



SEINÄJOEN
KESKUS-APTEEKKI

Ideapark, Suupohjantie 57, 60320 Seinäjoki, p. 06-4201 900
Palvelemme ma-pe 8-20, la 9-18, su 10-18



Omena
Terveys



Punainen Risti
Länsi-Suomen piiri



Safedo

Iskua Etelä-Pohjanmaalle- hanke järjestää yhdessä yhteistyökumppaneiden kanssa:

Pidä sydäimestäsi huolta!

**Maailman Sydänpäivänä 29.9.2020 klo 14-19
Ideapark Seinäjoki Keskusaukio**

Tilaisuus toteutetaan erityistä varovaisuutta noudattaen. Kaikki näyttelyasettajat käyttävät kasvomaseja ja noudattavat huolellista käsihygieniää. Kaikilla osallistujilla on käytössään käsidesiä ja ilmaiset kasvomaskit.

Turvavälejä noudatetaan ja niistä muistutetaan osallistujia säännöllisesti.

Tilaisuuden juontaa Kaj Kunnas



Ohjelma

- 14.00 **Tervetuloa! Olemme sydämen asialla**
Kaj Kunnas, juontaja
- 14.15 **Sydänviikko ja Maailman sydänpäivä**
Paula Risikko, Sydänliitto puheenjohtaja
- 14.45 **Sydänpysähdyksestä voi selvitä!**
Potilaskokemus sydänpysähdyksestä ja siitä selviämisestä.
Ajatuksia potilaan näkökulmasta.
Tapani Barinoff, anesthesiologian erikoislääkäri
- 15.15 **Mielenhyvinvointi osana sydänterveyttä**
Minna Roiha, psykologi Omena terveys



**SEINÄJOEN
KESKUS-APTEEKKI**

Ideapark, Suupohjantie 57, 60320 Seinäjoki, p. 06-4201 900
Palvelemme ma-pe 8-20, la 9-18, su 10-18



Omena
Terveys



Punainen Risti
Länsi-Suomen piiri



Safedo

15.30 Näytteilleasettajien haastatteluja

- Omena terveys, Marja Rajamäki
- Keskus-Apteekki, Mika Wallin
- Lakeuden elämysliikunta, Hannu Salo
- Iskua Etelä-Pohjanmaalle, Minna Laihorinne ja Jesse Keskinen
- Sydänpiiri, Heidi Karjanlahti
- Punainen Risti, Virve Karling
- Safedo, Marko Parviainen

16.00 Sydäntä voidaan hoitaa myös lääkkein
Proviisori Mika Wallin, Keskus-apteekki

16.15. Punaisen Ristin Reddiekoira menossa mukana
– halata ei saa, mutta jalalla voi tervehtiä!

17.00 Sydänterveys, miten huolehdin sydämeni kunnosta?
Minna Pihlajamäki, lääkäri, Omena Terveys

17.15 Sydänviikko ja Maailman sydänpäivä
Paula Risikko, Sydänliitto puheenjohtaja

17.45 Mielenhyvinvointi osana sydänterveyttä
Minna Roiha, psykologi Omena terveys

18.15 Sydänpysähdyksestä voi selvitä!
Potilaskokemus sydänpysähdyksestä ja siitä selviämisestä.
Ajatuksia potilaan näkökulmasta.
Tapani Barinoff, anesthesiologian erikoislääkäri

18.45 Sydäntä voidaan hoitaa myös lääkkein
Proviisori Mika Wallin, Keskus-apteekki

19.00 Tilaisuuden päätössanat ja kiitokset!
Kaj Kunnas



**SEINÄJOEN
KESKUS-APTEEKKI**

Ideapark, Suupohjantie 57, 60320 Seinäjoki, p. 06-4201 900
Palvelemme ma-pe 8-20, la 9-18, su 10-18



**Omena
Terveys**



Punainen Risti
Länsi-Suomen piiri

**ETELÄ-POHJANMAAN
SYDÄNPIIRI RY**

Safedo

Lasten sydäntapahtuma – tule tekemään tilataidetta aiheesta sydän

Kaikki lapset pääsevät piirtämään ja saavat itsellensä pienen lahjan

16.15. Punaisen Ristin Reddiekoira menossa mukana – halata ei saa, mutta jalalla voi tervehtiä!



Kuva: Laura Kotila

Bongaa Ideaparkin sydäniskurit

Luvassa huimia palkintoja! Hae kilpailukuponki näyttelyalueelta.

Tule tutustumaan näytteilleasettajiin:

Lakeuden Elämysliikunta

- hyvää oloa retkeilystä
- missä ja miten voit liikkua

Sydänpiiri ja Sydänyhdistys

- tietoa sydänterveydestä
- vertaistukea

Punainen Risti

- valmiusjärjestö, valmiina auttamaan
- harrasta hyvää – tutustu toimintaan

Safedo

- sydäniskuriesittely
- hanki itsellesi sydäniskuri

Omena terveys

- lääkäriasema lähellä sinua
- ilmainen verenpaineenmittaus
- sydänpäivän testipaketin tarjoushintaan 50€ (sisältäen kolesterolin ja pitkän sokerin)

Keskus-Apteekki

- apteekki lähellä sinua
- lääkeneuvontaa

Iskua Etelä-Pohjanmaalle hanke

- Tule kokeilemaan elvyttämistä ja sydäniskurin käyttöä

Lisätieto: Minna Laihorinne, Hankekoordinaattori
050 540 5577 | minna.laihorinne@sydan.fi

Iskua Etelä-Pohjanmaalle – elvytystaitoja ja sydäniskureita kyliin