

Seuraathan Keusoten KotiTV -ohjelmia Vanhustenviikolla

Keusote on ollut mukana tuottamassa KotiTV:hen ohjelmaa Vanhustenviikolle, jota vietetään **3.–10.10.2021**. Tavoitteena on jakaa ikääntyneille tietoa oman hyvinvoinnin ja terveyden edistämisestä sekä tavoittaa KotiTV:n kautta mahdollisimman monet ikääntyneet alueellamme.

Keusoten Vanhustenviikolle tuottama ohjelmasisältö suunniteltiin yhteistyössä alueella asuvien ikääntyneiden kanssa. Ohjelmasarjassa **Merja Suominen** Gery ry:stä pureutuu aiheeseen ikääntyneen ravitsemus. **Mervi Niemi** Apteekkariliitosta puolestaan kertoo lääkkeistä ja ikääntymisestä sekä lääkkeiden vaikutuksesta liikenteessä suoriutumiseen. Intoa elämään -hankkeessa mukana oleva **Eija Linna-alho** puhuu sosiaalisten suhteiden merkityksestä sekä fysioterapeutti **Anna Selkama** kohentaa toimintakykyämme puolituntisella liikuntaosion.

Keusoten Vanhustenviikolle tuottamaa ohjelmasarjaa esitetään KotiTV:ssä

4.–8.10. ja 11.–15.10. sekä 1.–5.11. ja 8.–12.11. klo 12–12.30.

- Maanantaina: Sosiaaliset suhteet (Eija Linna-alho, Intoa elämään -hanke)
- Tiistaina: Toimintakyky ja liikkuminen (fysioterapeutti Anna Selkama ja studiovieraana ikäihminen)
- Keskiviikkona: Ravitsemus ja hyvinvointi (Merja Suominen, Gery ry)
- Torstaina: Toimintakyky ja liikkuminen (fysioterapeutti Anna Selkama ja studiovieraana ikäihminen)
- Perjantaina: Lääkkeet, alkoholi sekä liikenne (Mervi Niemi, Apteekkariliitto)

KotiTV on katsojille maksuton TV-kanava, joka tarjoaa ikäihmisille liikunnallista etäkuntoutusta, virikkeellistä muistikuntoutusta sekä kulttuurista ja opetuksellista sisältöä joka arkipäivä klo 11–13.

KotiTV:n kanavapaikat:

- Antenni-TV:ssä **kanava 33**
- DNA:n, Telian ja Elisan kaapeli-TV:ssä **kanava 66**
- Ålcomin partner-operaattoreiden **kanava 99**
- Lähetys näkyy suorana myös verkko-osoitteessa: **www.kotitv.fi**

Lisätietoja KotiTV:stä löydät Keusoten verkkosivuilta: **www.keski-uudenmaansote.fi/KotiTV**

Lisätietoja: *Marjut Suo, erityisasiantuntija, Keski-Uudenmaan sote -kuntayhtymä (Keusote), p. 050 497 2557, marjut.suo@keusote.fi*