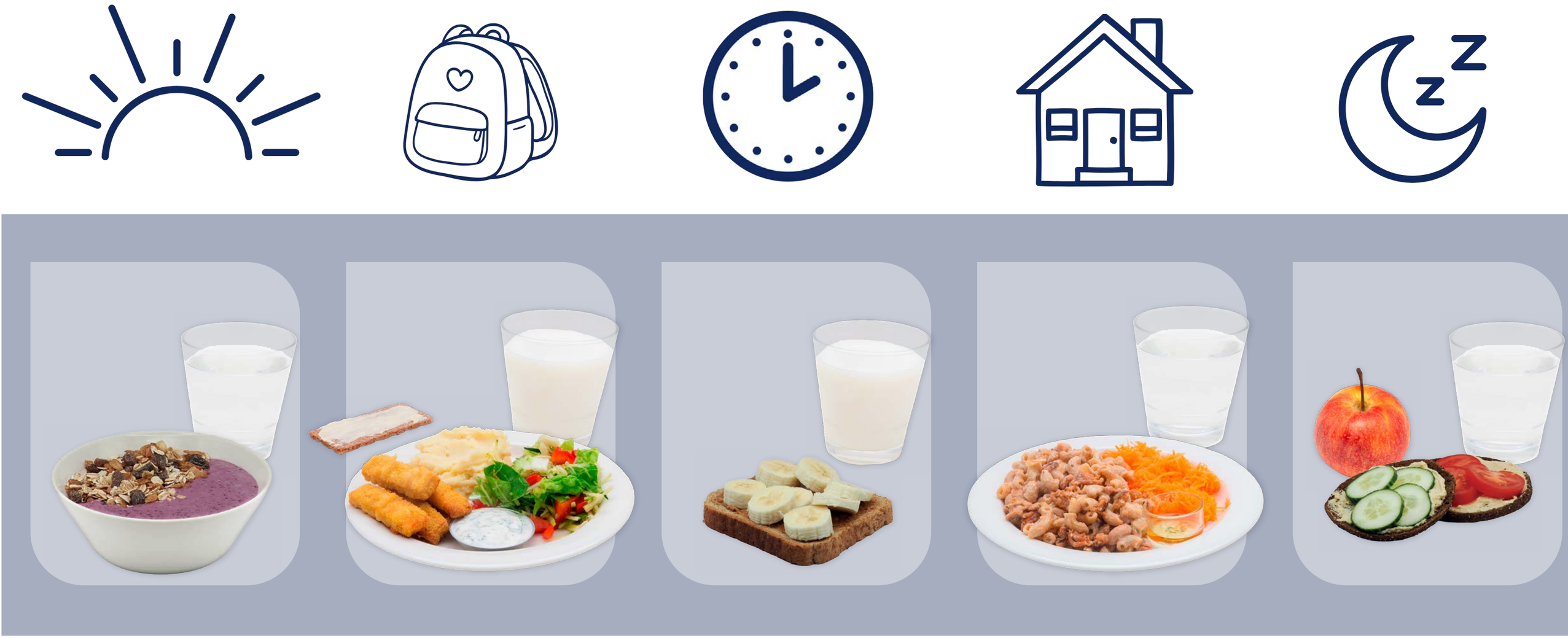
Ruokapäivä 2



Pirkanmaan hyvinvointialue

Terveydeksi -ohjelma

Lisää vain liike. suomiliikkeelle.fi

Euroopan unionin rahoittama NextGenerationEU

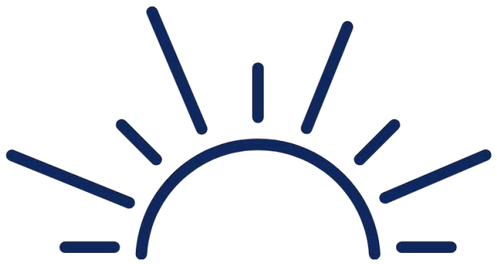
Vireystilakäyrä 3

Nopea nousu tai
nuutuneisuus
suuren
ruokamäärän
jälkeen

Tavoitetaso
(hyvä vireystila)

Liian matala
(energiaa puuttuu)

Ruokapäivä 4





















Pirkanmaan hyvinvointialue

Terveydeksi -ohjelma

Lisää vain liike. suomiliikkeelle.fi

Euroopan unionin rahoittama NextGenerationEU

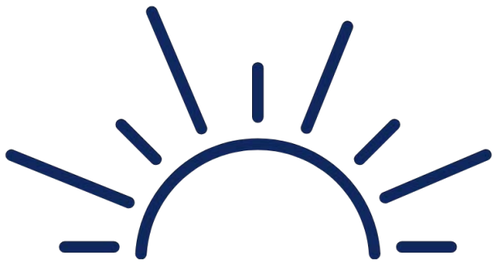
Vireystilakäyrä 1

Nopea nousu tai
nuutuneisuus
suuren
ruokamäärän
jälkeen

Tavoitetaso
(hyvä vireystila)

Liian matala
(energiaa puuttuu)

Ruokapäivä 1





















Pirkanmaan hyvinvointialue

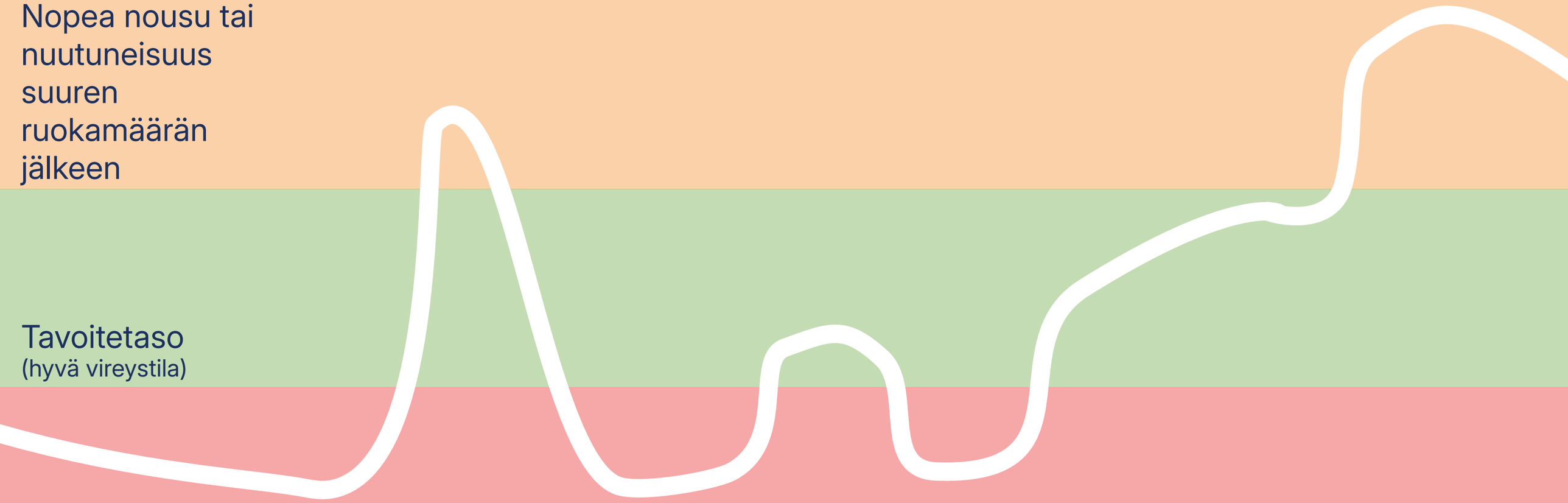
Terveydeksi -ohjelma

Lisää vain liike. suomiliikkeelle.fi

Euroopan unionin rahoittama NextGenerationEU

Vireystilakäyrä 2

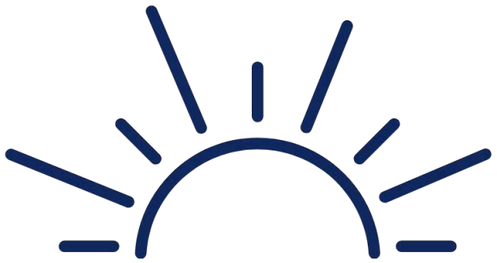
Nopea nousu tai nuutuneisuus suuren ruokamäärän jälkeen



Tavoitetaso
(hyvä vireystila)

Liian matala
(energiaa puuttuu)

Ruokapäivä 3



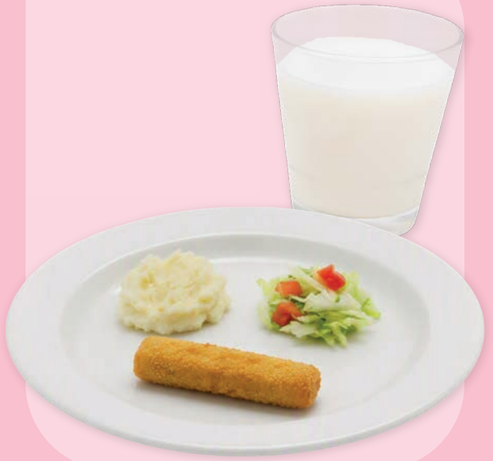


















Pirkanmaan hyvinvointialue

Terveydeksi -ohjelma

Lisää vain liike. suomiliikkeelle.fi

Euroopan unionin rahoittama NextGenerationEU

Vireystilakäyrä 4

Nopea nousu tai
nuutuneisuus
suuren
ruokamäärän
jälkeen

Tavoitetaso
(hyvä vireystila)

Liian matala
(energiaa puuttuu)