



Terve Lappi

Terveyden edistäminen kannattaa

Ohjaajalääkäri
Aimo Korpilähde
Aimo.korpilahde@poskelappi.fi
p. 0400 493 755

Terveyden edistämisen suunnittelija
Tuula Kokkonen
tuula.kokkonen@poskelappi.fi
p. 040 7235 401

Terveyden edistämisen suunnittelija
Inkerelli Vieltojärvi
Inkerelli.vieltojarvi@poskelappi.fi
p. 040 5700 197

Pohjoisen alueen Kaste

NELJÄ LINJAA TOIMINNASSA

1. TERVEYDEN EDISTÄMISEN
RAKENTEET JA KUNNALLINEN
PÄÄTÖKSENTEKO
2. TERVEYDEN EDISTÄMINEN
VÄESTÖTASOLLA
3. ELÄMÄNTAPAHOHJAUKSEN
KEHITTÄMINEN
4. ERITYISKYSYMYKSET

1. TERVEYDEN EDISTÄMISEN RAKENTEET JA KUNNALLINEN PÄÄTÖKSENTEKO

Tavoitteet:

- Toimiva malli terveyden edistämiseen maakunnallisen terveyden edistämisen yksikön, sairaanhoitopiirien ja kuntien välille
- Kuntien
 - terveyden edistämiseen vastuullisen johtajan
 - poikkihallinnollisen terveyden edistämisen työryhmän
 - terveyden edistämisen yhdyshenkilön nimeäminen, aseman vahvistaminen, tehtävien selkeyttäminen
- Valtuustokausittain laadittavat hyvinvointikertomukset ja hyvinvointistrategiat Lapin kuntiin
- Terveysvaikutusten huomiointi kuntien päätöksenteossa

2. TERVEYDEN EDISTÄMINEN VÄESTÖTASOLLA

Tavoitteet:

- Lapissa on maakunnallinen väestöstrategia terveyden edistämässä
- terveyden edistäminen näkyy kunnissa järjestettävissä yleisötilaisuuksissa ja tapahtumissa
- lappilaisten oma vastuu terveytensä edistämässä lisääntyy

3. ELÄMÄNTAPAHOHJAUKSEN KEHITTÄMINEN

Tavoitteet:

Aluksi painopisteenä sydän- ja verisuonisairaudet sekä aikuisiän diabetes.

- Lapin kunnissa seulotaan systemaattisesti riskihenkilöitä
- Kunnissa on käytössä elämäntapaohjausprosessi
- Lappilaisilla on mahdollisuus osallistua hyvinvointiryhmään myös teletekniikan keinoin

Elintapaohjaus pähkinänkuoressa

Näin tehtiin:

- Rekrytoitiin diabeteksen riskipisteillä ≥ 12
- Tavoitteellisen toiminnan mallin mukainen ryhmäohjaus, 5 tapaamista 2 viikon välein + seurantatapaaminen 8 kk kohdalla
- Ohjaajina terveydenhoitajia ja diabeteshoitajia yksin tai pareittain keskenään tai fysioterapeutin kanssa
- Projektin ravitsemusterapeutti koordinaattorina ja tukena
- Kunnallinen liikuntatoimi mukana yhdellä tapaamisella

Tulokseksi saatiin:

- Pieni, mutta pysyvä (3 v.) painonlasku
- Heinkiloilla, joilla oli alussa heikentynyt sokerinsieto:
 - 43 % palautui normaaliksi 3 v. seurannassa
 - 12 % kehittyi diabetekseksi (vrt. DPS-tutkimuksen intensiivisessä interventioryhmässä 9 % ja vertailuryhmässä 20 %)



4. ERITYISKYSYMYKSIÄ

- Suun terveyden edistäminen
- Saamelaisten terveyden edistäminen
- Terveyserojen kaventaminen
- Asiakkaiden osallisuus

Terve Lappi

TOIMINTA

- Koulutukset, Ikihyvä 27.-28.4. ja 11.5.
- Työkokoukset
- Terveysten edistämisen kehittämistyöjaksot kunnissa, n.7000€/kunta
- Konsultaatiotuki, ryhmänohjaajat, IVA
- www.tervelappi.fi
- Hyvien käytäntöjen jakaminen
- Väestökampanja lappilaisten terveydeksi
- Mediayhteistyö

Terve Lappi toiminnassa

Terveystyön edistäminen
kuntien
päättökenttään:

Hyvinvointikertomukset
Ja -strategiat

IVA –mallin koulutus ja
Konsultaatio

Elämäntapa-
Ohjaus:

Ikihyvä –mallin
Koulutus ja
Konsultaatio

Erilaisia ryhmäpilotteja

Hyvinvointiryhmät
kunnissa syksyllä 2010

Väestökampanja:

Nettisivut

Yleisötapahtumat

Mediaviestintä

Yhteistyössä kuntien terveyden edistämisen johdon, yhdyshenkilöiden ja työryhmien kanssa

Monialainen yhteistyö ja koulutukset

Tietotekniikan hyödyntäminen

Kuntien kehittämistyöjaksot

Terve Lappi

Terveyden edistäminen Lapin Kasteessa

Herättely oman terveyden edistämiseen

Kaikki
Lappilaiset

Erityisessä
sairastumis-
vaarassa
olevat
henkilöt

- Mediakampanjat
- Nettipalvelut
- Tapahtumat

Tuki oman terveyden edistämiseen

- Nettipalvelut
- Tapahtumat
- Hoitoketjut
- Elämäntapojen yksilöohjaus
- Elämäntapaohjausryhmät
- IVA kuntien päätöksissä
- Kuntien te-rakenteet

Yhteistyöllä - kouluttamalla - uusia toimintatapoja kokeilemalla ja jakamalla

Lappilaiset pitävät huolta
omasta hyvinvoinnista

Lapin kunnat edistävät
kuntalaistensa hyvinvointia