

Liikuntaneuvonnan poikkihallinnollinen palveluketju

Hyvinvointia ja terveyttä edistävä (HYTE) työ

Asiakkaan poikkihallinnolliset yhteensovitettavat palvelupolut

Riskitekijöiden tunnistaminen (kansansairaudet)

Varhainen toimintakyvyn aleneman tunnistaminen

Varhainen työkyvyn aleneman tunnistaminen

Varhaisen vaiheen terveydenhuollon ammattilaisen ohjaus ja neuvonta

Esim. terveydenhoitaja, fysioterapeutti, ravitsemusterapeutti

Kunnan tai 3. sektorin MATALAN KYNNYKSEN LIIKUNTANEUVONTA

Kaikille kuntalaisille avoin ja maksuton liikuntaneuvontapalvelu. Suunnattu matalan riskin asiakkaille. Asiakas liikkuu terveytensä kannalta liian vähän ja tarvitsee neuvoa sekä kannustusta liikunnan aloittamiseen.

Asiakkaan tilanne ei vaadi ammattilaiselta fysioterapeuttista osaamista.

Matalan kynnyksen liikunnan starttikurssit esim. kuntosali, allasharjoittelu

Hyvinvointialueen fysioterapeuttien toteuttama LIIKUNTANEUVONTA

Asiakkaan tilanne vaatii terveydenhuollon puuttumisen ja fysioterapeutin osaamisen. Suunnattu korkean riskin tai jo sairastuneille asiakkaille. Asiakkailta voi olla moninaisia haasteita elämässään. Toiminnalla pyritään vähentämään riskitekijöitä, ennalta ehkäisemään tilanteen hankaloituminen sekä palvelutarpeen lisääntyminen.

Fysioterapeutin osaamista vaativa kuntosali- tai allasharjoittelun ohjaus omatoimiseen harjoitteluun esim. fysioterapian jatkeeksi.

LIIKUNTA-PALVELUT

Kunnat, 3.sektori

Liikuntapaikat, leikkipuistot, kävelytiet, retkipolut, liikuntapalvelut (omatoiminen liikkuminen, harrastusliikunta)

Fyysinen aktiivisuus osana arkea

Arkiaktiivisuus

PUHEEKSIOTTO

DIGITAALISUUS

Digitaaliset palvelut/sisällöt

Omahoito-ohjelmat

Etäasiointi

Vaikuttavuuden mittaaminen

Liikuntaneuvonnan poikkihallinnollinen palveluketju

Puheeksiotto ja riskitekijöiden sekä toimintakyvyn aleneman tunnistaminen

- Terveydenhuollon palveluissa otetaan liikkuminen puheeksi asiakkaan kanssa.
- Tunnistetaan riskitekijät ja toiminta/työkyvyn alenemat.
- Ohjataan asiakas joko suoraan kunnan tai 3. sektorin palveluihin tai terveydenhuollon ammattilaiselle.



Terveydenhuollon ammattilaisen varhaisen vaiheen ohjaus ja neuvonta

- Asiakkaan riskitekijät tai toiminta/työkyvyn alenema on tunnistettu.
- Asiakas saa terveydenhuollon varhaisen vaiheen ohjauksen ja neuvonnan omaan tilanteeseensa esim. terveydenhoitaja, fysioterapeutti.
- Tarvittaessa seuranta ja yhteyshenkilö terveydenhuollossa.
- Ammattilaisena esim. terveydenhoitaja, fysioterapeutti, ravitsemusterapeutti

Kunnan tai 3. sektorin MATALAN KYNNYKSEN LIIKUNTANEUVONTA

- Kaikille kuntalaisille avoin, maksuton liikuntaneuvontapalvelu
- Kunnan liikuntaneuvontaan ohjataan matalan riskin asiakas, joka liikkuu terveytensä kannalta liian vähän.
- Asiakas voi hakeutua kunnan liikuntaneuvontaan myös oma-aloitteisesti.
- Asiakas tarvitsee neuvoa ja kannustusta liikunnan aloittamiseen.
- Asiakkaan tilanne ei vaadi ammattilaiselta fysioterapeuttista osaamista.
- **Matalan kynnyksen liikunnanstarttikursseille** voidaan ohjata asiakkaat, jotka haluavat/tarvitsevat ohjausta esim. kuntosaliharjoittelun aloittamiseen ja asiakas ei tarvitse fysioterapeuttista ohjausta kuntosalille.
- Ammattilaisena liikunnanohjaaja (kunta)

Hyvinvointialueen fysioterapeuttien toteuttama LIIKUNTANEUVONTA

- Asiakkaan tilanne vaatii terveydenhuollon puuttumisen ja fysioterapeutin osaamisen.
- Suunnattu korkean riskin tai jo sairastuneille asiakkaille.
- Asiakkailla voi olla moninaisia haasteita elämässään.
- Toiminnalla pyritään vähentämään riskitekijöitä, ennalta ehkäisemään tilanteen hankaloituminen sekä palvelutarpeen lisääntyminen.
- Toimintakyvyn osalta voidaan esim. ennaltaehkäistä toimintakyvyn alenemista niin, että palvelutarve ei lisäännä esim. kaatumisten seurauksena.
- Jos asiakas tarvitsee fysioterapeuttista ohjausta omatoimisen kuntosali- tai allaharjoittelun aloittamiseen, voi asiakkaan ohjata liikuntaneuvontaa toteuttavalle fysioterapeutille esim. polikliinisen fysioterapian jatkeeksi.
- Ammattilaisena fysioterapeutti (HVA) Koko Kainuu 2 htv