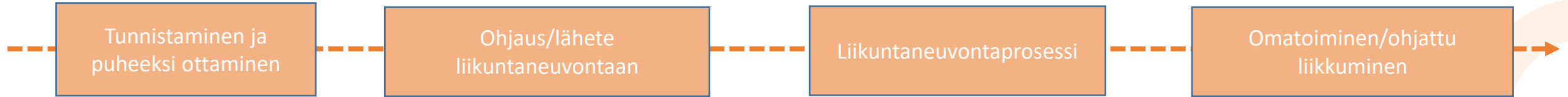


# Perheliikuntaneuvonnan palveluketju

- Perheille, jotka ovat lastenneuvolan asiakkaita.
- Sovitut käytännöt HVA lastenneuvolan ja kunnan liikuntapalveluiden välillä.



Terveytensä kannalta liian vähän liikkuvien lasten/perheiden **tunnistaminen lastenneuvolassa**

Ohjaamisen kriteerit:

- Elintavoissa haasteita (passiivinen elämäntapa, unihaasteet, ruokailutottumukset, runsas ruutu-aika)
- Ylipaino
- Yksinäisyys, arkuus, arjen hallinnan vaikeuksia
- Vähävaraisuus
- Ei harrastuksia
- Paikkakunnalle juuri muuttaneet
- Perheen oma motivaatio/huoli

Lapsen ja perheen kohtaaminen ja elintapojen/liikkumisen **puheeksiotto, liikuntaneuvontaan motivointi**

**Perheen ohjaaminen** liikuntaneuvontaan (kuntaan)

- Sovitut lähetekäytännöt
- Th + liikunnanohjaaja vastinpari sovittu
- Lähetä: salattu sähköposti
- Liikuntaneuvonnasta otetaan yhteys perheeseen

**Yksilöllinen maksuton liikuntaneuvonta kunnassa** koko perhe huomioiden (ml. liikunta-, ravitsemus-, uni, ruutuajan hallinta)

- Ohjauksen kesto on yksilöllinen (mahdollisuus jopa 9-12 kk neuvontaan)
- Prosessissa käytössä
  - Arvo- ja hyväksyntäpohjainen lähestymistapa (Hotmenetelmä)
  - Neuvokas perhe materiaalit
  - kunnan omat materiaalit (esim. Seinäjoen liikunnalliset satukirjat)

Liikunnallisempi elämäntapa ja sen **ylläpitäminen**

- Ohjaus esim.
  - Kunnan/järjestön, urheiluseuran, srk toimintaan
  - Matalan kynnyksen liikunta, -luonto ja kulttuuripalvelut
  - Osallisuutta edistävät palvelut esim. vertaistukitoiminta
- Digitaalisen palvelutarjottimen hyödyntäminen [www.tarmoa.fi](http://www.tarmoa.fi)