

## Vahvista elintapaohjauksen osaamistasi

Pirkanmaan VESOTE-hanke tarjoaa sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisille maksutta elintapaohjauksen tietoja ja yhteistyötapoja vahvistavan koulutuskokonaisuuden. Koulutuksen teemoina ovat liikunta, ravitsemus ja unettomuuden lääkkeetön hoito.



### VESOTE-hankkeen elintapaohjauskoulutuksen oppimispolku

28.9.2017 klo 12.00 UKK-instituutti	Loka–marraskuu OSA 1	Marras–joulukuu OSA 2	Tammi–helmikuu OSA 3	Maaliskuu 2018
Elintapamessut	Liikunta	Ravitsemus	Uni	Päätösseminaari

Elintapaohjausta vahvistava lähi- ja verkkokoulutus

Koulutus alkaa julkisen sektorin ammattihenkilöille suunnatuilla Elintapamessuilla 28.9. klo 12–16 UKK-instituutissa Tampereella. Pääset verkostoitumaan Pirkanmaan elintapaohjauksen ammattilaisten kanssa ja tutustumaan hyviin käytäntöihin. Samalla on mahdollisuus tutustua alkavaan koulutukseen ja verkkokoulutusalueeseen.

### Miksi osallistua koulutukseen?

- ✓ Saat elintapaohjauksen uusimmat tiedot ja vaikuttavat menetelmät.
- ✓ Pääset syventymään asiakasesimerkkien kautta keuhkohtaumatauti- ja mielenterveyspotilaiden ohjaamisen erityiskysymyksiin. Samoja menetelmiä voit soveltaa muidenkin asiakasryhmien ohjauksessa.
- ✓ Koulutus antaa tukea oman työpaikkasi elintapaohjauksen toimintatapojen kehittämiseen.

**Osallistumispaikkoja on rajallinen määrä!**

- Elintapaohjauksen lyhyt oppimäärä
- Keuhkohtaumatauti- ja mielenterveyspotilaiden ohjauksen erityiskysymykset
- Verkostoidu ja vaihda ajatuksia

[Ilmoittaudu tästä!](#)



VESOTE – Vaikuttavaa elintapaohjausta sosiaali- ja terveydenhuoltoon poikkihallinnollisesti -hanke on yksi STM:n rahoittamista Edistetään terveyttä ja hyvinvointia sekä vähennetään eriarvoisuutta -kärkihankkeista (2017–18). Hankkeen päämääränä on, että suomalaiset lisäävät liikkumista, vähentävät istumista, syövät monipuolisesti ja terveellisesti sekä nukkuvat paremmin. Yhteishankkeessa on 14 toimijaa, se kattaa 172 kuntaa ja sen vaikutusalueella on yhteensä yli 3,9 miljoonaa asukasta. VESOTE-hanketta koordinoi UKK-instituutti ja VESOTE-Pirkanmaata Pirkanmaan sairaanhoitopiiri.

## Pirkanmaan tavoitteet

- ▶ Vahvistetaan elintapaohjausta antavien ammattilaisten osaamista erityisesti liikunnan, ravitsemuksen ja unen osalta.
- ▶ Luodaan käytännöt elintapaohjausta tarvitsevien asiakkaiden tunnistamiseen ja heidän ohjaamiseen vaikuttavaksi todettuun elintapaohjaukseen.
- ▶ Maakunnassa on yhteiset sähköiset elintapaohjauksen palvelut ja palvelutarjotin kaikille asukkaille

## Keinot tavoitteisiin pääsemiseksi Pirkanmaalla

### 1. Lisätään elintapaohjauksen osaamista

- Järjestetään verkkokoulutusta ammattilaisille hankkeen teemoista ja vahvistetaan ammattilaisten osaamista puheeksi ottamisen, kirjaamisen ja motivoivan keskustelun sisällöistä

### 2. Rakennetaan virtuaalinen elintapaohjauspoliklinikka ja -palvelutarjotin, jotka kattavat koko Pirkanmaan maakunnan.

- Hanke tekee yhteistyötä ODA- ja Virtuaalisairaala-hankkeiden kanssa

### 3. Annetaan koulutuksiin osallistujille tukea oman työyksikön käytäntöjen kehittämiseen

- Tukee työyksikön osallistumista kunnan hyvinvointikertomuksen painopisteiden toimeenpanoon
- Tukee työyksikön yhteistä valmistautumista sote- ja maakuntauudistuksen tuomiin muutoksiin

### 4. Laajennetaan Pirkanmaalla luotujen hyvien käytäntöjen käyttöä

## Ammattilaisten osaamisen lisääminen:

hankkeen aikana maksuton koulutus ja ohjaus

### 1. Koulutuksen kohderyhmät

- Syksyllä 2017 alkava koulutus: elintapaohjausta antavat julkisen sektorin ammattilaiset erikoissairaanhoidossa, perusterveydenhuollossa ja muilla kunnan toimialueilla
- Keväällä 2018 alkava koulutus: tietyin ehdoin avoin myös muille kuin julkisen sektorin toimijoille

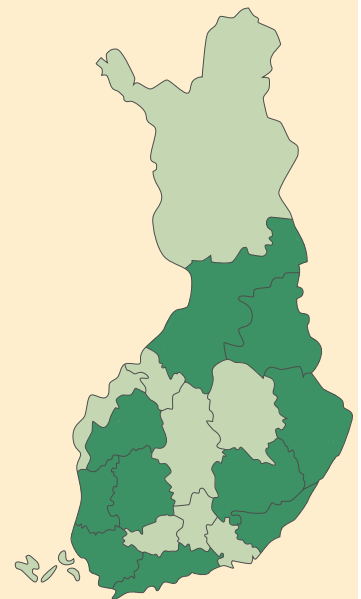
### 2. Erityiskohderyhmät Pirkanmaalla

- keuhkohtaumatauti
- mielenterveys

**Hankeaika:** 2017–2018  
**Rahoittaja:** sosiaali- ja terveysministeriö

### Kärkihanke

Edistetään terveyttä ja hyvinvointia sekä vähennetään eriarvoisuutta: Hyvät käytännöt pysyvään käyttöön -projekti



VESOTE-hankealueilla on yhteensä yli 3,9 miljoonaa asukasta ja 172 kuntaa.

### Yhteystiedot

Maarit Varjonen-Toivonen  
 VESOTE-Pirkanmaan koordinaatiosta vastaava  
 maarit.varjonen-toivonen@pshp.fi  
 p. 050 574 4950

Hyvät käytännöt hyötykäyttöön!

#hyte #vesote #elintapaohjaus #hyvätkäytännöt