

## Liikuntaneuvontaa ja elintapaohjausta jämsäläisille 2022-2024 –hanke/loppuselvytys v. 2022

Sivla 30.03.2023 § 42  
1267/02.05.02/2022

Valmistelu vapaa-aikapalvelupäällikkö Katja Pohjoismäki, p.040 5716556

Jämsän kaupunki haki syksyllä 2021 Opetus- ja kulttuuriministeriön liikunnallisen elämäntavan paikallisten kehittämishankkeiden avustusta liikuntaneuvonnan ja elintapaohjauksen käynnistämiseksi syksyllä 2022. Avustusta saatiin 7 500 euroa. Avustuksen omarahoitusosuus oli 50% ja hankkeen kokonaiskustannusarvio oli 15 100 euroa. Hankkeen toteutuneet kustannukset olivat 16 600 euroa.

Liikuntaneuvontaa ja elintapaohjausta jämsäläisille 2022-2024 –hankkeen aikana saatiin syksyllä 2022 rakennettua ja otettua käyttöön moniammatillinen liikuntaneuvonnan palveluketju. Syksyn aikana liikuntaneuvonnan ja elintapaohjauksen palvelua käytti yhteensä 27 henkilöä (naiset 15, miehet 12). Ohjausta annettiin suunnitelman mukaisesti työikäisille sekä pienryhmässä ja yksilökohtaisesti. Palvelua käyttäneistä noin puolet ohjautui liikuntaneuvonnan asiakkaiksi terveydenhuollon kautta ja puolet itsenäisesti/oma-aloitteisesti.

Liikuntaneuvonta- ja elintapaohjaushanke tavoitti melko hyvin kohderyhmään kuuluvat riittämättömästi liikkuvat työikäiset. Tämän arvioidaan johtuvan hyvin toimivasta moniammatillisesta liikuntaneuvonnan palveluketjusta. Yhteistyö eri tahojen kanssa lisääntyi ja vahvistui. Liikuntaneuvonnan asiakkaiksi ei pyrkinyt jo ennestään liikkuvia tai erityisen vaikeista tuki- ja liikuntaelimestön vaivoista kärsiviä henkilöitä. Liikuntaneuvonnalla ja elintapaohjauksella on pyritty vahvistamaan asiakkaan motivaatiota sekä ajatusta siitä, että hän kykenee kokonaisvaltaiseen elintapamuutokseen.

Hanketyöntekijän osaaminen ja kouluttautuminen sekä vahva ammattitaito on ollut erittäin merkityksellinen tekijä hankkeen onnistumisessa ja hyvien tulosten aikaansaamisessa ensimmäisen hankevuoden aikana.

Liikuntaneuvonnan kirjaamiskäytänteitä potilastietojärjestelmän kautta ei saatu otettua käyttöön vielä syksyn 2022 aikana. Sosiaali- ja terveyspalvelujen siirtyminen hyvinvointialueelle aiheutti viivästystä järjestelmän käyttöönotossa. Asiaa edistettiin hankeaikana ja alkuvuodesta 2023 on edelleen jatkettu neuvotteluja.

Liikuntaneuvonnan asiakkaille tehdään aina asiakkuuden päättyessä loppukartoitus, jonka myötä voitaisiin arvioida liikuntaneuvonnan vaikuttavuutta. Näitä ei ole vielä yksilöasiakkaiden osalta tehty, koska asiakkuudet ovat jatkuneet. Kaikkien asiakkaiden kohdalla liikunnan määrä on lisääntynyt huomattavasti. Syksyn 2022 liikuntaneuvonnan pienryhmästä saatiin myönteistä palautetta ja ryhmäläiset kokivat liikuntamotivaationsa vahvistuneen.

Toimivalta, johon päätös perustuu:  
Hallintosääntö 26 § Lautakuntien ja liikelaitosten johtokuntien tehtävät ja yleinen toimivalta, kohta 3 hyväksyä käyttösuunnitelman ja päättää avustuksista sekä kehittämishankkeisiin osallistumisesta taloussuunnitelman mukaisesti

Ehdotus

Sivistystoimenjohtaja Leena Kilpeläinen

Sivistyslautakunta hyväksyy Liikuntaneuvontaa ja elintapaohjausta jämsäläisille 2022-2024 hankkeen vuoden 2022 loppuselvityksen.

Päätös

Ehdotus hyväksyttiin.