

Varha uudistaa ennaltaehkäiseviä palveluita – elintapaohjauksen pilotit käynnistymässä

Sote-keskuksissa on käynnistymässä elintapaohjauksen pilotointi Turun, Salon, Raision ja Auran alueilla. Pilottialueet kehittävät yhteistyössä Varhan hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen yksikön kanssa elintapaohjauksen prosessimaisen palvelun sote-keskuksiin.

Elintapaohjauksessa asiakas saa ammattilaisen apua oman arkensa muutoksiin muun muassa laadukkaamman ravitsemuksen, paremman nukkumisen, painon hallinnan ja päihitteettömyyden osalta.

- Kehittämistyön myötä pyrimme tarjoamaan laadukasta elintapaohjausta asiakkaillemme ja sitä kautta vähentämään elintavoista johtuvia kansansairauksia, kuvailee klinisen hoitotyön asiantuntija **Eva Antero-Jalava** yhtenä pilottialueena toimivasta Turun sote-keskuksesta.

Piloteissa luotava elintapaohjauksen palvelu tullaan levittämään koko Varhan alueelle vaiheittain. Pilotit lähtevät luomaan yhtenäistä toimintamallia ja palvelua alkuvuodesta 2024.

- Piloteissa kehitetty toimintamalli laajennetaan muihin Varhan sote-keskuksiin vuoden 2025 loppuun mennessä, kertoo kehittämistyötä koordinoiva asiantuntija **Merja Männikkö** Varhan hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen yksiköstä.

Kunnat kehittävät liikuntaneuvontaa

Elintapamuutoksissa liikunnalla on usein suuri rooli. Kunnat ja Varha tekevät piloteissa vahvaa yhteistyötä.

- Kunnat kehittävät liikuntaneuvonnan palvelua, joka tuodaan osaksi Varhan elintapaohjauksen palvelutarjotinta. Näin varmistetaan Varhan asiakkaiden ohjautuminen kunnissa toteutettavaan liikuntaneuvontaan, kertoo projektikoordinaattori **Satu Revonsuo**.

Osassa alueen kunnista liikuntaneuvonnan palvelua on ollut tarjolla jo aiemmin, mutta ohjautuminen sote-palveluista ei ole vielä kattavasti toiminut. Toisissa kunnissa puolestaan on vielä kehittämistyötä edessä, jotta liikuntaneuvonnan palvelua olisi tarjolla.

- Elintapaohjaus-liikuntaneuvonnan palveluketju on aito yhdyspintapalvelu, eli palvelu, jossa asiakas saa palvelua sekä Varhan että kunnan puolelta, Revonsuo jatkaa.

Varha ja kunnat tekevät tiivistä yhteistyötä

Varhan elintapaohjaajat ja kuntien liikuntaneuvojat muodostavat tulevaisuudessa vastinparit ja tekevät jatkossa työtä selkeällä työnjaolla. Myös kunnan näkökulmasta on tärkeää, että kyetään lisäämään kuntalaisten liikkumista ja terveitä elintapoja.

- Hyvinvoivat kuntalaiset ovat ehdottomasti kunnan elinvoimaa lisäävä tekijä, kuvailee hyte-koordinaattori **Heidi Suominen** pilotoinnissa mukana olevalta Raision kaupungilta.

- Väestön hyvinvoinnin ja terveyden edistämistyössä kunnan ja Varhan yhteistyö ja palveluketjujen yhteensovittaminen ovat avainasemassa, Suominen linjaa.

- On ollut ilo huomata, että Varhan organisaatio alkaa olla käynnistymisvaiheen jälkeen siinä pisteessä, että nämä konkreettiset kuntalaisille ja asiakkaille positiivisesti näkyvät palveluita koskevat uudistukset alkavat realisoitua, Suominen tiivistää.

Kehittämiskokonaisuus toteutetaan hyte-yksikön ja Kestävän kasvun Varsinais-Suomi -hankkeen yhteistyönä vuosina 2024–2025. Hanke on osa Euroopan unionin rahoittamaa Suomen kestävän kasvun ohjelmaa.

Lisätietoja:

Elintapaohjauksen kehittäminen, asiantuntija Merja Männikkö, p. 050 305 2019

Liikuntaneuvonnan kehittäminen, projektikoordinaattori Satu Revonsuo, p. 050 342 7039