

# VESOTE

Vaikuttavaa elintapaohjausta sosiaali- ja terveydenhuoltoon  
poikkialueellisesti Pohjois-Pohjanmaalla

---



## Porukalla paremmin!

### Tervetuloa VESOTE-kärkihankkeen päätösseminaariin!

VESOTE-kärkihankkeen päätösseminaari järjestetään marraskuun lopussa yhteistyössä paikallisten toimijoiden kanssa. Päivän teemana on elintapaohjauksen vaikuttavuus ja elintapaohjauksen hyvät käytännöt, joita on käyttöön otettu ja kehitetty hankkeen aikana.

Päivä antaa mahdollisuuden verkostoitua hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen ammattilaisten, päättäjien ja järjestötoimijoiden kanssa.

Poimi parhaat palat elintapaohjauksen hyvistä käytännöistä ja tule verkostoitumaan!

Tilaisuus on maksuton, lounas on omakustanteinen.

**Aika:** 30.11.2018 klo 8.30 - 15.00

**Paikka:** Hotelli Lasaretti, Aurora-sali, Kasarmintie 13b, Oulu

**Varmista paikkasi ja ilmoittaudu 22.11.2018 mennessä:** [Ilmoittautuminen](#)

**Ohjelma ja lisätiedot:** [VESOTE-kärkihankkeen päätösseminaari 30.11.2018](#)

---

### Poimintoja ohjelmasta!

#### Mitkä ovat avaimet vaikuttavaan elintapaohjaukseen?

Tähän kysymykseen etsii vastausta yleislääketieteen professori **Sirkka Keinänen-Kiukaanniemi**. Sirkka on vastannut useista elintapoihin ja elintapaohjaukseen läheisesti liittyvistä tutkimus- ja kehittämishankkeista. Lääkäriyön lisäksi hän on kouluttanut lääkäreitä mm. potilaan ja lääkärin kohtaamisessa.

#### Onko liikunta- ja terveysneuvonta vaikuttavaa?

##### Case Pudasjärvi

**Ismo Miettinen**, liikunta- ja hyvinvointipalvelujen koordinaattori ja **Kirsi Hanhela**, palveluesimies esittelevät konkreettisen esimerkin saumattomasta palvelupolusta terveydenhuollon ja liikunta-palveluiden välillä. Yhteistyön avulla päästään kiinni haastavassa tilanteessa oleviin asiakkaisiin. Puheenvuorossa esitellään ensimmäisiä tuloksia palvelupolun vaikuttavuudesta niin kustannusten, kokemuseräisen kuin mitatun tiedon valossa.

#### Painonhallintaryhmien vaikuttavuuden arviointi ja tiedonkeruu

PPSHP:n terveyden edistämisen koordinaattori **Leea Järvi** on usean vuoden ajan tehnyt yhteistyötä terveyskeskusten johtavien hoitajien ja painonhallintaryhmien ohjaajien kanssa painonhallintaryhmien järjestämiseksi ja toiminnan vaikuttavuuden arvioimiseksi. Leea kertoo puheenvuorossaan vaikuttavuustutkimuksen uusista tuulista.

#### Terveysliikuntaa vai hyvinvointiaktiivisuutta?

Terveysliikunnan professori **Raija Korpelainen** tuo puheenvuorossaan esille terveysliikunnan laaja-alaisuuden ja millä keinoin on mahdollista vaikuttaa kuntalaisten arkiliikkumiseen ja motivoida ja kannustaa vähiten liikkuvia kuntalaisia. Raija vastaa useista monitieteisistä terveysliikunnan tutkimushankkeista ja hän on laajasti verkostoitunut sekä kansallisesti että kansainvälisesti.

#### Elintapaohjaus nyt ja tulevaisuudessa

VESOTE-kärkihankkeen valtakunnallinen projektipäällikkö **Sari Kivimäki** tuo valtakunnan tason terveiset elintapaohjauksen tulevaisuuden näkymistä.

Ilmapäivällä seminaariohjelmassa on esillä useita elintapaohjauksen hyviä käytäntöjä. Pohjois-Pohjanmaalle on koulutettu n. 150 elintapaohjaajaa, jotka ovat kehittäneet elintapaohjauskäytäntöjä omassa toimintaympäristöissään. Tule kuulemaan mitä alueellamme tapahtuu elintapaohjauksen rintamalla!

#### Tervetuloa!

---

28. TERVEYSLIIKUNTAPÄIVÄT

**Vielä ehtii!**

**Hyvinvoinnin uusi aikakausi**  
- Sinua tarvitaan

24.-25.10.2018 • Seinäjoki

ukkinstituutti.fi/terveysliikuntapaivat • #tipäivät

UKK-instituutti

**Terveysliikuntapäivät** lähestyvät... Mukana seminaarissa jo liki 200 osallistujaa. Varaa paikkasi viimeistään 12.10. ja tule kuulemaan elintapaohjauksen edistämisen uudet tuulet sekä lukuisia asiantuntijapuheenvuoroja. Seinäjoella tavataan!

[www.ukkinstituutti.fi/terveysliikuntapaivat](http://www.ukkinstituutti.fi/terveysliikuntapaivat)

HOX! VESOTE-toimijoille -20% osallistumismaksusta

[Lue lisää](#)



**VESOTE** - Vaikuttavaa elintapaohjausta sosiaali- ja terveydenhuoltoon poikkihallinnollisesti -hanke on yksi STM:n rahoittamista Edistetään terveyttä ja hyvinvointia sekä vähennetään eriarvoisuutta - kärkihankkeista (2017-18). 17 toimijan yhteishankkeen vaikutusalueella on yhteensä yli 4 miljoonaa asukasta ja se kattaa 184 kuntaa.

- Puolen Suomen sote-hanke
- Vahvistetaan vaikuttavaa elintapaohjausta
- Hyvät käytännöt hyötykäyttöön

#vesote #elintapaohjaus #hyvätkäytännöt #hyte

[Lue lisää](#)



**ppshp**

POHJOIS-POHJANMAAN  
SAIRAANHOITAPIIRI

## Yhteystiedot

Pohjois-Pohjanmaan sairaanhoitopiiri  
Perusterveydenhuollon yksikkö  
PL 10, 90029 OYS

Rekisteriseloste

Powered by Postiviidakko™