

Aidolla ja oikealla
hallinnonalojen yhteistyöllä
hyvään elintapaohjaukseen:

Yhteistyön merkitys ja
mahdollisuudet

Mitä pienempi kunta,
sitä enemmän yhteistyötä vaaditaan



- Kunnan perustehtävä on kuntalaisten hyvinvointi, jotta tavoitteeseen päästään tarvitaan hyvää saumatonta yhteistyötä yli hallintorajojen sekä "yhteen hiileen puhaltamista".
- Poikkihallinnollisella yhteistyöllä on ollut Paimiossa pitkät perinteet
- Pieni kunta ja pieni organisaatio, joten YHDESSÄ OLEMME ENEMMÄN.
- Hyvää toimivaa yhteistyötä ovat edistäneet eri toimijoiden tuttuus ja hyvä vuoropuhelu yli hallintokuntien kesken.

Vuosien saatossa kuntalaisten hyvinvointia edistäviä poikkihallinnollisia hankkeita toimintamalleja ovat olleet:



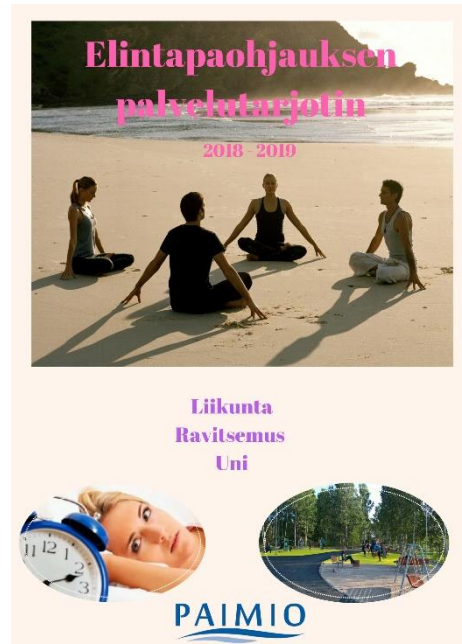
- ❖ Kairanaakka -projekti (So-Te-Li)
- ❖ KaPiPa- Liikuntaa Yhdessä Kaikkien Ikääntyvien Iloksi (hanke yhdisti kolme kuntaa, Kaarinan Piikkiön ja Paimion liikunta- ja vanhuspalvelut)
- ❖ Muurahais- ja Loskakävelyt (yhteistyössä liikunta-vanhuspalvelut, tekninen toimiala sekä järjestöistä Paimion Haka ja Paimion Naisvoimistelijat ry)
- ❖ Neuroliikkuja -hanke (yhteistyössä liikuntapalvelut, sote, vammais- ja vanhusneuvosto sekä yksityiset fysioterapialaitokset)
- ❖ Ikääntyvien liikuntapolun kehittäminen (Terveyspalvelut, fysioterapia, vanhus- ja liikuntapalvelut)

Liikunta- ja elintapaohjauksen myötä poikkihallinnollinen yhteistyö vahvistui ja laajentui

- Vuonna 2015 Paimion liikuntapalvelut lähti aktiivisesti työstämään Paimion ja Sauvon yhteistä liikuntaneuvonta-hanketta.
- Tavoitteena oli saada muutosta liikkeelle jo ihan poikkihallinnollisestikin yli kuntarajojen.
- Paimion liikuntapalvelut otti aktiivisen roolin ja kutsui koolle laajan ryhmän eri toimijoita aina varhaiskasvatuksesta vanhuspalveluihin, johtavaa lääkäriä, sosiaalihoitajaa sekä lautakuntien puheenjohtajia unohtamatta.
- Paimion liikunta- ja sote-palvelut hakivat AVI:lta hankerahaa ja syntyi LiPaKe-Peimari -Lupaus Paremmasta - liikuntaneuvontahanke.
- Perustettiin laaja Paimion ja Sauvon yhteinen poikkihallinnollinen ohjausryhmä.
- Yhteistyö Sauvon kunnan kanssa oli sujuvaa, olihan kunnilla terveyskeskus.



- Liikunta- ja elintapaneuvonnan tavoitteena oli juurruttaa liikuntaneuvonta yhdeksi terveyskeskuksen perustoiminnaksi.
- Liikuntapalveluiden näkökulmasta yhteistyö kuntien terveyspalveluiden kanssa lisääntyi.
- Paimion liikunnanohjaajat kävivät esittelemässä terveyskeskuksen lääkäreille ja hoitajille kunnan liikuntapalveluita, liikuntapaikkoja sekä matalan kynnyksen liikuntaryhmiä.
- Pääsy yhteisen pöydän ääreen avasi toimijoiden silmiä: Jotta lääkärit ja hoitajat voivat ottaa liikunnan puheeksi, pitää heidän myös tietää, kuka on ketjun toisessa päässä, mitä liikuntapaikkamahdollisuuksia kunta tarjoaa joko omaehtoiseen liikuntaan tai matalan kynnykseen liikuntaan ja keneen voi tarvittaessa olla yhteydessä.
- Yhteistyö Paimion kirjaston kanssa laajeni liikuntavälinekirjaston myötä.
- Paimion liikuntapalvelut kokosi soveltavan ja ikääntyvien liikuntaoppaan lisäksi elintapaohjauksen palvelutarjottimen helpottamaan eri toimijoiden työtä.



Uutena toimintamallina Kuntalaisten hyvinvointi-illat

- Paimion liikuntapalveluiden ja hyte-työn aktiivinen rooli kuntalaisten hyvinvointi-iltojen järjestämisessä eri teemoin. Hyvinvointi-illat toimivat myös terveys- ja sosiaalipalveluiden henkilökunnalle hyvinä maksuttomina koulutustilaisuuksina.
 - Hyvinvointi-iltojen yhteydessä myös Paimion kirjasto on o
aktiivisesti mukana.
1. Liikuntaseminaari 14.9.2016
 2. Motivaatio muutokseen ja ravitsemus 14.11.2017
 3. Kohti parempaa päivää, Unettomuuden lääkkeetön hoito 2
 4. Elämä ennen ja jälkeen korkin 6.11.2019



Maailman diabetespäivä
marraskuun 14. päivä

LiPaKe
Paimari
Lähteen palvelut
Liikunnan palvelut

Hyvinvointipäivä
Tiistaina 14.11.
klo 16.30 -20.30 Paimion kaupungintalolla

Klo 17.00 tervetulosanat ja asiantuntijaluennot



psykologi Satu Lähteenkorva
Mistä motivaatio muutokseen?

ravitsemusasiantuntija Patrik Borg
Elintapamuutoksen askelmerkit

**kaupungintalon aulassa tuote-esittelyä,
liikuntatarjontaa
kahvitarjoilu klo 16.30 alkaen**

Järj. Sosiaali- ja terveys- sekä liikuntapalvelut

Tavoitteena on hyvinvoiva kuntalainen

Mitä se vaatii?



- vanhaa ymmärrystä, että hyte-työ kuuluu kaikille. Jokainen voi omalla työkentällään edistää kuntalaisten terveyttä, hyvinvointia, elintapoja sekä tukea sosiaalista vahvistamista.
- Yhteen koriin pelaamista ja hyvää vuoropuhelua eri toimijoiden välillä. Kuka tekee, mitä tekee ja missä tekee?
 - Haasteena on henkilöstövaihdokset, varsinkin sote-puolella. Poikkihallinnollista perehdytystä.
 - Säännöllisiä kokoontumisia yhden pöydän ääreen.
 - Liikuntapalveluilta aktiivista verkunkutojan roolia.
 - Muiden toimijoiden arvostamista. Ilman teknistä toimea eli olisi laadukasta liikuntapalvelua eikä myöskään hyvää elintapaohjausta. Jokaista elintapaohjauksen ketjun osaa ja apilan terälehteä tarvitaan.
 - Saumatonta liikunta- ja elintapaohjauksen

Hyvinvoinnin neliapila

Hyvän elintapaohjauksen edellytys



Liikunta- ja elintapaneuvonnan palveluketjun onnistumisen edellytys on saumaton yhteistyö

Kun suunnitellaan eri-ikäisten kuntalaisten liikkumaan aktivointia ja elintapaohjausta, on tärkeää löytää kohderyhmän kannalta tärkeät avainhenkilöt saman pöydän ääreen.



**Sosiaali- ja
terveyspalvelut**



**Liikunta- ja vapaa-
aikapalvelut, Paimion
opisto ja järjestöt**



Liikuntapalveluiden palveluiden tavoitteena hyvinvoiva ja aktiivinen kuntalainen.
Mitä poikkihallinnollinen työ on käytännössä?



yhteistyötä helpottaa se, että sivistyspalvelut musiikkiopistoa lukuun ottamatta toimivat samalla käytävällä.

"Monet ideat ja ajatukset, tapahtumat ja tempaukset syntyvät kahvikupin ääressä."



Tavoitteena hyvinvoiva kuntalainen: Yhteistyön merkitys ja mahdollisuudet liikuntapalveluiden näkökulmasta



- Jotta saadaan positiivista muutosta aikaan, on tärkeää löytää tärkeät avainpelaajat kentälle. Liikuntapalvelut on aktiivinen pelinjakaja ja tiedottaja,
- Onko tarkoitus aktivoida liikkumatonta työikäistä, syrjäytynyttä nuorta tai kiikun kaakun kotona asuvaa ikäihmistä, tarvitaan vahvaa yhteistyötä sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisten kanssa. Heillä on parhain tietämys kunkin kohderyhmän erityistarpeista sekä paras mahdollisuus motivoida asiakasta liikkeelle.
- Jos halutaan saada nuoria liikkeelle, tarvitsemme vastaavasti nuorisopalveluiden vahvaa roolia puhua nuorten kielellä nuorille. Tarvitsemme opetustoimea ja oppilashuoltoryhmää ja erityisesti kouluterveydenhoitajien puheeksiottoa nuorten aktivoimiseksi.
- Yhteistyö eri toimijoiden kanssa mahdollistaa uusia toimintamalleja.



Esimerkkinä Case toiminnallinen Satukirja Peikon häntä



- Toiminnallisen Satukirjan tavoitteena oli viedä perinteinen satutuokio metsään paikallaan istumisen sijaan.
- Satu eteni peikkometsän polkua pitkin kappale kappaleelta.
- Tavoitteena oli luoda lapsille, varhaiskasvattajille sekä perheille erilainen toiminnallinen tuokio metsässä, jossa liikkuminen tuli sivutuotteena.
- Tavoitteena oli myös tutustuttaa lapsiperheet kulttuurihistoriallisesti ainutlaatuiseen Paimion Parantolan metsään. Toiminnallinen satukirja toteutettiin myös yhtenä osana Alvar Aalto -viikon ohjelmatarjontaa.
- Tapahtuma toteutui yhteistyössä Paimion kaupungin liikunta- ja kulttuuripalveluiden, varhaiskasvatuksen, kirjaston, Paimion opiston senioriteatterikerholaisten sekä teknisen toimialan kanssa.

Poikkihallinnollista yhteistyötä tarvitaan
jatkokssakin, sillä yksikin lonkkamurtuma,
liikkumattomuuden takia
pitkäaikaissairastunut, syrjäytynyt nuori
tai elämänpolullaan raiteiltaan eksynyt
ihminen on yhteiskunnallemme liikaa.

Kiitos



PAIMIO