



verkko
puntari

Tervetuloa Verkkopuntari-ohjaajien etätapaamiseen!

Tapaaminen alkaa pian

Ohjaajien
etätapaamiset:
www.verkkopuntari.fi





Sisältö

Tervetuloa

Tavoite ja aikataulu

Esittäytyminen

Kuulumiset ja kokemukset

Kehittämisehdotukset



Tavoite ja aikataulu



Etätapaamisen tavoite on:



- tukea ohjaajien verkostoitumista



- helpottaa kurssien pitämistä



- vaihtaa kokemuksia ohjaamisesta



Aikataulu: klo 9.00-10.30, tauko (5 min) puolessa välissä



Teamsin toiminnot

Älä häiritse -tila

- saat vain tärkeiksi/kiireellisiksi merkittyjä ilmoituksia

ES

Etunimi Sukunimi
sähköpostiosoite

Alä häiritse - Määritä tilaviesti

- Tavoitettavissa
- Varattu
- Älä häiritse
- Palaan pian
- Näy poistuneena
- Näy offline-tilassa (85 %) +

Kesto

Palauta tila >

Lataa mobiilisovellus

Kirjaudu ulos



Mitä kuuluu?

Mistä organisaatiosta ja yksiköstä olet?

Kokemuksia verkko-ohjaamisesta? Millaisia?

Millaiset teemat/toiveet ovat olleet esillä asiakkaiden parissa?

Odotukset etätapaamiselle?



Verkkopuntari-kuulumiset



Esimerkkejä 2022 ohjauksista

- Alueelliset ryhmät (Kymenlaakso)
- Terveyskeskuksien ja terveydenhuollonkuntayhtymän ryhmä (Pirkanmaa, Pohjois-Savo, Satakunta)
- Diabetesvastaanoton ryhmät (Pirkanmaa)
- Valtakunnalliset ryhmät
- Järjestöjen/yhdistysten Verkkopuntari-ryhmät (Etelä-Karjala, Pohjois-Karjala, Satakunta, Pirkanmaa)
- Työväenopiston ryhmä
- Liikunnanohjausta hyödyntävä ryhmä (Pohjois-Pohjanmaa)
- Yksilövalmennuksia (esim. Uusimaa, Pirkanmaa, Keski-Suomi, Satakunta, Pohjois-Pohjanmaa)

Nuorten elintapaohjaus

- 9/2022 alkaa nuorten hyvinvointia tukeva ryhmä (Keski-Suomi)
- Sisältöä kehitetään saatu palaute huomioiden

Seuranta ja arviointi



Vaikutusten ja vaikuttavuuden seuranta 1/3

Ehdotuksia mittareista:

Lifecare-potilastietojärjestelmän mittarit

Liikkumisen suositus – Arviointityökalu

BMI, verenpaine, kolesteroli, puristusvoima , verensokeri

Millainen on mielestäsi nykyinen terveydentilasi?

Millainen on mielestäsi nykyinen fyysinen kuntosi?

Oletetaan, että työkykysi on parhaimmillaan saanut 10 pistettä.

- Minkä pistemäärän antaisit nykyiselle työkyvyillesi asteikolla 1–10?

Vaikutusten ja vaikuttavuuden seuranta 2/3

Ehdotuksia mittareista:

- Elämänlaatu (Eurohis8)
- Terveysportti.fi Miten hyödyllistä ohjaus oli sinulle?
- Tupakkakysely tarvittaessa
- Voimavarakysymykset ja koettu toimintakyky -kysymykset
- Taustatiedot

Vaikutusten ja vaikuttavuuden seuranta 3/3

Ehdotuksia kirjaamiseen:

Esim. OAB-koodit, (seurantatieto tällöin THL:n tilastoihin)

- Ravitsemus OAB72
- Painonhallinta- ja laihdutusohjaus
- Liikunta OAB77 Prosessinomainen liikuntaelintapaneuvonta (tavoite ohjata kunnan liikuntapalveluihin)
- OAB78 keskustelu liikuntatottumuksista ja ohjaus liikuntapalveluihin
- Uni OAB42 Tunnettuun terveysongelmaan liittyvä neuvonta

Miten Verkkopuntaria tulisi kehittää?



Jatkosuunnitelma

Ohjaajien tuki:

- Verkkopuntari-tiimi paikalla ma-to puhelimitse 050 342 8945 tai verkkopuntari@sydan.fi
- Ruotsinkielinen Verkkopuntari valmistuu 2022
- Ohjaajatapaamiset 1 krt / kk
- Perehdytykset 1 krt / kk
- Elintapaohjauksen yhteistyön mallinus uusiin rakenteisiin (hyvinvointialueet) jatkuu
- Yksilöllistä tukea esim. Teams, puhelu, sähköposti saatavilla
- Sydänpiiri ottaa vastaan ohjaajien kehittämisehdotuksia ja palautetta
- Haluatko puheenvuoron kokemuksistasi seuraavissa ohjaajatapaamisissa? Ilmoittele Verkkopuntari-tiimille.



Kiitos! :)

