

Lasinen lapsuus oli paras terveyskasvatusaineisto

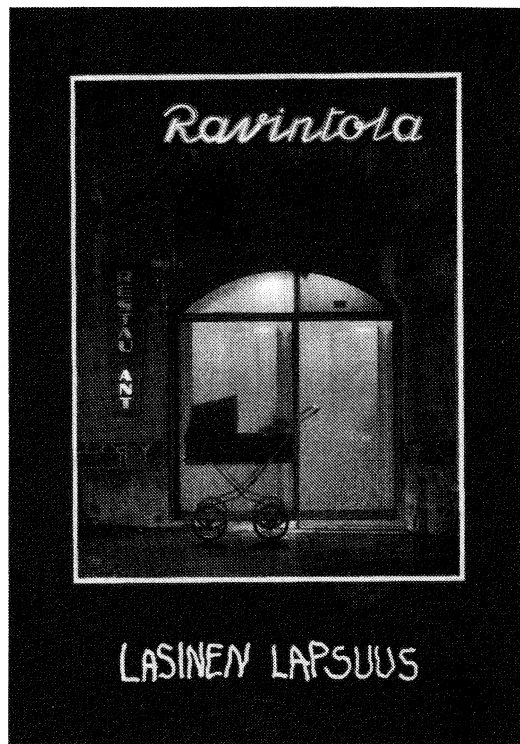
Julistesarja, jonka teemana on vanhempien alkoholikäytöstä kärsivät lapset ja lapsuus alkoholin varjossa, on valittu vuoden 1992 parhaaksi terveyskasvatusaineistoksi painotuotesarjassa. Julistesarjan ovat tuottaneet A-klinikkasäätiö ja Helsingin kaupungin sosiaaliviraston raittiustoimisto. Sarjan tekijät ovat graafikko Maria Munsterhjelm, valkokuvaaja Lasse Wuori, tiedottaja Teuvo Peltoniemi ja tiedotussihteeri Markku Soikkeli.

Palkitsemisen takana on Terveyskasvatuksen keskus.

Kunniamaininnan saivat painotuotesarjassa lisäksi Marttaliitto ry:n tuottama julistesarja **Katso mitä metsä antaa**, **Kanna kasvikset pöytään** ja **Oman maan marjat** sekä Wellcome Pharma OY:n tuottama lehtinen Sukuelinherpes. Sarjassa kilpaili 86 terveyskasvatusaineistoa.

Audiovisuaalisen sarjan parhaana palkittiin **Eka-kerta**-video, joka käsittelee murrosikäisten nuorten kypsymistä, ystävyyttä, suhtautumista vastakkaiseen sukupuoleen, seurustelua ja ensimmäisiä seksuaalisuhteita. Videon tuottaja on Nota Bene Productions Oy ja tekijä tuottaja-ohjaaja Varpu Kuusela.

Kunniamaininnan audiovisuaalisessa sarjassa saivat lisäksi videot **Gerotiikka** — vahva, villi ja vapaa **vanhuus** sekä nuorten päihteiden käyttöä ja sammumista käsittelevä **Välittämisen alkeet**. Edellisen videon tuottaja on Lempäälän Ehtookoto ja Nik-video Oy ja jälkimmäisen Kansan Raittiusliitto. Sarjassa kilpaili 31 terveyskasvatusaineistoa.



Aivot eivät kulu käytössä

Ihmisen aivoista häviää joka päivä kymmeniä tuhansia aivosoluja. Niiden tilalle aivot ottavat kuitenkin käyttöönsä uudet solut. Näin syntyy uusia yhteyksiä ja hermoverkkoja, uusia ajatuksen polkuja. Aivot muovautuvat uudelleen ja mahdollistavat uuden oppimisen.

Näin opettaa aivoista ja oppimisesta **Terveet aivot -projekti**, jonka ovat käynnistäneet Neurologisäätiö, Suomen neurologinen yhdistys, sosiaali- ja terveyshallitus sekä Työsuojelurahasto.

Meillä on siis aivoissamme miljardien aivosolujen muodostamia verkostoja, virtapiirejä, joissa kulkee tietoa ja viestejä erilaisten välittäjäaineiden mukana. Näitä välittäjäaineita tunnetaan jo useita kymmeniä, sekä hormoneja että eräitä kemiallisia aineita.

Oppiminen aiheuttaa muutoksia verkostoissa molekyyli-, kalvo- tai solutasolla. Jokin havainto saa tietyt virtapiirit toimimaan ja nämä aktivoivat vuorostaan toisia. Tapahtuu solujen ärtymistä. Kun tämä toistuu tai on tarpeeksi voimakas, soluissa tapahtuu muutoksia: jotkut piirteet voimistuvat, toiset heikkenevät. Aivoihin syntyy uusi rata, enemmän tai vähemmän uusi jälki. Jos se on riittävän

