



Sari Kivimäki  
Katariina Tuunanen

# Yhteistyöllä vaikuttavampaa liikuntaneuvontaa työikäisille

**LIKKUVA  
AIKUINEN**



# Tämä rinnakkaisessio rakentuu yhteistyöllä



- Pohdimme yhdessä
  - Kenen yhteistyö on merkittävää ja miksi? Kunta, hyvinvointialueet, yhdistykset, yritykset jne. Miksi ja millaista yhteistyötä tarvitaan?
  - Onko yhteistyöllä merkitystä vaikutusten todentamisen näkökulmasta? Miten yhteistyö edistää vaikuttavuutta?
  - Miten yhteistyötä voi käytännössä vaalia?

# Yhteistyö

- Osapuolien innostuneisuus
- Halu toimia yhdessä ja puhaltaa yhteen hiileen.
- Kaikkien osapuolien sitouduttava tekemiseen kunnolla.

Esimerkkinä:

Liikuntaneuvonnan edistämiseksi kunnan ja hyvinvointialueen on tehtävä yhteistyötä:

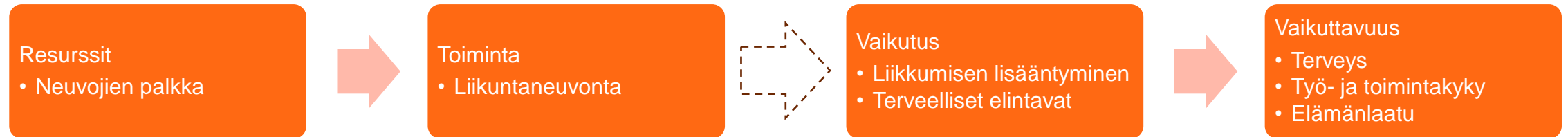
- Toistensa kanssa ja tuettava toisiaan asiantuntemuksellaan.
- Alueella toimivien muiden julkisten toimijoiden, yksityisten yritysten ja yleishyödyllisten yhteisöjen kanssa.
- Järjestää vuosittaiset alueelliset neuvottelut tavoitteista, toteutuksesta ja seurannasta.



**LIKKUVA  
AIKUINEN**



# Vaikuttavuus syntyy vaikutusten kautta



- Yhteiskunnassa tavoiteltu laaja muutos pitkällä aikajänteellä
  - Vakiintuneena palveluna, joka tavoittaa riittävän määrän asiakkaita, liikuntaneuvonnalla voidaan vaikuttaa ihmisten terveyteen, työ- ja toimintakykyyn ja elämänlaatuun
- Vaikuttavuus syntyy tyypillisesti useiden eri toimijoiden tekemisen tuloksena → Yhteistyön merkitys
  - Kunnat, hyvinvointialueet, muut sidosryhmät ja puheeksiottajat, liikkumisen edistämisen ohjelmat, ministeriöt
- Muutos voi olla määrällistä ja mitattavaa sekä laadullista ja havaittavaa
  - Vaikutusten todentamisen merkitys
  - Pidemmän aikavälin valtakunnalliset indikaattorit

A photograph of two men standing on a rocky outcrop, looking out over a vast forest landscape. The man on the left has a beard and is wearing a black cap and a dark jacket. The man on the right is wearing a grey cap, glasses, and a camouflage jacket. The forest below is dense with trees, some showing autumnal colors. The background is slightly blurred, emphasizing the two men in the foreground.

**Vaikka suomalaisten fyysinen terveys on parantunut, liikunnan vähäisyys saattaa muuttaa tämän suunnan tulevaisuudessa.**

**Mistä löytyisi polkuja haasteiden yli?**

Sitra: Megatrendit  
(<https://www.sitra.fi/blogit/megatrendit-2024/>)

# Meillä on vastuu ja velvollisuus ajatella pidempää aikaväliä ja toivottavaa vaikuttavuutta sekä tulevaisuutta

- Mitä aiemmin olemme tottuneet pitämään normaalina, ei ole sitä ehkä tulevaisuudessa.
- Tulevaisuutta ei voi ennustaa, se ei ole ennalta määrätty, siihen voi vaikuttaa
- Tulevaisuus on läsnä jo nykyhetkessä tiedostettuina ja tiedostamattomina oletuksina
- Ei ole yhdentekevää millaisia tulevaisuuksia kuvittelemme liikuntaneuvonnalle. Mitkä ovat toivottavia/tavoittelemisen arvoisia tulevaisuuksia? Silloin otamme sen toimintamme ohjenuoraksi.
- Tulevaisuuskuvia ei tule ottaa annettuina, vaan on hyvä pohtia itse millaista tulevaisuutta toivomme.
- Kaikkien äänet kuuluviin. Tulevaisuusajattelu on valtaa ja siksi meidän jokaisen tulisi osallistua siihen.



**LIKKUVA  
AIKUINEN**

Taustalla Sitra: Tulevaisuusvalta



**Liikuntaneuvonta  
on vaikuttavampaa  
toteutuessaan  
kunnan,  
hyvinvointialueen,  
kolmannen sektorin  
ja yritysten  
yhteistyönä**



**Vaikutukset  
saadaan paremmin  
esille yhteistyön  
kautta**





# Perustelemme väitteemme...

- Yhteistyön kautta mahdollistuu potilastietojärjestelmän käyttö; kirjaaminen & tilastoiminen
- Laajempi ja vahvempi arviointi
- Ammattilaisten osaaminen
- Tilastokoodit (OAB-koodit) toimivat vain palveluketjun yhteistyössä
- Palvelu on laajemmin ammattilaisten tietoisuudessa
  - Ohjaavia tahoja enemmän
  - Koko palvelun näkyvyys ”virallisuus” → juurtuu paremmin

**Yhdessä pohtiminen  
vie asioita  
paremmin  
eteenpäin kuin  
yksinpuhelu**





# Perustelemme väitteemme...

- Käynnistämisen ja kehittämisen tuki
- Ideat ja vinkit
- Yhteisöllisyys, sosiaalinen tuki
- Vertaisarviointi
- Erilaiset osaamisalueet
- Yhteinen tekeminen ja osaaminen laajempaa

**Toimiva  
liikuntaneuvonta  
vaatii tuekseen  
palveluketjun  
toimijoista  
muodostuvan tiimin**





# Perustelemme väitteemme...

- Laajemmin asiat käsitellyksi
- Ihminen huomioidaan kokonaisvaltaisesti
- Haasteet , tiedonvälitys
- Osaamisen jakaminen
- Tiedonkulku
  - Kuntien välillä, hva:n ja kuntien välillä, järjestöt yms.
- Ajankohtaiset alueelliset ja valtakunnalliset tiedot
- Uudet kumppanuudet
- Yhteisöllisyys, sosiaalinen tuki

→ Onko teillä säännöllisesti toimiva liikuntaneuvonnan tiimi? Miten se tukee suunnittelutyötä?

**Yhteistyöllä  
vaikuttavasta  
liikuntaneuvonnasta  
tulee osa kunnan  
peruspalveluja**





# KIITOS!



**LIKKUVA  
AIKUINEN**

# Perustelemme väitteemme...

- Kohderyhmän tavoittaminen, jolla tarve on todellinen → Yhteiskunnallinen hyöty
- Ammattilaisen laadukkaasti toteuttamana neuvonta on yhtä laadukasta
- Miksi yrittäjä ei voisi onnistua/ toteuttaa neuvontaa?
- Pitääkö aina olla? Miksi ei voi olla ns. kevyempää neuvontaa kunnan toimesta vain? → Jos kunta tilastoi exceliin, niin eikö se riitä?
- Jos ohjautuminen neuvonnan jälkeen katkeaa... Mitä sitten?
- Keitä muita pitää olla mukana?
- Jos on liikuntaneuvontaa, jota tekee vain kunta, niin miksi se ei olisi yhtä vaikuttavaa?