



Kuva: KKI / Jiri Halttunen

VOI PAREMMIN - liikuntaneuvonnalla toimintakykyisyyttä Pohjois- Pohjanmaalla

Päivi Hirssu
yksikön johtaja
PPSHP / perusterveydenhuollon yksikkö

VOI PAREMMIN - Liikuntaneuvonnalla toimintakykyisyyttä Pohjois-Pohjanmaalla

- Opetus- ja kulttuuriministeriö (OKM) on myöntänyt Pohjois-Pohjanmaan sairaanhoitopiirille kehittämisavustusta hankkeelle ”Vaikuttavaa liikuntaneuvontaa hallintorajat ylittäen”.
- UKK-instituutti toimii hankehallinnoijana.
- Hankekausi 1.1.2019 - 31.3.2020

Taustaa hankkeelle

- Fyysisen aktiivisuuden tiedetään olevan selkeässä yhteydessä moniin haasteisiin, kuten mm. useiden elintapasairauksien sairastumisriskiin, elämänlaatuun, koulumenestykseen ja vanhusten kotona selviytymiseen.
- Vähäisen fyysisen aktiivisuuden ja heikon fyysisen kunnon yhteiskunnalliset kustannukset ja tuottavuuden menetykset ovat vuosittain 3,2 - 7,5 miljardia euroa
- Terveydenhuoltolaki (1326/2010) velvoittaa kuntia järjestämään kaikille ikäryhmille hyvinvointia, terveyttä ja toimintakykyä edistäviä neuvontapalveluja sekä väestön hyvinvoinnin ja terveyden seuraamista.
- Liikuntalaki (390/2015) korostaa terveyttä ja hyvinvointia edistävän liikunnan asemaa liikuntatoimen ja yhteiskunnan eri toimialojen kokonaisuudessa.

VOI PAREMMIN - Liikuntaneuvonnalla toimintakykyisyyttä Pohjois-Pohjanmaalla -hanke

- Pohjois-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin aikaisemmissa elintapaohjauksen kehittämishankkeissa kuten VESOTE:ssa on käynyt ilmi, että kunnat ovat kiinnostuneita kehittämään asukkaittensa liikuntaneuvontaa yhteistyössä liikuntapalvelujen ja terveydenhuollon kanssa.
- VOI PAREMMIN -hankkeen tavoitteena on **lisätä liikuntaneuvontaa lihaviin tules-aikuispotilaiden ja lihaviin lasten perheiden omaehtoisen liikunnan lisäämiseksi liikuntasuositusten mukaisesti ja liikunnallisen elämäntavan omaksumiseksi.**
 - Hankkeessa liikuntaneuvonta käynnistetään erikoissairaanhoidossa ja yhteistyössä kunta- ja järjestötoimijoiden kanssa rakennetaan liikunta- ja elintapaohjauksen polut kunnan liikuntatoimen / terveydenhuollon / järjestöjen palveluihin.

VOI PAREMMIN - Liikuntaneuvonnalla toimintakykyisyyttä Pohjois-Pohjanmaalla -hanke

- Yhteistyöllä tavoitteeseen
 - Asiakaslähtöiset palvelupolut henkilön voimavarat tunnistaen
 - Yhteisesti sovitut käytännöt, yhteyshenkilöt
 - Innostuneet osaavat ammattilaiset liikunta- / elintapaneuvonnan palvelupoluilla
 - Matalan kynnyksen liikunta- ja elintapaneuvonnan palvelut ja palvelukalenterit
 - Liikuntaan ja liikkumiseen kannustava ja motivoiva lähiympäristö
 - Viestintä palveluista ja terveysliikunnan myönteisistä vaikutuksista
 - Hyvin käytäntöjen jakaminen liikunta- ja elintapaneuvojien verkostossa

Innostavaa päivää

Päivi Hirso
paivi.hirso@ppshp.fi
p. 0400328013

