

ALLERGIA
IHO
&
ASTMA

Jäsenyys on arvokas kannanotto astmaa, allergioita ja ihotautia sairastavien puolesta.

TULE MUKAAN!
Liity jäseneksi!
www.allergia.fi/liity

55

ALLERGIA IHO & ASTMA
-päivä Tampere-talolla 15.11.2024

Tampere-talo
pe 15.11.
klo 14–19

Tietoa, tukea
ja neuvontaa
astmaa,
allergioita ja
ihotautia
sairastaville

Allergia-, iho- ja astmaliitto juhlii 55-vuotista taivaltaan järjestämällä kaikille avoimen Allergia, Iho & Astma -päivän Tampere-talolla perjantaina 15.11. klo 14–19.

Maksuttomassa tapahtumassa on tarjolla monipuolinen ohjelma: lääkäriluentoja, tietoisukuja, toimintapisteitä sekä monia näytteilleasettajia ja alan asiantuntijoilta, joilta saat tietoa ja vinkkejä helpompaan arkeen astman, allergioiden ja ihosairauden kanssa.

Tapahtumaan on vapaa pääsy. Lämpimästi tervetuloa!



ALLERGIA.FI/AIAPAIVA

ALLERGIA, IHO & ASTMA -LAVA

- 14.00–14.35 **Sosiaaliturva tukena, kun sairaus kuormittaa,**
erityisasiantuntija Risto Heikkinen, Allergia-, iho- ja astmaliitto
- 14.45–14.55 Vuoden Allergiatunnustuksen julkistus
- 15.00–15.35 **Lääkäriluento: Tasapainoista elämää lasten ruoka-allergioiden kanssa,** *lastenallergologian erikoislääkäri, Péter Csonka*
- 15.45–15.55 Tietoisku: Ratkaisuja herkän hiuksen ja hiuspohjan hyvinvointiin, Cutrin
- 16.00–16.35 **Lääkäriluento: Astma parempaan hallintaan omahoidolla,**
keuhkosairauksien erikoislääkäri Heidi Rantala
- 16.45–16.55 Tietoisku: Lisää vaihtoehtoja vastuulliseen puhtauteen, Kimmoisa
- 17.00–17.15 **Tietoa ja tukea arkeen allergian, astman ja ihosairauksien kanssa,** *Anu Sauliala, Allergia-, iho- ja astmaliitto*
- 17.20–17.55 **Lääkäriluento: Atooppisen ihottuman nykyaikainen hoito ja hoitoon hakeutuminen,** *ihotautien ja allergologian erikoislääkäri Laura Korhonen*
- 18.05–18.20 **Kokemuksia atooppisen ihottuman kanssa elämisestä,**
sosiaalisen median vaikuttaja, kirjailija Maria Kangaskortet

* Alustava ohjelma. Muutokset mahdollisia.

Allergia-, iho- ja astmaneuvoontaa • Tietoa yhdistys- ja vertais-toiminnasta • Liikuntavinkkejä ja astmaatikon hengitysharjoituksia • Apua ruoka-allergian kanssa elämiseen • Tarkistuta lääkkeen-ottotekniikkasi • Opi astman omahoidosta • Vinkkejä herkälle iholle sopivien kosmetiikkatuotteiden valintaan • Tietoa luontokosketuksen merkityksestä ihmisen hyvinvoinnille • Puuhapiste lapsille

Tapahtumassa mukana: Allergia-, iho- ja astmaliiton jäsenyhdistykset, Astman omahoidon ABC, Cutrin Oy, Electrolux, ENJO, Erimenu.fi, Keliakialiitto, Kimmoisa Oy, Kosmetiikan Allergiaportaali, Luontoterveyden osaamiskeskus, MiniRisk, MYClips, NOBE Nordic Beauty, Suomen Jonas Oy

TIETOISKULAVA

- 14.00 **Hyödynnä liiton tuki allergisille, astmaatikoille ja ihosairaille!**
järjestöasiantuntija, Allergia-, iho- ja astmaliitto
- 14.10 **Astmalapsen liikuntatuokio,** fysioterapeutti,
kurssiasiantuntija Markus Kuusela, Allergia-, iho- ja astmaliitto
- 14.30 **Keliakia voi oireilla myös iholla**
sosiaaliturvan ja terveydenhuollon asiantuntijamme Minna Halve Keliakialiitto
- 14.50 **Lisää luontokosketusta arkeen,**
luonto- ja ympäristöterveyden asiantuntija Tiina Vitikainen
- 15.10 **Kuinka löytää sopivat tuotteet kosmetiikka-allergiselle,** *kosmetiikka-asiantuntija Merike Laine, Helsingin Allergia- ja Astmayhdistys*
- 15.30 **Astman omahoito,** *Astman omahoidon ABC-hanke*
- 15.50 **Helpotusta ruoka-allergisen arkeen,** *Jonna Nurminen, Kehittämispäällikkö, Erimenu*
- 16.10 **Toivetietoisku ihosairaalle,** *allergia-, iho- ja astmaneuvoja Katariina Ijäs, Allergia-, iho- ja astmaliitto*
- 16.30 **Tule mukaan kurseille!**
Kurssiasiantuntija, Allergia-, iho- ja astmaliitto
- 16.50 **Jokainen voi olla hengenpelastaja - adrenaliini-injektoren käyttö,**
allergia-, iho- ja astmaneuvoja Katariina Ijäs
- 17.10 **Luontokosketuksen hyödyt allergiselle, astmaatikolle ja ihosairaalle,** *luonto- ja ympäristöterveyden tutkija Juha Jantunen*
- 17.30 **Niksejä ruoka-allergisen keittiöön,** *ruoka-allergianeuvoja Ilona Mähönen, Pirkanmaan Allergia- ja Astmayhdistys*
- 17.50 **Astmaatikon hengitysharjoituksia,** fysioterapeutti,
kurssiasiantuntija Markus Kuusela, Allergia-, iho- ja astmaliitto
- 18.10 **Asiakkaan ja potilaan oikeudet ja muutoksenhaku,**
erityisasiantuntija Risto Heikkinen, Allergia-, iho- ja astmaliitto

Allergia, Iho & Astma -päivä on
Allergia-, iho- ja astmaliiton
55-vuotistapahtuma.

