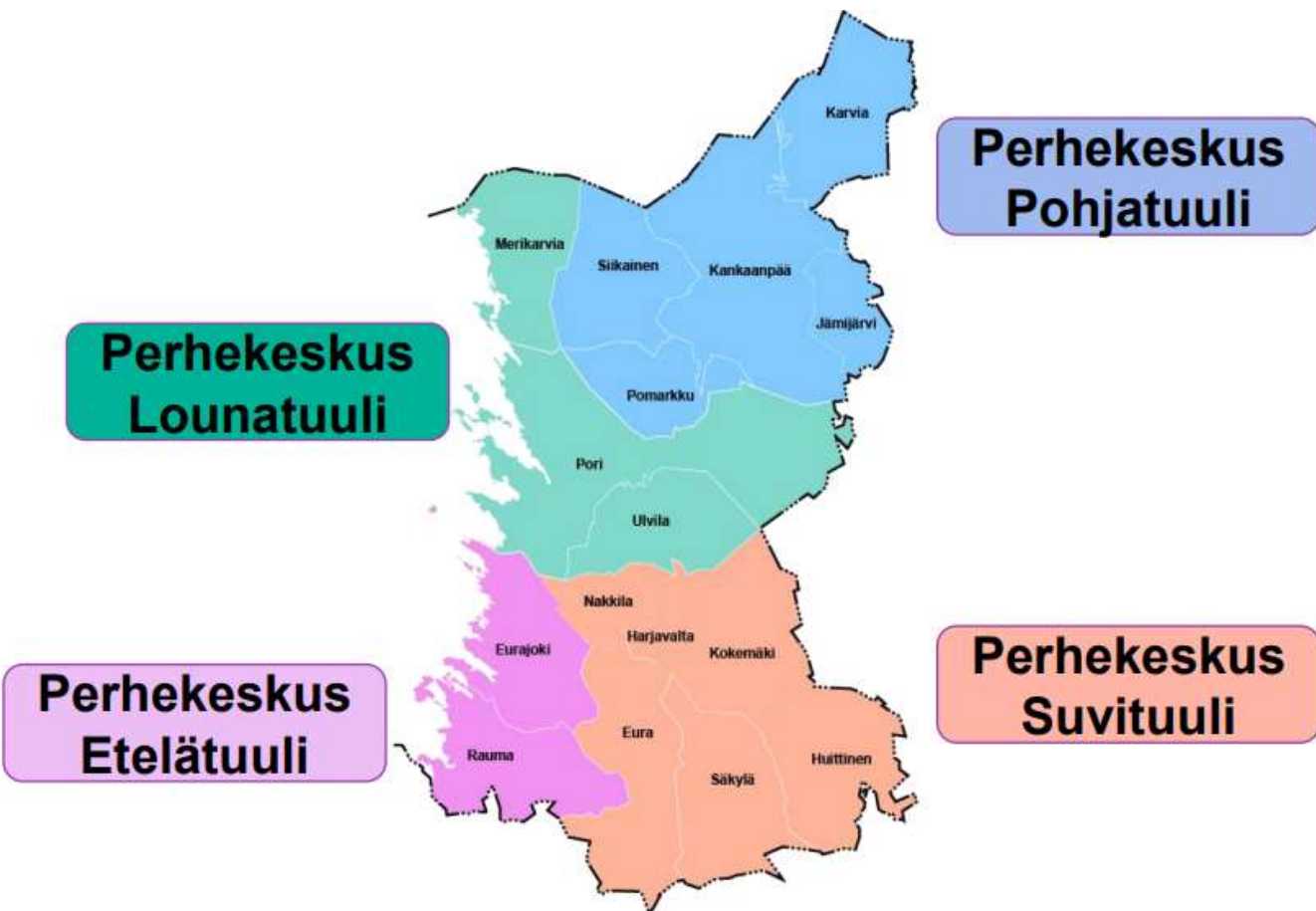


# Lasten, nuorten ja perheiden elintapaohjauksen toimintamallin kehittäminen

Laura Ramstadius, hankekoordinaattori, Kestävän kasvun Satakunta 2 –hanke  
Tino-Taneli Tantu, kehittämispäällikkö, LiikU ry

Lounais-Suomen kuntien liikuntaseminaari 7.11.2024

# Satakunta



**Väkiluku:** n. 212 000

**Kunnat:** 16kpl

Väkiluvultaan suurin Pori, n. 83 000 asukasta ja pienin Siikainen, n. 1200 asukasta

**Perhekeskusalueet:**

Pohjatuuli, Lounatuuli, Etelätuuli ja Suvituuli

# Taustaa ja kehittämisen tarpeita

Noin joka neljäs satakuntalainen lapsi ja nuori on ylipainoinen (ml. lihavuus), mikä on maan korkeinta kaikissa ikäryhmissä.

Yli 40 prosentilla 5. ja 8. luokkalaista on heikko fyysinen toimintakyky (Move!-mittaus). Satakunnan tulos on maan neljänneksi heikoin.

Satakuntalaiset varusmiehet ovat kestävyyskunnoltaan maan heikoimpia (21,9%) ja samalla ylipainoisimpia (14% (BMI >30kg/m<sup>2</sup>))

Satakunnan aikuisista lihavien osuus on maan suurin, noin 1/3 on lihavia (BMI >30kg/m<sup>2</sup>). Yli puolet (60%) satakuntalaisista 20-64-vuotiaista ei saavuta terveystoimintasuosituksia. Yhä useampi satakuntalaisista aikuisista ei usko jaksavansa työskennellä vanhuuseläkeikään saakka.

# Kehittämistyöskentelyn tavoitteet

- **Alueellinen lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma 2024-2025:**
  - Neuvokas perhe –menetelmän käyttöönotto sosiaali- ja terveystalouksissa
  - HYTE-valmentajat perhekeskuksissa
- **Alueellinen neuvolasuunnitelma 2023-2024:**
  - Neuvokas perhe –menetelmän juurruttaminen
- **Alueellinen opiskeluhuoltosuunnitelma:**
  - Move!-testitulosten seuranta
  - (Move-polun kehittäminen → tuki Suomi liikkeelle -ohjelman Move!-kehittämisyhteistyöstä saaneille kunnille)

- Hyvinvointialueella on yhtenäiset toimintatavat elintapaohjauksen toteuttamiselle.
- Palveluiden painopiste siirtyy ennaltaehkäisevään työhön ja varhaisen vaiheen tukeen.
- Neuvokas perhe –menetelmän käyttö ja osaaminen juurtuu pysyväksi osaksi monialaista yhteistyötä. Menetelmän avulla satakuntalaiset perheet ottavat aktiivisen roolin oman terveytensä edistämiseen ja perheen vahvuuksien esille tuominen mahdollistuu.
- Ylipainoisten lasten ja nuorten määrä vähenee ja samalla ylipainosta johtuvat ongelmat vähenevät.
- Vähän liikkuvien lasten ja nuorten määrä vähenee ja samalla liikkumattomuudesta johtuvat ongelmat vähenevät.

# Kestävän kasvun Satakunta 2 –hanke (2023-2025)

- Hankkeen tavoitteena on siirtää palvelutuotannon painopistettä ennaltaehkäisevien, varhaisen tuen ja digitaalisten palveluiden suuntaan, jotta raskaampien palveluiden tarve vähenisi. Investoinnissa 2 yhtenä tavoitteena on kehittää Satakunnan alueen elintapaohjauksen toimintamalleja, jotta terveyden ja hyvinvoinnin haasteisiin voitaisiin vaikuttaa ennaltaehkäisevin ja varhaisen tuen keinoin.
- Satakunnassa on ennaltaehkäiseviä ja varhaisen tuen palveluita liian vähän ja raskaampia palveluita käytetään runsaasti kaikissa kohderyhmissä. Painopisteen siirtäminen avopalveluihin ja kevyempiin palvelumuotoihin, sekä palvelujen saatavuuden parantaminen ovat keskeisiä maakunnallisia strategisia tavoitteita.
- Investoinnissa 2 on kehitteillä aikuisten ja lasten, nuorten ja perheiden elintapaohjauksen toimintamallien lisäksi myös hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen palvelukonsepti ja alueellinen digitaalinen palvelutarjotin, joka kokoaa tiedot alueen hyvinvointia ja terveyttä tukevasta toiminnasta.

# Elintapaohjauksen kehityspolku

... "suurin piirtein"

Terveystieteiden tutkimuskeskus,

Neuvokas perhe –  
menetelmä 2006  
(Suomalainen  
sydänohjelmia)

SATA-LiPaKe  
2016->

VESOTE  
2017-2019

Ravitsemus, liikunta,  
uni – LN&  
elintapaohjauksen  
koulutus, 6 op

Hyvinvointialue  
aloittaa  
2023, HYTE-yksikkö:  
elintapaohjauksen  
koordinaatio

Perhekeskuksien  
kehittäminen alkaa  
2015

Neuvokas perhe –  
Hallituksen kärkihanke  
2017-2018  
(valtakunnallinen)  
Arjen tuki –hanke 2020-  
2022 (alueellinen)

Maakunnallinen  
elintapaohjauksen  
verkosto 2021

Kestävän kasvun  
Satakunta 2 -hanke

LANUPE 1.  
työpajakerros,  
osallistaminen,  
vaikuttaminen

LANUPE 2.  
työpajakerros,  
osallistaminen,  
vaikuttaminen

Neuvokas perhe –  
koulutukset  
Satakunnassa

LANUPE 3.  
työpaja: esittely  
ja kommentointi

Jatkotyöstö,  
prosessin  
kuvaukset

Neuvokas perhe -  
koulutukset

Yhtenäisen  
toimintamallin  
jalkauttaminen, tuki,  
vaikuttavuuden arvio

kehittäminen

kehittäminen

Lasten, nuorten ja  
perheiden  
palveluiden  
toimialueen johdon  
ja sote-  
johtoryhmän  
hyväksyntä

Resurssien varmistaminen  
perhekeskuksissa, HYTE-  
valmentajien nimeäminen

(Aikuisten  
elintapaohjauksen  
toimintamallin laadinta  
alkaa 9/2024)

HYTE-  
kannustinraha  
2026

# Monialainen yhteistyö työpajatyöskentelyssä

Työskentelyssä mukana:

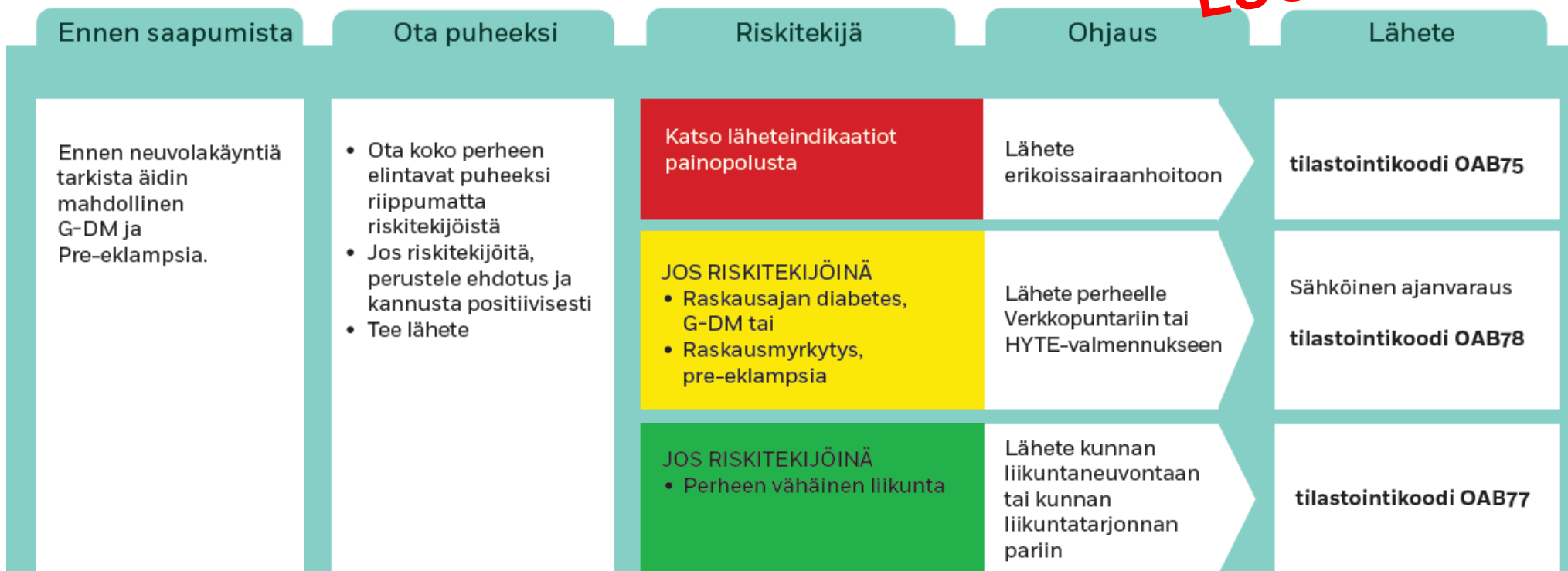
- Hyvinvointialue: perhekeskuksittain kouluterveydenhuolto, äitiys- ja lastenneuvola ja perhetyö
- Ravitsemusterapeutit
- Kunnat (varhaiskasvatus, perusopetus, liikunta ja seurakunnat)
- Järjestöt
- Asiakasraati
- Lounais-Suomen Liikunta ja Urheilu ry
- Kestävän kasvun Satakunta 2 –hanke
- HYTE-yksikkö

# Äitiysneuvola, sekä 4 kk ja 18 kk

LAAJA TERVEYSTARKASTUS

## Elintapaohjauksen kriteerit ja ohje riskitekijöitä omaavan lähetteelle

**LUONNOS**



HUOM! Elintapaohjaus on mahdollista tilanteen mukaan missä tahansa terveydenhuollon kontaktissa. Vastuu hoidosta säilyy omalla hoitajalla.

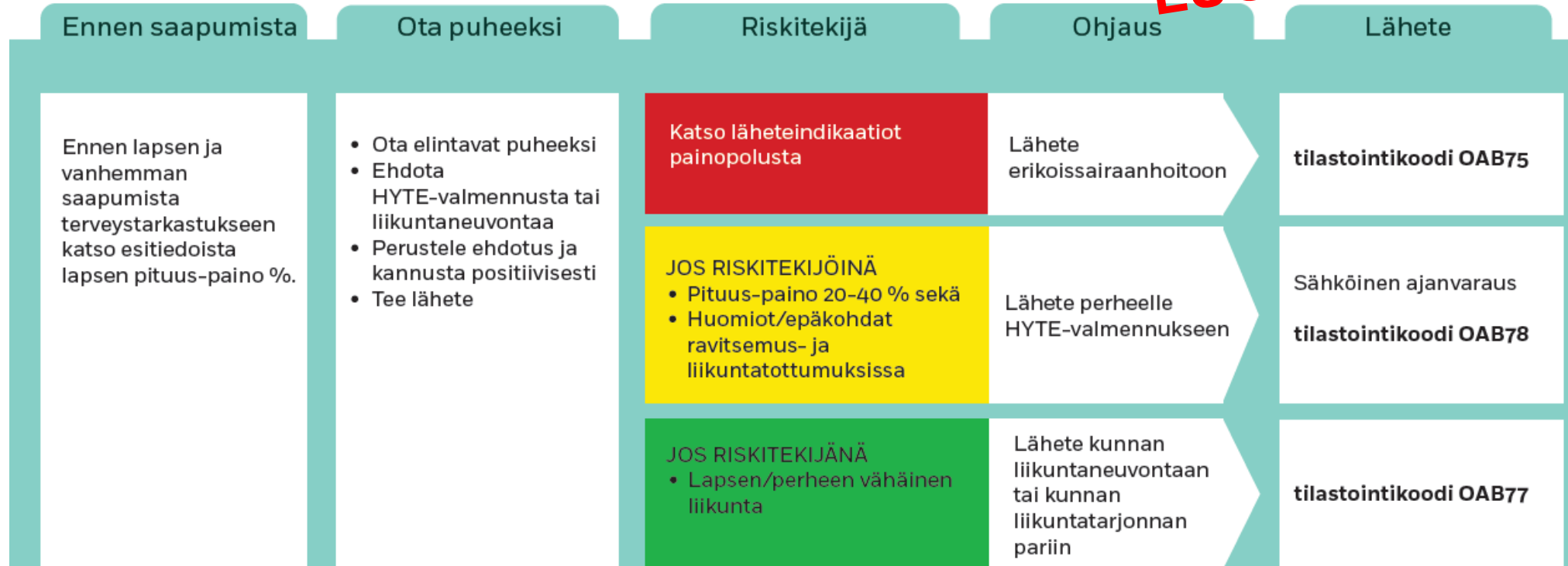


## 4 v ja 1. luokka

LAAJA TERVEYSTARKASTUS

# Elintapaohjauksen kriteerit ja ohje riskitekijöitä omaavan lapsen läheteelle

**LUONNOS**



HUOM! Elintapaohjaus on mahdollista tilanteen mukaan missä tahansa terveydenhuollon kontaktissa. Vastuu hoidosta säilyy omalla hoitajalla.

## 5. ja 8. luokka

LAAJA TERVEYSTARKASTUS

### Elintapaohjauksen kriteerit ja ohje riskitekijöitä omaavan oppilaan läheteelle

**LUONNOS**

Ennen saapumista

Ennen oppilaan ja vanhemman saapumista terveystarkastukseen katso esitiedoista lapsen pituus-paino % sekä MOVE! -mittauksen kestävyyskuntotulos.

Ota puheeksi

- Ota elintavat puheeksi
- Ehdota HYTE-valmennusta tai liikuntaneuvontaa
- Perustelee ehdotus ja kannusta positiivisesti
- Tee lähete

Riskitekijä

**Katso läheteindikaattiot painopolusta**

**JOS RISKITEKIJÖINÄ**

- Pituus-paino 20-40 % sekä
- Heikko kestävyyskuntotulos MOVE! -mittauksessa

**JOS RISKITEKIJÖINÄ**

- Heikko kestävyyskuntotulos MOVE! -mittauksessa

Ohjaus

Lähete erikoissairaanhoidon

Lähete perheelle HYTE-valmennukseen

Lähete kunnan liikuntaneuvontaan tai kunnan liikuntatarjonnan pariin

Lähete

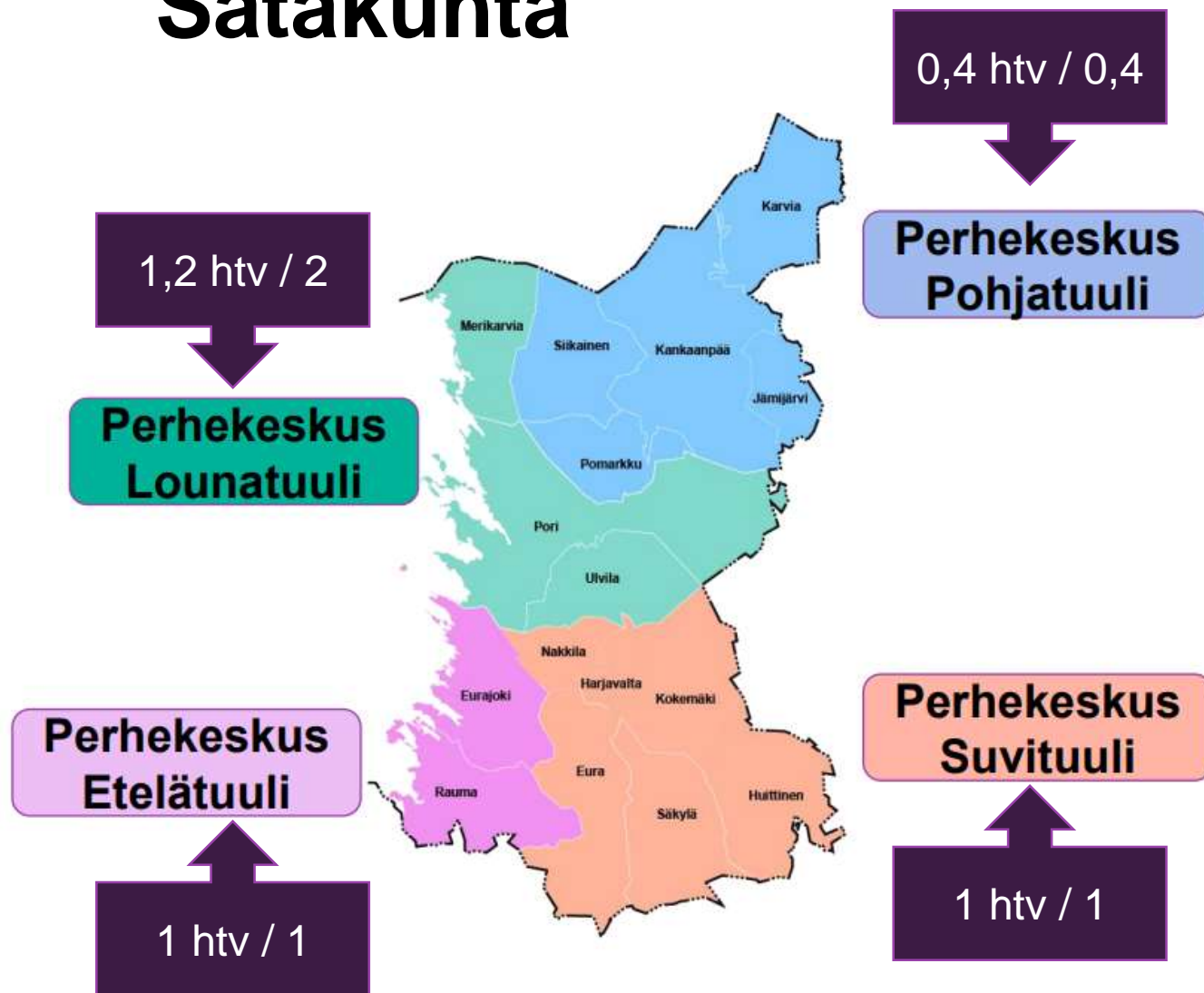
**tilastointikoodi OAB75**

Sähköinen ajanvaraus  
**tilastointikoodi OAB78**

**tilastointikoodi OAB77**

HUOM! Elintapaohjaus on mahdollista tilanteen mukaan missä tahansa terveydenhuollon kontaktissa. Vastuu hoidosta säilyy omalla hoitajalla.

# Satakunta



## Resurssit

Hyvinvointialue - hytevalmennus

- Lanupe 4,4htv
- .
- .

➤ Vastinparityöskentelyn merkitys

Kunta

- Liikuntaneuvonta
- Sivistystoimiala



**Satakunnan  
hyvinvointialue**



Euroopan unionin rahoittama –  
NextGenerationEU



**Suomen  
kestävän kasvun  
ohjelma**

# Kiitos!

Kysyttävää, kommentoitavaa?

