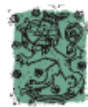


Liikuntaneuvonta



www.kkiohjelma.fi

18.11.2019



Opetus- ja
kulttuuri-
ministeriö



SOSIAALI- JA
TERVEYSMINISTERIÖ



LIIKENNE- JA
VIESTINTÄMINISTERIÖ
KOMMUNIKATIONSMINISTERIET



Ympäristöministeriö
Miljöministeriet
Ministry of the Environment



TYÖ- JA ELÄNKAIVOMINISTERIÖ
FINNISH EMPLOYMENT AND THE ECONOMY
MINISTRY OF EMPLOYMENT AND THE ECONOMY



METSÄHALLITUS

Mitä on liikuntaneuvonta

Yksilöön
kohdistuva
prosessi

Vahvuuksien
tunnistaminen

Liikkumisen
mieltymykset
ja merkitykset

Tavoitteiden
asettaminen

Ohjausta
liikunnalliseen
elämäntapaan
ja arjen
aktiivisuuteen

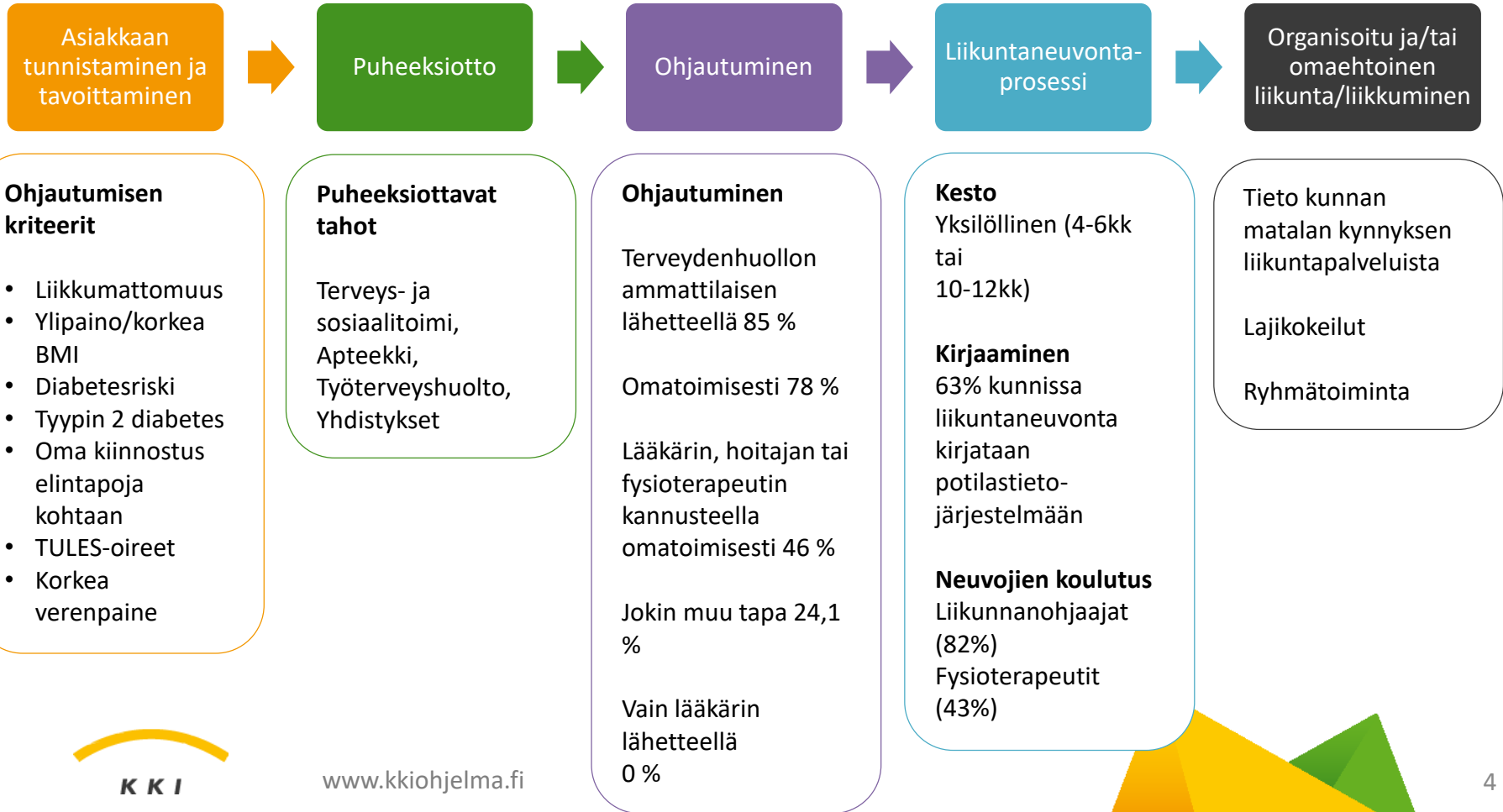
Liikuntaneuvonnan määritelmä

Liikuntaneuvonta on yksilöön kohdistuvaa, terveyden ja hyvinvoinnin edistämisen ammattilaisen antamaa ohjausta liikunnalliseen elämäntapaan. Liikuntaneuvonta on prosessi, jonka tavoitteena on terveytensä ja hyvinvointinsa kannalta liian vähän liikkuvien ihmisten saaminen aktiivisen arjen ja liikunnan pariin. (TEHYLI-ohjausryhmä 2017).

Liikuntaneuvonnassa asiakasta tuetaan tunnistamaan omat vahvuutensa ja mahdollisuutensa sekä liikkumisen mieltymykset ja merkitykset, asettamaan realistiset tavoitteet liikunnan lisäämiseksi.

Liikuntaneuvonta toteutuu poikkihallinnollisena yhteistyönä saumattomassa palveluketjussa.

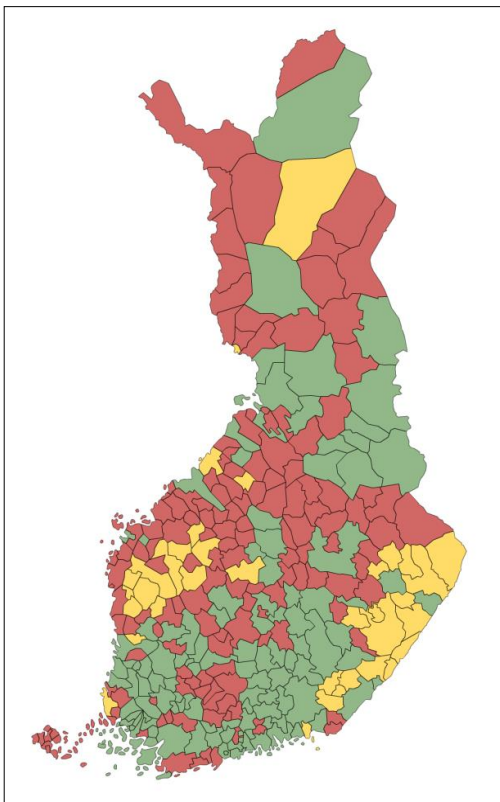
Liikuntaneuvonnan palveluketju






Liikuntaneuvottomuuden hinta?

- Liikkumattomuuden yhteiskunnalliset vuotuiset kustannukset 3200M€ (Vasankari ym. 2018)
- Työikäisten liikkumattomuus aiheuttaa 87% eli 2776,5M€ (KKI-ohjelma)
- 10 % aiheuttaa 74% terveydenhuollon kuluista (Sitra ym. 2015)

Liikuntaneuvonnan tila 2018 (KKI)



-  = Vakiintunut poikkihallinnollinen liikuntaneuvonta
-  = Poikkihallinnollinen liikuntaneuvontahanke
-  = Ei poikkihallinnollista liikuntaneuvontaa

- Suomessa on 160 kuntaa, jotka tarjoavat työikäisille asukkailleen yksilöllistä ja tavoitteellista liikuntaneuvontaa.
- Liikuntaneuvontaa tarjoavien kuntien määrä nousut (130 → 160)
- Liikuntaneuvonnan vakiinnuttaneiden kuntien määrä nousut (72 → 123)
- Liikuntaneuvontaa hankeavustuksella toteuttavien kuntien määrä laskenut (52 → 37)

Seuraava tilaselvitys ilmestyy 3/2020

Liikuntaneuvonnan palveluketjussa ovat mukana

