

Elintapaohjauksen toimintasuunnitelma

3446/00.02.02/2024

Hyvinvointialueen vanhusneuvosto 10.06.2024 § 54

Lisätiedot	Elintapaohjauksen asiantuntija Reeta Raimoaho sähköposti: reeta.raimoaho@siunsote.fi p. 013 330 8597
Käsittely	Elintapaohjauksen asiantuntija Reeta Raimoahon ollessa estynyt osallistumaan kokoukseen asian esitteli kehittämisasiantuntija Jertta Harinen. Vanhusneuvoston jäsenet esittivät, että toimintasuunnitelmassa painotettaisiin tottumuksien merkitystä. Heidän mielestään pitäisi keskittyä lapsiin ja nuoriin sekä jakamaan tietoa heidän vanhemmilleen. Tällä tavalla olisi mahdollista saada aikaan hyvät elintavat mahdollisimman varhaisessa vaiheessa. Toisaalta tiedostettiin, että kodeissa voi olla haasteita, jotka vaikeuttavat terveellisten elintapojen ylläpitämistä. Toimintasuunnitelmassa tulisi näkyä myös mielenterveyden vaikutus. Lisäksi huomautettiin, että tietoa tulee olla saatavilla muuallakin kuin internetissä, koska se ei tavoita varsinkaan ikäihmisiä. Keskustelussa pidettiin tärkeänä kuntien ja hyvinvointialueen välistä yhteistyötä, jossa painoituksina tulisi olla lapset, nuoret ja ikäihmiset. Jäsenet olivat sitä mieltä, että elintapaohjauksessa työntekijän suhtautumistavalla on suuri merkitys. He näkivät haasteiksi myös sen, että esimerkiksi ravitsemusterapeuteille on pitkät jonot. Asiakkaan ollessa motivoitunut muuttamaan elämäntapojaan, palveluita pitäisi olla saatavilla mahdollisimman pian.
Selostus	Elintapaohjauksen asiantuntija Reeta Raimoaho esittelee elintapaohjauksen toimintasuunnitelman luonnosta, joka on menossa hyte-lautakunnan käsiteltäväksi. Terveillä elintavoilla voidaan lisätä yksilön fyysistä ja psyykkistä hyvinvointia, tukea työ- ja toimintakykyä sekä vähentää yleisimpien pitkäaikaissairauksien todennäköisyyttä. Elintapaohjauksen ja -neuvonnan tavoitteena on tukea yksilöä tai ryhmää tekemään terveyttä ja hyvinvointia edistäviä pysyviä muutoksia elintavoissa. Elintapaohjauksen toimintasuunnitelma sisältää tavoitteet elintapaohjauksen kokonaisuuden kehittämiseksi Pohjois-Karjalan hyvinvointialueella sekä toimenpiteet tavoiteisiin pääseksi. Keskustelu kehittämistoimenpiteistä on vielä kesken eri palvelualueiden kanssa ja ne tarkentuvat vielä alkukesästä.

