

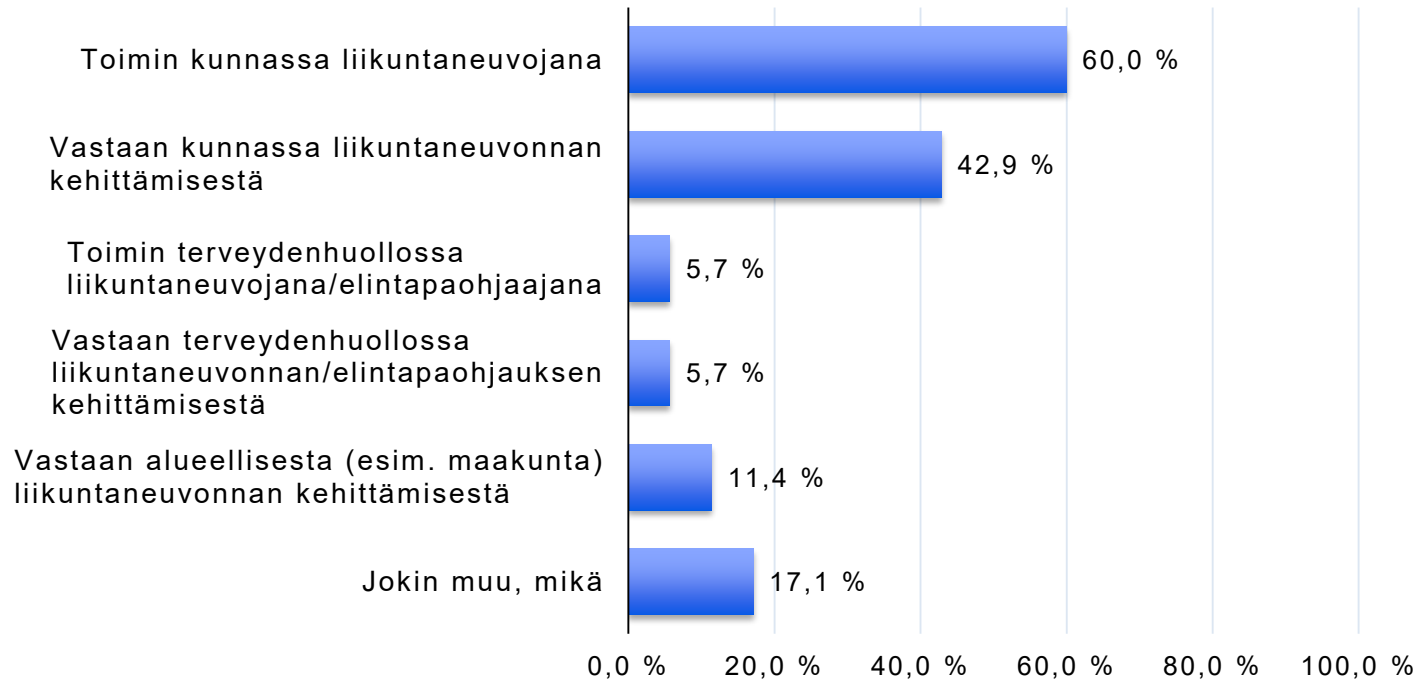
Liikuntaneuvonta.fi- verkkosivusto

ASiantuntijoille suunnattu kohderyhmäkysely



Mikä on työkuvasi liikuntaneuvontaan liittyen?

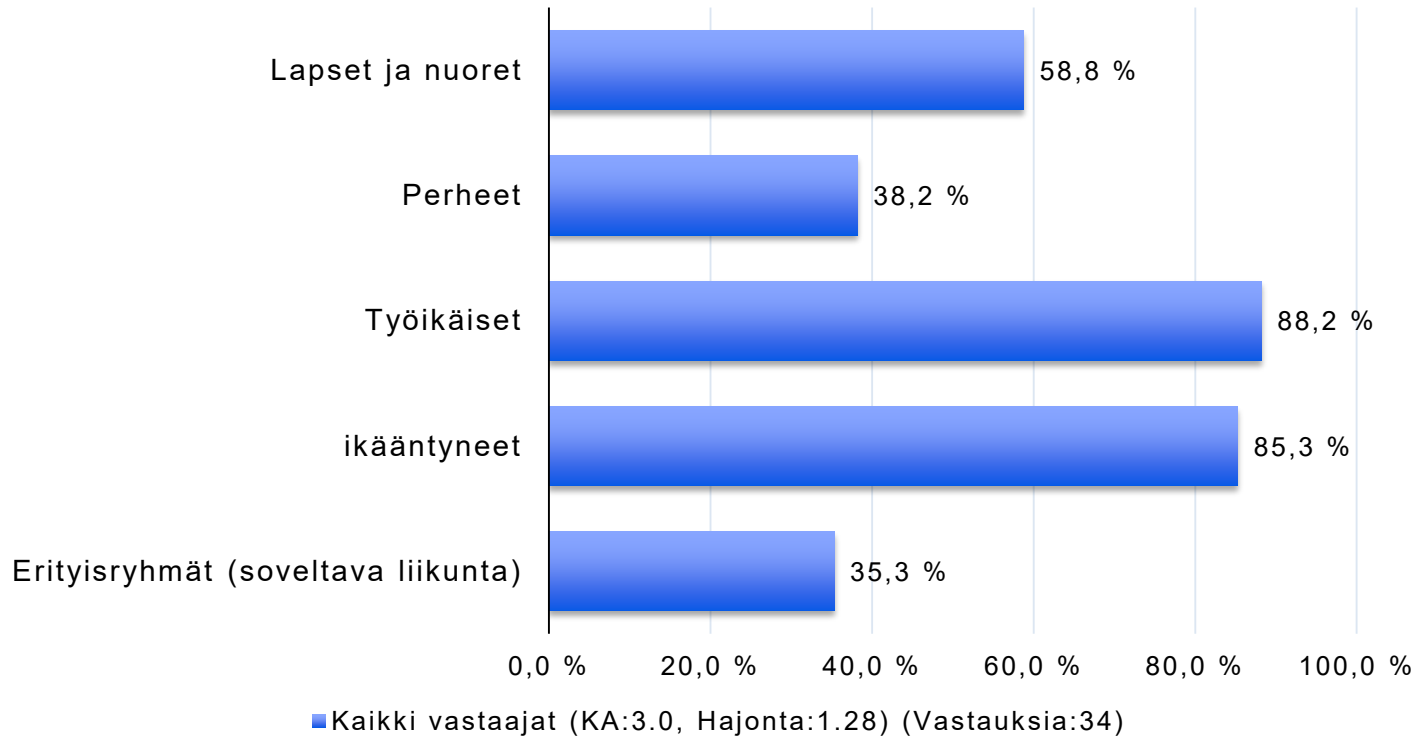
Voit valita useita vaihtoehtoja.



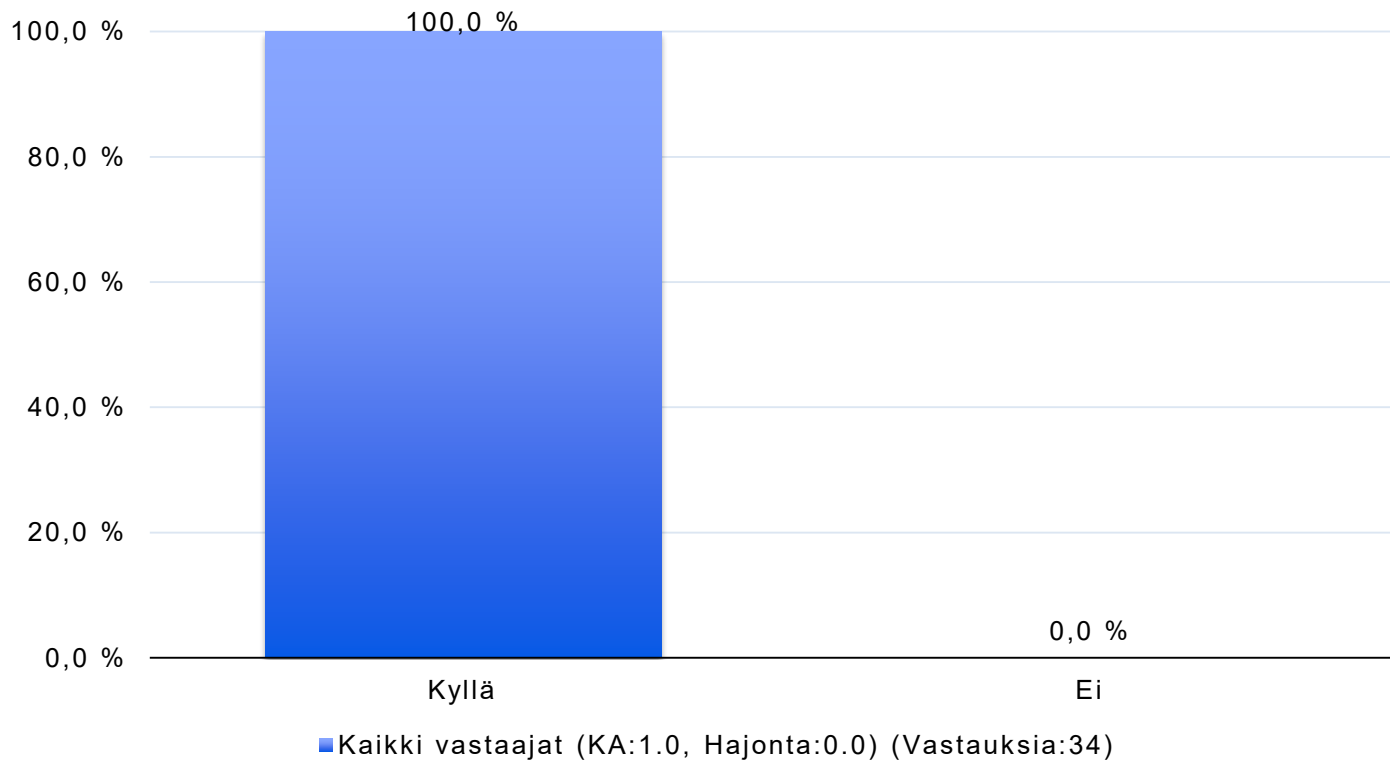
■ Kaikki vastaajat (KA:2.42, Hajonta:1.76) (Vastauksia:35)

Työskentelen seuraavien kohderyhmien kanssa

Voit valita useita vaihtoehtoja.



Koetko, että liikuntaneuvonnan verkkosivuista olisi sinulle hyötyä työssäsi?



Mitä aiheita käsittelevää tietoa haluaisit löytää uudelta liikuntaneuvonta.fi -verkkosivustolta?

- **Liikuntaneuvonnassa käsiteltävät osa-alueet**

- Liikunta
- Ravitsemus
- Uni
- Päihteet
- Arjenhallinta
- Painonhallinta
- Mielensterveys/psykkiset jutut

- **Konkreettiset työkalut**
- **Valtakunnalliset ajankohtaiset uutiset**
- **Tutkimustieto**
- **Hyvät esimerkit**

Mitä konkreettisia työssäsi tarpeellisia työkaluja (esim. esitietolomake, motivaatiokysely, hyvinvointijana, mittarivalikko) toivoisit verkkosivuille?

- Painonpudottajan harjoitusvihko/työkirja
- Kirjalliset suositukset ruokavalioon
- Ravitsemuspäiväkirjan pohja
- Motivaatiokysely
- Hyvinvointijana
- Mittarivalikko
- Esitieto- ja loppukyselylomake
- Työkirja
- mittaukset, liikuntasuoritukset, saliohjelmat
- Havainnollistavat kuvat ja kaaviot.
- Yhteystiedot eri kuntien liikuntaneuvontaan
- Valmiit lomakkeet kunto-ohjelmia/ravintosuunnitelmia varten
- Asiaksmateriaalia
- Esityspohja liikuntaneuvonnasta, kun palvelua pitää markkinoida ja perustella
- Uneen liittyviä työkaluja
- Liikuntasuositukset
- Liikuntaneuvojien osaaminen
- Asiakkaan kohtaaminen/vuorovaikutustaidot
- Motivoiva haastattelu / hot
- Oman ammattitaidon reflektointi
- koulutus/perehdyttämismateriaali liikuntaneuvojille
- Chatti/avoin keskustelupalsta, jossa voisi hyödyntää verkostoa eteen tulevissa kysymyksissä
- Miten tunnistaa mielenterveysasiakkaat, reagointi + tuki
- Kuntotestit (testausohjeet ja viitearvot)
- Materiaaleja ja työkalua kohderyhmittäin ja aihealueittain
- Ryhmäliikuntaneuvonnan työkalut
- Hyödylliset linkkivinkit (liikuntaneuvojalle sekä asiakkaalle annettaviin materiaaleihin)
- Valmis materiaali puheeksiottamiseen
- valmista markkinointimateriaalia
- Kuvapankki

Minkälaisissa työsi osa-alueissa kokisit verkkosivuston hyödylliseksi?

Asiantuntijatyö

- Markkinointi
- Tiedottaminen
- Kehitystyö (tulevaisuuden kehityssuunnat)
- Koordinointi
- Liikuntaneuvonnan käynnistäminen
- Tietojen päivittäminen
- Vaikuttaminen
- Viestintä
- Vaikutusten arviointi

Asiakastyö

- motivointi muutokseen
- Valittaessa liikuntamuotoja ja -määriä
- Neuvontatapaamiseen valmistautuminen
- Materiaalien etsiminen
- Ohjelmien laatiminen
- Ravitsemusneuvonta

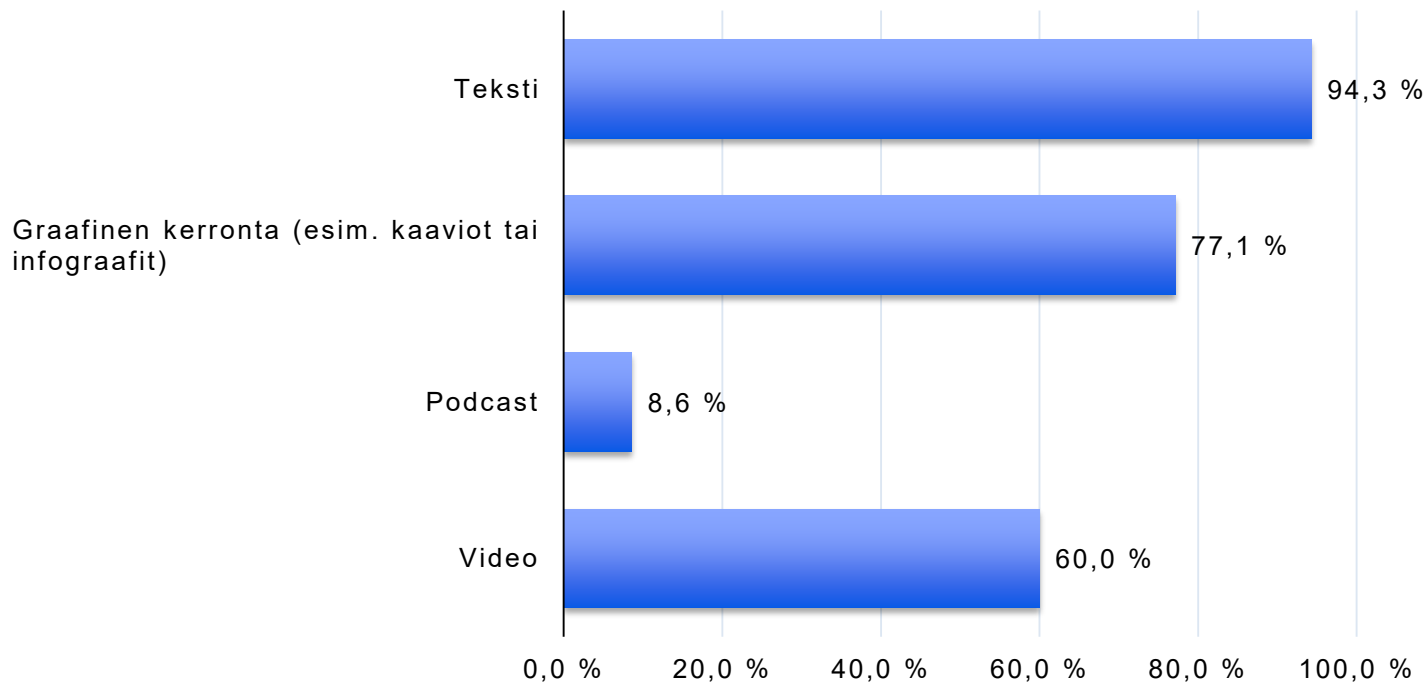
Ajankohtaisten asioiden löytöpaikka/ tiedonhaku

- Uudet linjaukset/suuntaukset
- Tutkittu tieto

Osaamisen kehittäminen

- Verkostoituminen/kokemusten vaihto

Minkälaisessa muodossa oleva tieto on sinulle helpoin vastaanottaa? Voit valita useita vaihtoehtoja.



■ Kaikki vastaajat (KA:2.14, Hajonta:1.19) (Vastauksia:35)

Miltä verkkosivuilta tällä hetkellä haet tietoa liikuntaneuvonnasta? (Hyödyllisimmiksi koetut maalattu keltaisella)

- UKK-instituutti
- KKI
- Ikäinstituutti
- Liikkuva koulu
- Neuvokas perhe
- Sydän.fi
- Diabetesliitto
- THL
- Kuntien verkkosivut
- Terveyskylä.fi
- Käypä hoito
- Sairaanhoidopiirien sivut (essote)
- Duodecim
- Trainer 4 you
- Vesote-hankkeen aikana perustetut sivut
- Fineli
- Toimia-tietokanta
- Terveyskirjasto
- Youtube, facebook
- SuomiMies
- Työterveyslaitos
- PHLU:n liikuntaneuvontasivut
- Fysioterapia-aiheiset sivut
- Syöhyää.fi
- Muutosta liikkeellä
- Marttojen finfood
- Liikunta-apteekki

Toivomuksia/vapaa sana tulevasta verkkosivustosta

- Helppokäyttöisyys, käyttäjäystävällisyys
- Selkeät
- Sekä ammattilaiselle ja asiakkaalle
- Houkuttelevat
- Monipuoliset
- Nopeat
- Koulutusta
- Innolla odotetaan
- Verkostoitumismahdollisuus
- Tarpeellinen sivusto yhtenäisyyden lisäämiseksi
- Päivitetään useasti (ennemmin useasti päivittyvää kuin liikaa materiaalia)