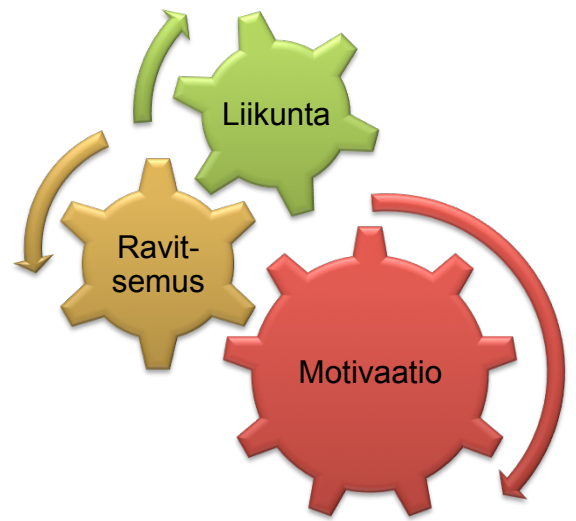


PainoPaku -innovaatioprojekti

Painonhallinnan teemat ihmisten keskele

Noin puolet suomalaisväestöstä on ylipainoisia tai lihavia.

Harkitsetko sinä elintapojesi muuttamista?



Projektin tavoite ja toteutus

Projektimme tarkoitus oli suunnitella helsinkiläiselle työikäiselle väestölle matalan kynnyksen kontakti arjen ympäristössä. PainoPaku parkkeeraa ja pystyttää teltan ostoskeskusten ja kirjastojen läheisyyteen.

Teltassa tarjotaan yksilöllistä ohjausta liikunnasta, ravitsemuksesta ja motivaatiosta suullisesti ja kirjallisesti. Kävijän halutessa mitataan paino, painoindeksi, vyötärönympäryys ja verenpaine.

