

## Liikuntaneuvonnan vuositalannekatsaus 2024

### 1. Asiakasmäärät ja lähetteet

Edelliseltä vuodelta asiakkaita oli 19 henkilöä, ja uusia asiakkaita saatiin 74, yhteensä 93 asiakasta. Asiakkuuden kesto on enimmillään yksi vuosi, jonka jälkeen pyrimme saamaan asiakkaat saattaen vaihdolla yleisiin ryhmiin. Liikuntaneuvontaan on tullut runsaasti lähetteitä, ja joidenkin asiakkaiden osalta oli odotusaika 1-3 kuukautta ennen tilan löytymistä.

### 2. Toiminta Nivalassa

Liikuntaneuvontaa toteutettiin aktiivisesti Nivalassa. Lisätyöpanoksen (50 %) ansiosta pystyttiin tarjoamaan myös ilta- ja viikonloppuohjausta työikäisille, mikä paransi palvelun saatavuutta ja laatua.

### 3. Yhteistyö ja toimintamallit

Pohteen hyvinvointialue on edelleen kehittämässä uusia yhteistyö- ja toimintamalleja. Alueen kunnissa käytettävät yhteiset lähete käytänteet ovat vielä kehitysvaiheessa. Kaupungin hyvinvoinnin toimiala on keskeinen yhteistyökumppani liikuntaneuvonnan laadukkaan ylläpidon ja yhteisten tapahtumien järjestämisen kannalta.

### 4. Liikuntavälinelainaamo

Liikuntavälinelainaamosta on annettu välineitä sekä liikuntaneuvonnan asiakkaille että muille halukkaille pienellä korvauksella. Tämä on lisännyt liikuntamahdollisuuksia ja mahdollistanut neuvonnassa mukana oleville asiakkaille välineiden käytön.

Olemme profiloituneet kaatumisen ehkäisyssä poikkisektoraaalisesti muiden toimialojen kanssa mm. hiekoituspelin jaossa.

### 5. Muut asiakkaat ja ryhmät

Liikuntaneuvontaa on tarjottu myös asiakkaille, jotka eivät ole saaneet lähetettä. Ilman reseptejä olevien neuvonta määrä on kasvanut huomattavasti, näitä asiakkaita oli yhteensä 450 (kasvua 130), ja heille on annettu keskimäärin 30 minuutin opastusta tai tietoa. Viikoittain liikuntaneuvonnassa liikutetaan noin 42 henkilöä, ja liikuntaryhmissä on mukana keskimäärin 30 asiakasta. Lisäksi tarjotaan yksilöohjausta erityistarpeita omaaville asiakkaille, kuten masennuksesta kärsiville, A-klinikan asiakkaille ja osalle ikäihmisistä.

### 6. Monitoimiareenan vaikutus

Monitoimiareenan valmistuminen on mahdollistanut uusien liikuntamuotojen kokeilemisen ja tuonut monipuolisuutta liikuntaneuvontaan. Tämä on lisännyt asiakkaiden mahdollisuuksia kokeilla erilaisia liikuntamuotoja ja parantanut palvelun saavutettavuutta.

### 7. Liikuntaneuvonnan rooli työryhmissä

Liikuntaneuvonta on mukana useissa työryhmissä ja hankkeissa, jotka edistävät hyvinvointia ja liikuntaa alueella. Näitä työryhmiä ovat muun muassa:

- Voimaa Vanhuuteen -ohjausryhmä
- Ikäystävällinen Nivala -työryhmä
- Hyvinvoinnin ja terveydenedistämisen työryhmä
- Liikenneturvallisuus -työryhmä
- Liikunnan edistämisen työryhmä
- Etäelintapaohjauksen pilottihanke sekä ohjausryhmän toiminta, joka tuo uusia näkökulmia neuvonnan kehittämiseen.

### 8. Taloudellinen näkökulma: Yleinen kustannusten kasvu ja lisääntyneet asiakasmäärät tuovat haasteita suorittaa liikuntaneuvontaa laadukkaasti. Asiakkaista on jonossa odottamassa vapautuvaa työaika resursseja. Haluamme pitää asiakkaista hyvän huolen ja palvella heitä mahdollisimman hyvin. Jatkossa tarkastelemme resurssien riittävydestä.

Raportissa esiin tulleet kehittämisalueet, kuten yhteisten käytäntöjen luominen ja laajemman yhteistyön tiivistäminen, tukevat liikuntaneuvonnan jatkuvaa kehitystä ja parantavat sen saavutettavuutta sekä vaikuttavuutta.