

Neuroliikkujapolun toimijoiden yhteistyön edellytykset

Erja Toropainen
THM, tutkija, UKK-instituutti

Turku 22.5.2014



Teemat

- yhteiset tavoitteet
- aika ja resurssit yhteistyölle
- yhteistyörakenteet
- moniäänisyys
- tiedottaminen
- uuden oppiminen

Neuroliikkuja paikallistasolla

Yhteiset tavoitteet

- Päämääränä kehittää pilottikuntien edellytyksiä ja rakenteita niin, että liikunnan harrastaminen myös neuroliikkujaille mahdollista.
- Tavoitteena on kerätä ja soveltaa tietoa, jonka pohjalta luodaan neurologisille liikkujille liikuntaneuvonnan malli ja monipuolisia tai erilaisia liikuntaryhmiä paikallistasolla.
- Hankkeessa kerättyä tietoa hyödynnetään aiheen parissa työskentelevien osaamisen kouluttamisessa, jotta he osaisivat paremmin huomioida neuroliikkujien erityistarpeet liikuntaneuvonnassa ja liikuntaan ohjauksessa sekä liikunnanohjauksessa.

Neuroliikkuja paikallistasolla

Yhteiset tavoitteet

- Hankkeen aikana kehitetään liikuntaneuvonnan tueksi sähköistä tunnistetta.
- Tavoitteena on, että neuroliikkuajat saavat riittävästi tietoa ja tukea oman arkiliikkumisensa tueksi ja että neuroliikkujille on tarjolla toimintakyvyn mukaisia tasoryhmiä sekä monipuolisesti eri lajeihin perustuvia liikuntaryhmiä.
- Tällä hankkeella pyritään osaltaan myös siihen, että liikunta sisältyisi neuroliikkuajan mahdollisesti olemassa olevaan hoito-, palvelu- ja /tai kuntoutussuunnitelmaan.

Yhteistyön edistäminen

Ammattilainen

- liikuntaneuvonnan teoreettiset lähtökohdat
- liikuntaneuvonnan sisältö ja toteutus
- työtavat, työkalut, asiakasmateriaali
- kirjaaminen

Yksiköiden ja ammattiryhmien väliset prosessit

Yksikön sisäiset prosessit

Henkilötaso

Organisaatioiden ja sektoreiden väliset prosessit

Koko organisaation läpäisevät prosessit

Yhteistyöstä palveluketjuksi

- yhteisesti sovitut käytännöt
- moniammatillisuus
- suunnittelu, tiedottaminen, koulutus, vastuut, työnjako, seuranta

Yhteiset käytännöt - "talon tapa"

- yksilöneuvonta → yhteisesti sovitut käytännöt
- toiminnalliset edellytykset: kontaktien jatkuvuus, moniammatillisuus, kirjaaminen
- suunnittelu, koulutus, tiedottaminen, vastuut, työnjako, seuranta

Paikallinen yhteistyö

- Liikuntaneuvonnan yksi tehtävä on johdattaa asiakas käyttämään kaikille avoimia tai asiakkaan erityisryhmälle tarkoitettuja liikuntamahdollisuuksia.
- Tarvitaan valmisteltuja reittejä ohjattuihin liikuntamuotoihin ja liikuntapalveluihin.
- Yhteistyökumppanien ja palvelujen valikoima vaihtelee suuresti paikkakunnasta toiseen, samoin palvelujen saatavuus mm. hintojen ja liikenneyhteyksien vuoksi.
- Usein paikallinen yhteistyö supistuu muutamaaan hallintotason kontaktiin vuosittain.

Toimijoiden kesken ja paikallisesti

- **On tarpeen sopia yhteiset linjat ja yhdenmukaiset toimintaperiaatteet**
- Yhteisiä linjauksia laadittaessa on mietittävä *neuvonnan kohdentuminen ja toteuttaja*.
- Asiakaskunnan rakenne ja siitä seuraava tarve vaihtelee toimipaikasta toiseen
- Toimipaikan sisälläkin asiakasryhmien tarpeet, halukkuus ja edellytykset terveystoimintaan eroavat suuresti, joten tarvitaan useita toimintavaihtoehtoja.

Toimipaikan sisällä

- Sovittava miten liikunta-asiat otetaan asiakaskontakteissa puheeksi ja mitä keskustelusta kirjataan tietojärjestelmään.
- Puheeksiotto → työntekijän ammatillinen päätöksenteko → valitun vaihtoehdon mukaiset toimet.
- Keskustelu konkreettista ja henkilökohtaista ei yleistä tiedottamista liikunnan hyödyistä.
- Keskustelu potilaan fyysisestä aktiivisuudesta (ei vain liikuntaharrastukset), potilaan epäilyksistä ja huolenaiheista.
- Jos halukkuus muutokseen, työntekijän (lääkäri) tulisi ohjata asiakas ammattilaisen (th, ft) neuvontaan.

Poluista tulee sopia yhdessä

- **Toimipaikassa/ paikallisesti** selvitetty/ luotu asiakkaille liikunnanpolkuja.
- Työntekijän tulee olla oman osuutensa lisäksi selvillä, miten erityyppisten asiakkaiden neuvontavastuut on jaettu.
- Toimipaikkakoulutuksella, sisäisellä tiedotuksella ja toimijoiden säännöllisellä yhteistyöllä on huolehdittava siitä, että jokainen ammattilainen tuntee polun seuraavat kohdat niin hyvin, että voi opastaa asiakkaan neuvontaan, (testauksiin) tai ohjattuihin liikuntaryhmiin valmentaan, ei ”lähettämällä”.

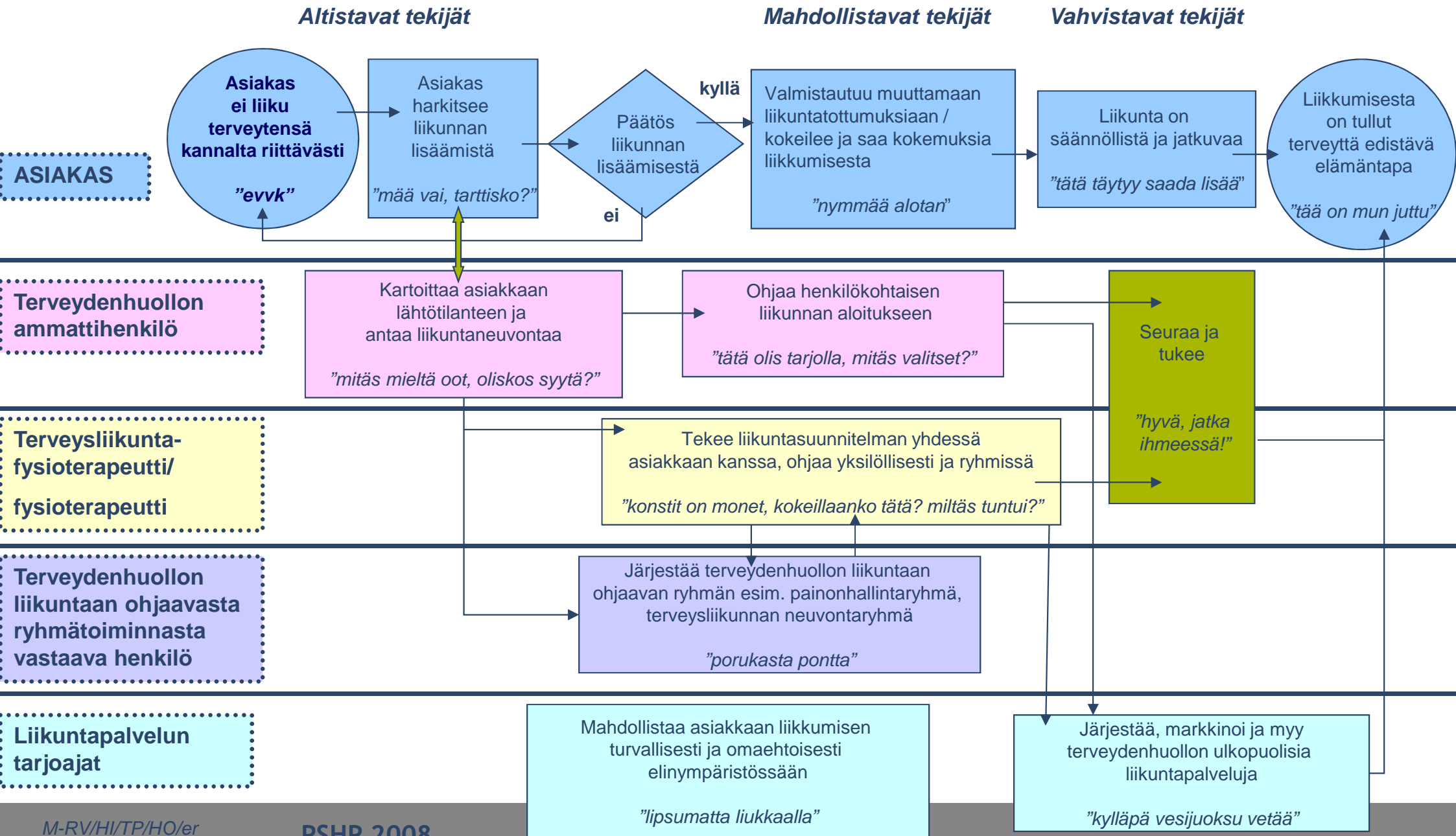
Moniäänisyys

- **Palveluketju**
- **Pirkanmaan alueellinen terveystuennasuunnitelma**
- **Neuvontapolut**
- **Yhteistyö**

Käytännössä palveluketju

- Tarkoittaa yhtäjaksoisia tai peräkkäisiä palveluja, jotka muodostavat asiakkaan näkökulmasta saumattoman kokonaisuuden.
- **Muotoutuu vaiheista** 1) asiakkaan liikuntapalvelujen tarpeen määrittäminen 2) tavoitteiden asettaminen 3) neuvonnan toteuttaminen, 4) toteutuksen ja vaikuttavuuden seuranta.
- Erilaisia polkuja esim. terveydenhuollon (esh, tk, tth) ammattilaisen **vastaanotolta lähete**/ ohjaus liikuntaneuvojalle.
- **Palaute** (toteutus, tulokset, vaikuttavuus) lähettävälle taholle.
- Asiakas hakeutuu itse liikuntaneuvojalle → käyttää alueen liikuntatarjontaa tai liikkuu omatoimisesti.

Liikunnan lisäämiseen tähtäävän neuvontaprosessin kuvaus terveydenhuollossa (2005-2008)





Mikä toimii jo nyt?

- Vahvistetaan toimivaa ketjua!
- Kaikkien ketjuun kuuluvien **osallistaminen ja osallistuminen**
- Kehitetään liikuntaneuvontaa osana ja osaksi perustoimintaa

Jotta ketju toimisi, se edellyttää, että käyttäjät ja kulkijat **tietävät ketjun** olemassaolosta, **ymmärtävät** ketjun merkityksen ja **hyötyvät** ketjun käytöstä.

Liikuntaneuvonta osana liikunnan palveluketjua



KKI-ohjelma, UKK-instituutti ja liikunnan aluejärjestöt
Liikuntaneuvonnan koulutuskierrös 2014

Pirkanmaan alueellinen terveysliikuntasuunnitelma

- Työ käynnistyi syksyllä 2012
- Vastuuryhmä

Maarit Varjonen-Toivonen (PSHP)

Tommi Vasankari (UKK)

Riitta Luoto (UKK)

Erja Toropainen (UKK)

Ari Koskinen (HLU)

 UKK-instituutti



*Elämän
tähtien*



Hämeen Liikunta ja Urheilu

- Työryhmä (25 -30 osallistujaa)

Tavoite	Toimenpide	Vastuutaho	Seuranta
Luoda liikkumista edistävä ympäristö ja korostaa arkiliikunnan tärkeyttä		Tekninen toimi	
Järjestää riittävät <ul style="list-style-type: none"> • liikuntapalvelut soveltavaan liikuntaan tai • soveltavan liikunnan palvelut 		Sivistystoimi Opetustoimi Terveystoimi Liikuntatoimi 3. sektori	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: auto;"> Pirkanmaan alueellinen terveystoimintasuunnitelma </div>
Lisätä soveltavan liikunta-neuvonnan osaamista soveltavassa liikunnassa		Terveystoimi Sosiaalitoimi	
Lisätä liikuntaneuvontaa ja liikunnan terveyshyödyistä tiedottamista		Terveystoimi Sosiaalitoimi Liikuntatoimi 3.sektori	
Varmistaa saavutettavuus		Palveluja tarjoavat tahot	

Neuvontapolut

- esimerkkejä

NEUVONTA PERUSTERVEYDENHUOLLOSSA

ELINTAPA- JA LIIKUNTASUUNNITELMA 6 - 12 KK

ALOITUSKÄYNTI

- 60 -90 min
- Näytteet ja testit

LIIKUNTAKERRAT

- liikuntaneuvojan ohjaama starttiryhmä

Kunnan
liikunta-ryhmä

Liikunta-
seuran ryhmä

Omaehtoinen
liikkuminen

2 vk
soitto

1,5 kk
soitto

3 kk käynti

3-5 kk
soitto

6 kk käynti
- Näytteet

12 kk Mittaukset

KKI-ohjelma, UKK-instituutti ja liikunnan
aluejärjestöt

Liikuntaneuvonnan koulutuskiertos 2014

Lääkärikortti

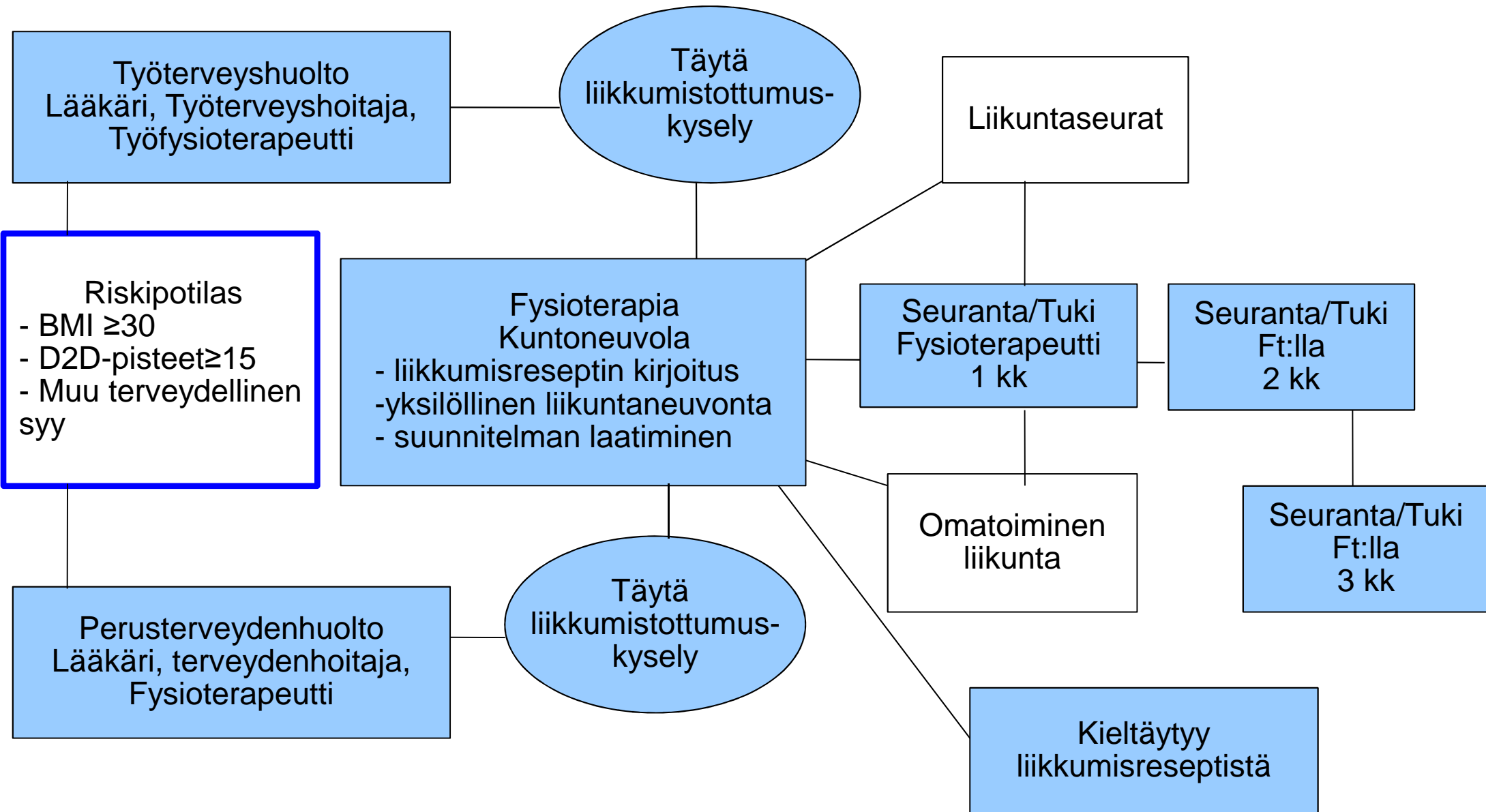
LiPaKe—liikuntaneuvonta

LÄÄKÄRIN TÄRKEIN TEHTÄVÄ LIIKUNTANEUVONNASSA:
Ohjautuminen liikuntaneuvojalle

- ⇒ **Arvioi liikunnan tarve potilaskohtaisesti**
- ⇒ **Ota liikunta puheeksi**
- ⇒ **Ehdota liikuntaneuvontaa**
- ⇒ **Perustele potilaan etu**
- ⇒ **Varaa aika liikuntaneuvojalle**

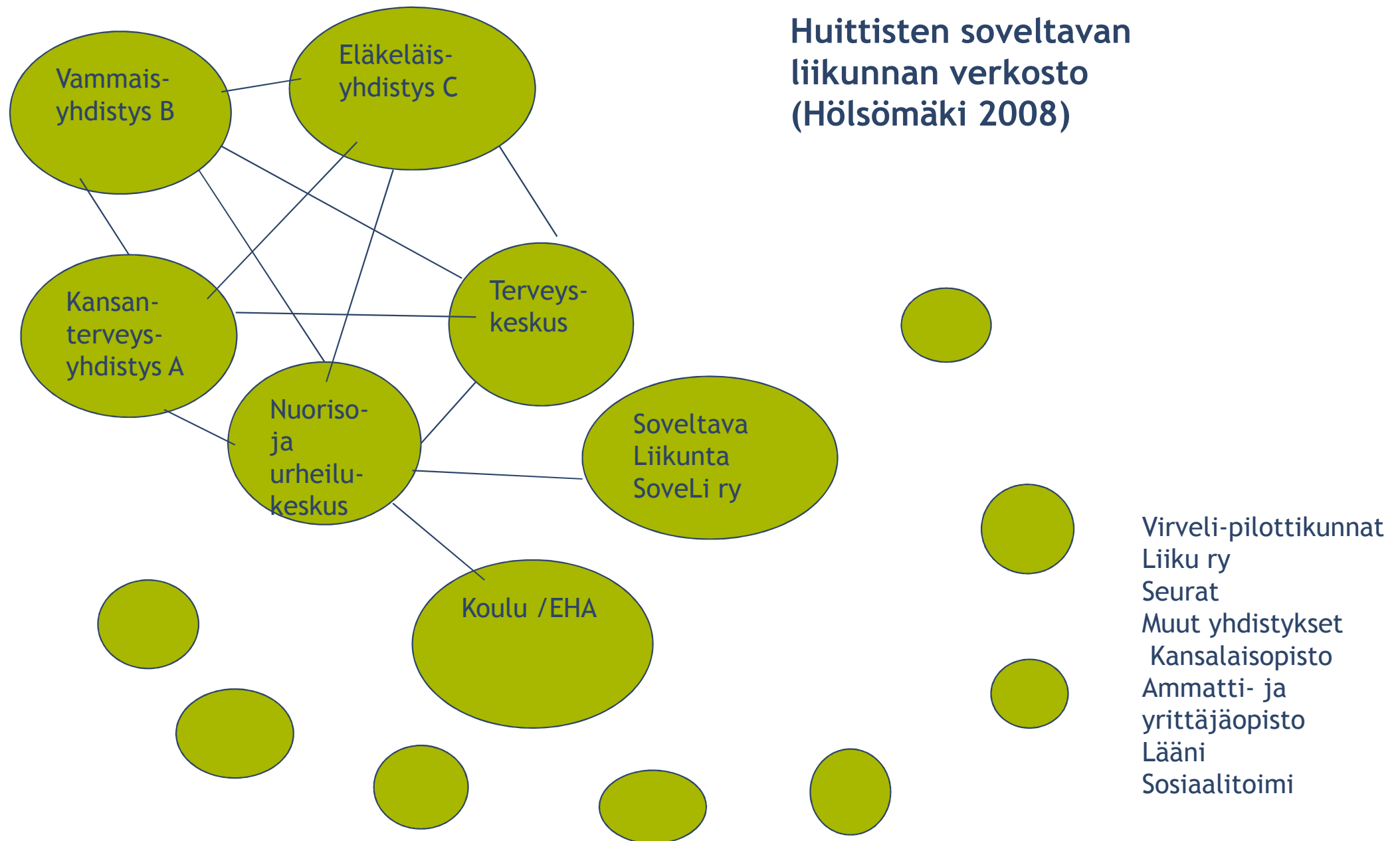
Liikuntaneuvoja
Sami Rantanen, ft
044-4171406
sami.rantanen@liiku.fi

Vastaanotto:
Tiistaina Mynämäen TK
Torstaina Maskun TK



Yhteistyön luonnehdintaa

- Opastan liikuntapalveluihin tukimateriaalia hyödyntäen
- Annan esitteen tai opastan sellaisen hankkimaan
- Tunnen muiden toimijoiden liikuntapalvelut
- Osaan ohjata asiakkaan oikeaan liikuntaryhmään
- Annan asiakkaalle lähetteen toiselle työntekijälle
- Palveluita tiedottaminen on säännöllistä ja koordinoitua
- Palveluja tulisi suunnitella ja toteuttaa yhteistyössä



Miten edistän toimijoiden välistä yhteistyötä?

- Tiedottaminen
- Resurssit
- Yhteistyörakenteet – moniammatillisuus

Tiedottaminen

Toimijoiden, asiakkaiden ja liikuntapalveluja tarjoavien tahojen tarpeet yhdistyvät tiedottamisessa, jossa paikalliset liikuntapalvelut kootaan yhteen.

Miten kohderyhmä tavoitetaan?

”Palvelukalenteri ”

- Kokooa liikuntapalvelut (vastuutaho?)
- Opastaa eri toimipisteisiin ja järjestöjen tarjontaan.
- Tiedot ajantasalla ja päivitetty mm. kunnan kotisivuilla
- Yhteystietojen ohella eriteltyt palvelujen kuvaukset eri väestö- ja asiakasryhmille.

Yhteistyöstä palveluketjuksi 1/ 3

- Ajantasaista, yksityiskohtaista tietoa palvelujen sisällöstä.
- Matalan kynnyksen palvelut . Esim. terveyskeskuksen ms-ryhmä, neurolog.-ryhmän oma kuntosalikurssi tms. saattaa olla asiakkaalle hyvä välivaihe siirtymiseksi tavallisiin palveluihin.
- Siirtymää ajatellen liikuntaryhmän tai kuntosalin ohjaajan on tärkeää tietää, mitä erityisen huomion tarvetta ryhmään suositelluilla asiakkailla on.

Yhteistyöstä palveluketjuksi 2/ 3

- Neuvova ammattilainen tarvitsee maanläheistä tuntumaa siihen, mitä tarjolla olevassa tilanteessa tapahtuu, millainen on ohjaajan tyyli, millaisia ovat tilat, välineet ja osanottajat. Muuten hän ei kykene valmistelemaan asiakasta uuteen tilanteeseen eikä ymmärrä tämän havaintoja siihen osallistumisesta.
- Jotkut asiakkaat tarvitsevat suorastaan saattamista, ts. tutustumiskäyntiä neuvonnasta vastanneen ammattilaisen kanssa.

Yhteistyöstä palveluketjuksi 3/ 3

- Neuvonnasta huolehtivilla ja liikuntaa ohjaavilla ammattilaisilla tulisi olla mahdollisuus asiakaskohtaiseen valmisteluun samoin kuin palautteeseen yli organisaatorajojen.
- Ammattilaiset sekä asiakkaat hyötyvät siitä, että säännöllisiä neuvotteluja käydään liikuntaa ohjaavien, (testauksia) ja liikuntatilaisuuksia organisoivien järjestäjien ja paikallisissa terveyspalveluissa liikuntaneuvonnasta huolehtivien kesken.
- Ennakoivaa yhteissuunnittelua tarvitaan vuosittain, jotta paikkakunnan palveluvalikoima vastaisi asiakaskunnan tarpeita.

Yhteistyön toiminnalliset edellytykset

- yhteystiedot - puhelin, sähköposti
- tiedonkulku, tiedottaminen ja viestintä (sisäinen - välinen)
- tiedottamisen koordinointi
- kokoukset, keskustelu, työryhmät, tiimit, hankkeet
- lähete - palaute -käytännöt sovittu ja tiedossa
- kirjaaminen: elintavat, neuvonta, seuranta (tietojärjestelmät)
- tietojärjestelmät tukevat jatkuvuutta ja seurantaa
- työtapojen arviointi → kehittäminen

Yhteistyörakenteet - moniammatillisuus - uuden oppiminen

- Poikkihallinnollisuus /- toiminnallisuus /- käytännöllisyys
- Sovitaan ketjun osat ja kokonaisuus: työnjako, vastuut, seuranta
- Saumaton yhteistyö - toimitaan yhdensuuntaisesti
- Yhteistyön tiivistäminen: suunnitelmallisuus ja säännöllisyys
- Monipuolisen osaamisen (tiedot, taidot) yhdistäminen
- Käytäntöjen vakiinnuttaminen (koulutus, kertaus, perehdytys)
- Seurataan ja arvioidaan käytäntöjä

Paikallisen tason yhteistyö (juurruttaminen)

Yhteistyötä edistää

- terveysliikunnalla vahva paikallinen merkitys, ajan tasalla olevat poliittiset linjaukset
- aktiiviset toimijat, toimijoiden yhteistyö, aiemmat kokemukset hankkeista
- olemassa olevat ja toimivat suhteet terveysliikunnan toimijoihin
- toimijoiden välisen yhteistyön lisääntyminen hankkeen myötä
- toimivat suhteet ja säännöllinen tiedonvaihto virkamiesten ja päättäjien kanssa koko hankkeen ajan

Yhteistyötä estää

- terveysliikunnan toissijaisuus, poliittiset linjaukset puuttuvat
- vähän toimijoita, heikko yhteistyö, toiminnan hajanaisuus
- yhteistyön rakentamisen ja suhteiden luomisen hitaus
- ratkaisemattomat vastuukysymykset eri toimijoiden välillä
- esitteet, raportit ja lehtijutut ainoana juurruttamisen keinona

muokaten Peltola & Vuorento 2007

Lähteitä ja linkkejä

- Huovinen, Kannas. Yhteistyöllä kattavat erityisliikunnan palvelut. Fysioterapia 6/2011.
- Hölsömäki 2008. (toim.) Yhdessä liikkeelle. Yhdistykset ja kunnat liikunnan kumppaneina. Edita.
- Hölsömäki. Potilaasta terveystuottajaksi: Liikunnan palveluketju onnistuu yhteistyöllä. Fysioterapia 6/2011.
- Iso-Herranen 2012. Uhka vai mahdollisuus - moniammatillista yhteistyötä kehittämässä (vk). Helsinki.
- Kontio 2010. Moniammatillinen yhteistyö. www.ouka.fi/seutu/tukeva
- Kolmas lähde-hanke www.kolmaslahde.fi
- Koskela Seija (2013). Tarkastelussa moniammatillinen yhteistyö ja sen edellytykset. www.verkkolehdet.jamk.fi
- Luona-Helminen, Samstén (toim.) 2004. Liikkeelle. Opas paikallistason liikuntatoiminnan järjestämiseen.
- Nupponen, Suni 2011. Henkilökohtainen liikuntaneuvonta. Kirjassa Terveystuottaja.
- Peltola, Vuorento 2007. Juurruttamisen edistäjät ja estäjät. Kuntoutussäätiön työselosteita 33.
- Pärnä 2012. Kehittävä moniammatillinen yhteistyö prosessina. Lapsiperheiden varhaisen tukemisen mahdollisuudet (vk). Turku.
- Soveli ry www.soveli.fi
- Ora, Teppo. Liikunnan luokse tarvitaan suurempi polku. Avain. Neurologinen aikakauslehti 3/2014, 44.

Kiitos

Hyvää kesää!

