 **Vertaistervarit – hyvinvointia ja terveyttä edistävää vertaisryhmätoimintaa**

Saapuessasi järjestöpäiville saat ohjeet Vertaistervarit-teemapajaan osallistumisesta. Teemapajassa saat kokemuksen vertaiskeskustelusta ryhmässä. Vertaiskeskustelujen aiheita ovat liikunta, ruoka, uni ja kulttuuri. Ohjelmaan sisältyy terveysliikuntaa. Tuokiota varten voit halutessasi varata joustavaa vaatetusta.

19.00 **Iltaohjelma, Häme-sali, 2. krs**

Palkitsemiset  
Illallinen

## **Sunnuntai 29.5.22**

### **Teema: Elinvoimainen Psoriasisliitto**

Aamupala hotellissa majoittuville

Päivän puheenjohtaja Kirsti Karttunen

8.30 **Infopisteet aulassa**

9.00 **Hyvää huomenta**, Kirsti Karttunen, Päijät-sali

9.10 **Kehon herättely**, Mirka Jutila

9.30 **Tietoa, tukea ja yhdessä tekemistä – havaintoja ja huomioita Psoriasisliiton tulevaisuustyöstä**, Antti Peltö-Huikko, Tutkimus ja Kehitys Ajatustalo Oy

10.15 Tauko

10.30 **Miten teemme Psoriasisliitosta elinvoimaisen?**

#### **Paneelikeskustelu**

Paneelin puheenjohtajana toimii viestintäpäällikkö Hanna Karhunen. Paneelissa keskustelevat liiton puheenjohtaja Antero Laukkanen, liittohallituksen jäsen Seija Finnberg, konsultti Antti Peltö-Huikko, toiminnanjohtaja Sonja Bäckman ja järjestösuunnittelija Teuvo Leppänen.

12.15 **Tsemppipuheenvuoro**, Antero Laukkanen, Psoriasisliiton puheenjohtaja

12.35 **Kiitos järjestöpäivistä ja hyvää kotimatkaa!** Kirsti Karttunen

13.00 Lounas, ravintola Trattoria



Osaavaa kansalaistoimintaa

**Opintokeskus SIVIS**