

OHJELMALAVA

Lauantai 11.10.2025

- 10.30 Ylivireä vai alivireä – kummassa tilassa sinun hermostosi jumittaa?**
Palauttamon perustaja Jenna Lampinen / Palauttamo / Palauttamo Floats
- 11.00 Luonnon oma eliksiiri - Extra-neitsyt oliiviöljy.** Mikä siinä on niin hyvää ja miksi?
Katja Lahti / WM Deli
- 11.30 Muotinäytös - syysmuotia.**
Mallitoimisto Matiné & kädentaitajat
- 12.00 Elinvoimaa ja iloa – musiikki arjen voimavarana.**
Intendentti Maija Kuusisto / Oulu Sinfonia
- 12.30 Hyvinvointia oikomishoidolla.**
Hammaslääkäri Esa-Pekka Juopperi / Hammasvahti
- 13.00 Kalevalainen jäsenkorjaushoito kuntoutuksessa.** Arkivaikuttavuutta hoitoihin.
Kalevalaisen jäsenkorjauksen Mestari/kouluttaja Kalle Erkoma / Kansanlääkintäseura ry
- 13.30 Muotinäytös - syysmuotia.**
Mallitoimisto Matiné & kädentaitajat
- 14.00 Hampun monipuoliset käyttömahdollisuudet.**
Ölji- ja kuituhampun viljely on Suomessa yleistymässä – mitä kaikkea kasvin osista voi valmistaa? Mikko Ilmoniemi / Jyvä-Hamppu
- 14.30 Hyvinvoikko nää?** Asiaa liikunta- ja ravitsemussuosituksista ja mitä ne tarkoittavat hyvinvoinnin edistämisessä. Gym Experience Manager Jenna Haiko / Fitness24Seven Oy
- 15.00 Sano KYLLÄ Elinluovutukselle.**
Tuula Makkonen / Munuais- ja maksaliitto / Sano KYLLÄ elinluovutukselle -toiminta
- 15.30 Ihon pre- ja rejuvenaatio - nuorennusta modernein menetelmin.**
Ihotautien erikoislääkäri Toni Aho / Oulun Ihoterveys

Juontajana Arctic Cherry.

Esitysten kesto 10-15 min. Ohjelmamuutokset mahdollisia.



Oulun
Hyvinvointimessut



Oulun
Kädentaitomessut

OHJELMALAVA

Sunnuntai 12.10.2025

- 11.00 Ihopositiivisuus - Ihosi ansaitsee hoitoa ja hemmottelua, ei kritiikkiä.**
Toimitusjohtaja Jenni Romppainen / Ihan Pihkassa
- 11.30 Muotinäytös - syysmuotia.**
Mallitoimisto Matiné & kädentaitajat
- 12.00 Miksi liikkuisin? Kipinästä roihuun!** Psyykkinen, fyysinen ja sosiaalinen hyvinvointi.
Psyykkinen valmentaja, yrittäjä Marika Ylilahti / Lady Line Oulu
- 12.30 Kuusenkerkkä - Metsän vihreä kulta.**
Rahula Ranch- yhtiön perustaja ja tuotteiden keksijä ja kehittäjä Tore Pedersen
/ Rahula Ranch Oy
- 13.00 Kosketushoidoilla hyvinvointia.** Hyvinvointia ja terveyttä voi tukea erilaisilla kehotuntemusta vahvistavilla kehohoidoilla. Refleksologi, kouluttaja Marja Jokela
/ MedikaNova
- 13.30 Muotinäytös - syysmuotia.**
Mallitoimisto Matiné & kädentaitajat
- Heti tämän jälkeen kruunataan Miss Pohjois-Suomi Beauty 2025!**
Mallitoimisto Matiné
- 14.00 Vireyttä ja kehon huoltoa mestarin tapaan.**
Hermoratahieronnan Oulun alueen kouluttaja Kaisa Hannula / Lapin Hermoratahierojaopisto
- 14.30 3 askelta kohti rauhaa oman kehon kanssa.**
Kehozeni-valmentaja Kate Suopajarvi / Arctic Cherry Events - Kehozeni-akatemia
- 15.00 Missä kunnossa Suomi on nyt?**
Työfysioterapeutti Janne Säkkinen / Terveystalo

Juontajana Arctic Cherry.

Esitysten kesto 10-15 min. Ohjelmamuutokset mahdollisia.



Oulun
Hyvinvointimessut



Oulun
Kädentaitomessut