

Terveys ja työturvallisuuspäivä 21.10.2009 klo 10 – 14 TYKS U-sairaala ruokasalin aula

Päivän teemoja:

Millainen on Sinun Unelmatyöpaikka

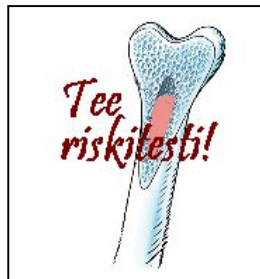


Alkoholin kohtuullinen käyttö



- SIETOKYKY
- SUKUPUOLI
- PAINO
- IKÄ
- HORMONAALIS
ET TEKIJÄT
- UNEN PUUTE
- RUOKA

Hyvää työterveyshuoltoa



VARSINAISEN TERVEISTI
Terveystieteiden ja -kasvatustieteiden tutkimuskeskus
Terveystieteiden tutkimuskeskus
Terveystieteiden tutkimuskeskus

Missä Puhjola
Terveystieteiden tutkimuskeskus
Terveystieteiden tutkimuskeskus

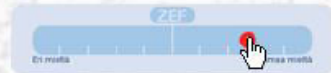
EUROOPAN RISKIENARVIOINTIKAMPANJA

TERVEELLINEN TYÖ
YHTEINEN ETU!

<http://hw.osha.europa.eu>

Riskien arviointi

TESTAA MILLAINEN RISKINOTTOJA OLET?



Kehon koostumuksen mittaus

Lihos - Rasvadiagnoosi

	Alla	Normaali	Yli	Yksikkö: %	Normaalialue
Paino (kg)					
Lihasmassa (kg)					
Rasvamassa (kg)					

TUPAKOINNIN LOPETTAMINEN KANNATTAA AINA



Työpaikkaruokailu kannattaa!



Anna palautetta, kerro toiveesi

Henkilökuntaneuvosto toimii

TYKSILÄISET NAISTEN KUNTOVITOSELLE OSALLISTUJAT



Henkilöstö ja johtaminen ovat strategian tärkeimmät peruspilarit



Turvallista syksyä TYKS työsuojelu
VSSHP Henkilöstötoimisto
VSSHP terveyden edistämisen työryhmä