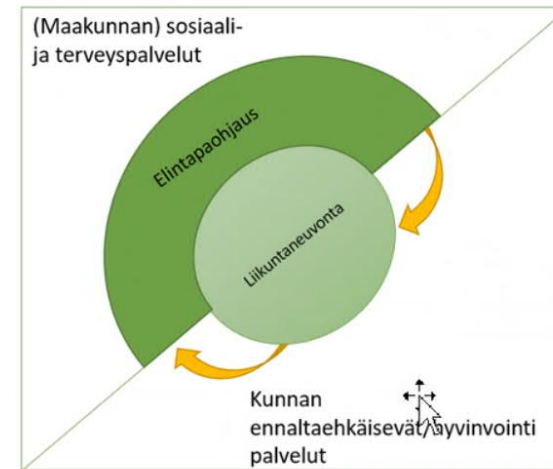


# Liikuntaneuvonnan kehittäminen 2020-2025



## Liikuntaneuvonta ja elintapaohjaus – synergiaetu



Kuva 6. Liikuntaneuvonta ja elintapaohjaus

Liikuntaneuvonta toimii kunnan ja (maakunnan) terveyspalvelujen yhteistyönä. Terveystieteiden hoitoketjut tulee ulottaa kunnan liikuntaneuvontaan asti. Liikuntaneuvonta voidaan järjestää kunnan toimista tai sovitusti osana elintapaohjausta sosiaali- ja terveyspalveluissa.

### **Mikä erottaa liikuntaneuvontaa ja elintapaohjausta?**

Liikuntaneuvonta on kunnan vastuulla oleva palvelu, jossa keskitytään liikkumisen lisäämiseen. Liikuntaneuvonnassa voidaan käsitellä myös muita terveellisiä elintapoja liikkumisen tukena.

Elintapaohjaus toteutetaan aina osana sosiaali- ja terveyspalveluja. Ohjaus voi keskittyä liikuntaan, ravitsemukseen, uneen, mielenterveyteen tai päihteiden käyttöön. Jos kunnassa on erillinen liikuntaneuvonta, ohjataan liikkumiseen apua tarvitseva asiakas sinne.

## KEINOT LIIKUNTANEUVONNAN EDISTÄMISEKSI

### Vaikuttamistyö

Haluamme, että liikuntaneuvontaa toteutuu tasalaatuisena jokaisessa kunnassa. Laadimme suositukset ja levitämme ne käytäntöön. Pidämme liikuntaneuvonnan esillä kaikilla toiminnan tasoilla, jotta päättäjät ja sidosryhmät tunnustavat palvelun merkityksen.

### Verkostoyhteistyö

Liikuntaneuvonnan edistäminen vaatii yhteistyötä. Ylläpidämme erilaisia foorumeita, joissa kuulemme kumppaneidemme ajatuksia ja näkemyksiä. Viemme kansallisia suuntaviivoja sekä tietoa alueellisiin verkostoihin. Teemme työtä, jotta mahdollisimman moni työikäisiä tavoittava ammattilainen ottaa liikunnan puheeksi.

### Tietotuotanto

Teemme selvityksiä, jotta voimme pohjata työmme luotettavaan tietoon. Vastaamme opetus- ja kulttuuriministeriön sekä aluehallintaviraston liikunnanohjaushankkeiden seurannasta, sisällöllisestä hankeohjauksesta ja levitämme hyviä käytäntöjä. Keräämämme tiedon pohjalta järjestämme koulutusta.

### Vaikuttava viestintä kohderyhmille

Tuotteistamme liikuntaneuvonnan ja muokkaamme ihmisten mielikuvia positiiviseksi liikuntaneuvontaa kohtaan.

# Kohderyhmät

## **Päätäjät**

Kunta ja sote, ministeriöt

Lobbaus → asia esillä!

## **Liikkumisen mahdollistajat**

Kehittäjät, neuvojat, palveluketjussa mukana olevat tai asiaa edistävät tahot

Tuotteistaminen: yhtenäinen palvelu

Kiinnostavuus: Halu tehdä ja oman ammattitaidon laajentaminen

Koulutus: Osaamisen ja työkalujen lisääminen

## **Suuri yleisö**

Kaikki työikäiset

Mielikuva: Ihmiset tietävät, mitä on liikuntaneuvonta, kokevat sen tärkeäksi palveluksi ja se on kiinnostava

# Toimenpiteet 2020

Liikuntaneuvonnan  
suositukset

Liikuntaneuvonnan tila –  
selvitys

Liikuntaneuvonnan  
starttifoorum

Liikuntaneuvonta.fi -  
Facebook-ryhmä

Liikuntaneuvonta.fi -  
verkkosivusto

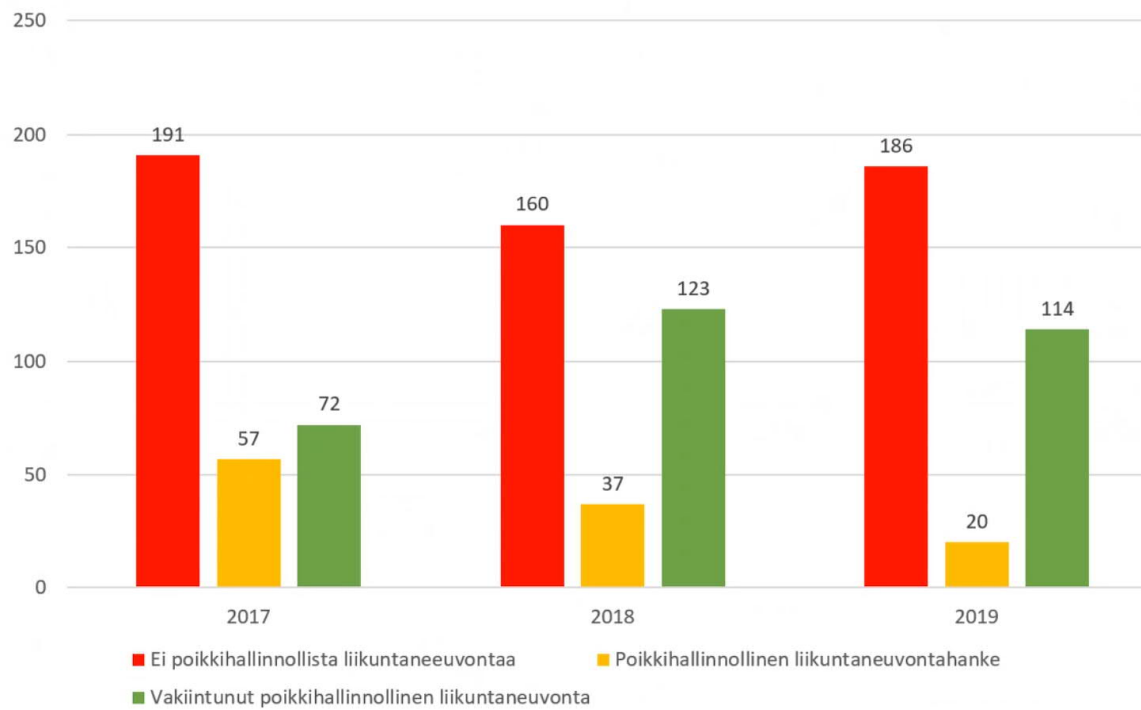
Liikuntaneuvontaseminaarin  
suunnittelu

Liikuntaneuvonnan viestintä -  
selvitys

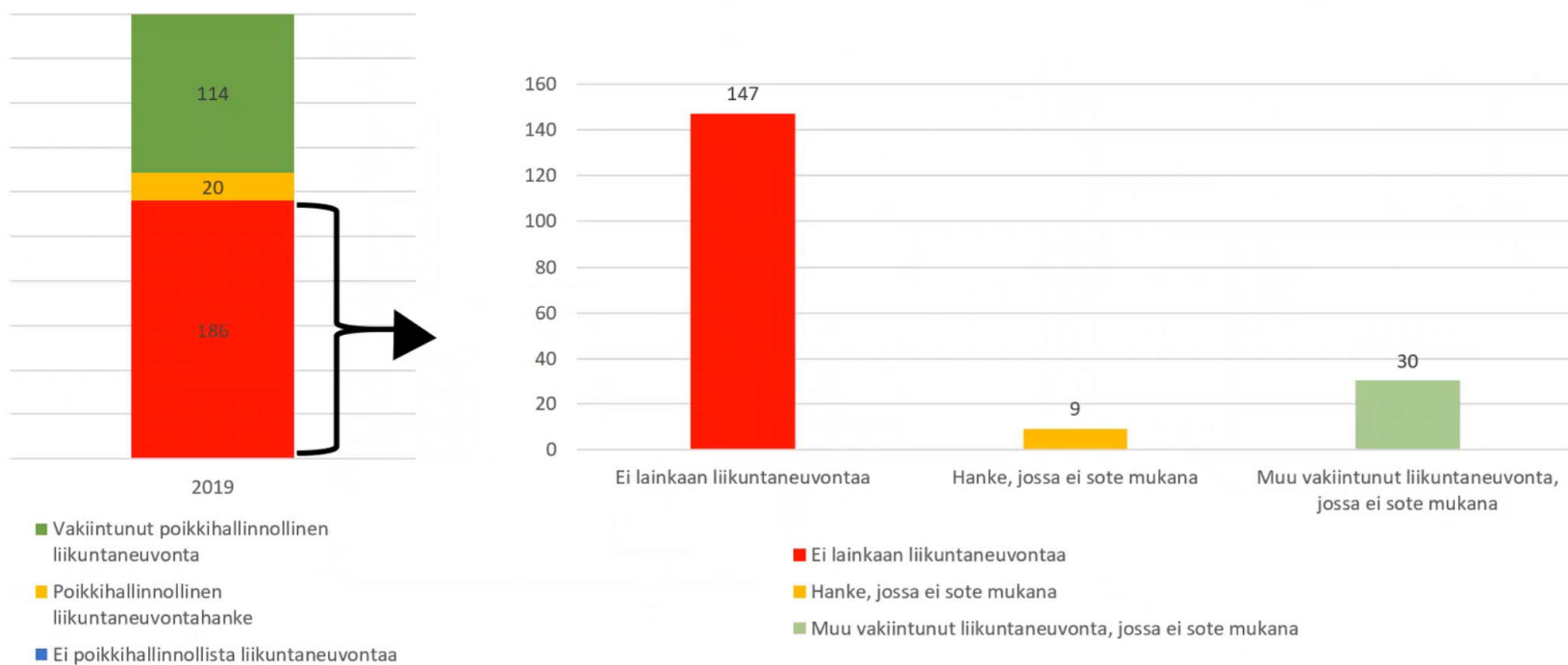
# Liikuntaneuvonnan tila



Liikuntaneuvonnan tila 2017-19



## 2019: Niiden kuntien tarkempi tarkastelu, joissa ei ole poikkihallinnollista liikuntaneuvontaa





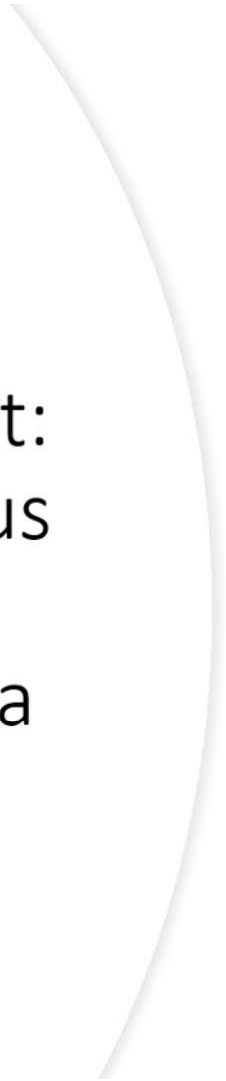
# Liikuntaneuvonnan suositukset



Suosituks  
laaditaan tukemaan  
kansallisia  
tavoitteita:  
jokaisessa kunnassa  
yhtenäinen palvelu


- Osa 1. Päätöksentekijät: Liikkumattomuus on kallista ja liikuntaneuvonta on ratkaisu
- Osa 2. Kehittäjät:  
Näin rakennat toimivan liikuntaneuvontapalvelun
- Osa 3. Liikuntaneuvojat: Liikkumisesta voimavara – näin tuet asiakasta
- Osa 4. Asiakas





Osa 1.  
Päätöksentekijät:  
Liikkumattomuus  
on kallista ja  
liikuntaneuvonta  
on ratkaisu

- Liikuntaneuvonta tarjoaa ratkaisun liikkumattomuuden lisäksi myös muihin haasteisiin, joiden kanssa kunnat kamppailevat
- Eurot puhumaan!
- Mitä on liikuntaneuvonta?



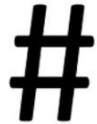
## Osa 2. Kehittäjät: Näin rakennat toimivan liikuntaneuvontapalvelun

- Vihdoinkin palvelu, joka tavoittaa liian vähän liikkuvat
  - Innostaa kehittäjiä
    - Naapurikunnassakin on! Kansalliset linjaukset!
    - Oman työn laajentuminen → vähän liikkuvien tavoittaminen
    - Liikunnan vahvempi rooli ennaltaehkäisevänä palveluna
- Liikuntaneuvonta - minimikriteerit
  - Mitä on liikuntaneuvonta
  - Minimikriteerit
- Selkeillä rooleilla tehokas palveluketju
  - Mukana olevien toimijoiden roolin kirkastaminen
- Liikuntaneuvonta ja elintapaohjaus – synergiaetu
  - Mikä tarkoittavat liikuntaneuvonta ja elintapaohjaus? Roolit

---

# Liikuntaneuvonta somessa!

---



Seuraa ja käytä #liikuntaneuvonta



Liity FB-ryhmään liikuntaneuvonta.fi

---

## Liikuntaneuvonnan suositukset

– päättäjille, kehittäjille ja toteuttajille

TULOSSA 2020 .

