



EESTI TOITUMIS- JA LIIKUMISSOOVITUSTE  
TÖÖGRUPI PROTOKOLL

Tallinn,

11.12.2024 nr 10

Algus kell 13.00, lõpp kell 14.50

Juhatas: Tagli Pitsi

Protokollis: Marit Priinits

Võtsid osa: Tagli Pitsi, Eha Nurk, Janne Lauk, Leila Oja, Tuuli Taimur, Katrin Lõhmus, Maia Radin, Reet Raukas, Piret Raudsepp, Sirje Vaask, Silja Kana, Saima Kuu, Laine Parts, Ingrid Põldsaar, Ivi Vaher, Mai Maser, Siiri Oad, Inga Villa, Marta Velgan, Marit Priinits

Puudusid: Mihkel Zilmer, Olga Gurjanova, Evelin Mäestu, Norman Pöder, Tiiu Rand, Kristel Ehala-Aleksejev, Anna-Liisa Tamm, Ülle Einberg, Anneli Sammel, Kertu Tort, Pille Javed

Puudujatest andsid enne kohtumise algust sisendi: Kristel Ehala-Aleksejev.

**Päevakorras:**

1. Sissejuhatus
2. Töö suure soovitude raamatuga
3. Tabelraamat
4. Edasised tegevused

**1. Sissejuhatus**

ETLS töörühmas on Eesti Perearstide Seltsil alates oktoobrist uus esindaja – Marta Velgan.

**2. Töö suure soovitude raamatuga**

Suure raamatu peatükkide seis:

Metoodika peatükk: eelduste kohaselt valmis selle aasta sees.

Toitumissoovitused: pooleli; toitainete peatükkide kirjutamine edeneb.

Toidusoovitused: teeb TAI.

Kofeiin: tegemisel.

Toiduohutus: valmib lähinädalatel.

Rinnaga toitmine, lisatoit: vaja lastearstide abi kokku kirjutamisel, lähtudes Põhjamaade raportist ja tausta peatükkidest.

Taustapeatükkides olnud *dietary* ja *meal patterns*: viimane läheb söömiskäitumise alla (seal ka uni ja biorütmid); *dietary* kohta teeme eraldi.

Liikumissoovitused: põhimõtteliselt valmis.

Kogu suure raamatu sisu võiks olla valmis 1.05.2025.

**3. Tabelraamat**

Pealkirjaks sai „Eesti riiklikud toitumise, liikumise ja uneaja soovitused“.

Lisaks kohendati termineid ja sissejuhatavat teksti. TAI teeb veel keelelisi parandusi ja keelenduse, seejärel töörühma liikmed veelkord parandustega versiooni lugeda.

Tabelraamatu avalikustamine on praegu kavandatud jaanuariks 2025. a – tuleb pressiteade.

#### **4. Edasised tegevused**

Järgmise üldkoosoleku aeg sõltub vahepealsetest edusammudest; infot jagatakse jooksvalt.

(allkirjastatud digitaalselt)  
Tagli Pitsi  
juhataja

(allkirjastatud digitaalselt)  
Marit Priinits  
protokollija