

Lapsiperheiden Tule Terveys -tapahtuma

Johanna Kujala

Puh. 040 574 1922

johanna.kujala@suomentule.fi

Innovaatio-projektin esittely, kevät 2014

Metropolia, Bulevardi 31, 24.1.2014

Vastuopettaja: Mirka Peththahandi, Osteopatian koulutusohjelma



SUOMEN TULE ry:

Suomen tuki- ja liikuntaelinliitto



- Suomen Tulen tavoitteena on
 - edistää tuki- ja liikuntaelinterveyttä, ehkäistä sairauksien syntyä sekä tehostaa sairauksien hoitoa ja kuntoutusta
- Valtakunnallinen yhteistyöjärjestö, jonka jäsenjärjestöinä kansalais-, potilas- ja ammattijärjestöjä
- Minno-projekti osa Tehoa tule-terveyden edistämiseen -projektia, jota rahoittaa Raha-automaattiyhdistys ry (v. 2013-2015)
- TULE = tuki- ja liikuntaelin (luusto, nivelet ja lihakset)
- Tule-terveys nähdään kokonaisvaltaisesti (psykofyysissosiaalisesti)

Suomen Tule ry:n jäsenjärjestöt

- Huoltoliitto ry
- Invalidiliitto ry
- Invalidisäätiö
- Suomen Fysiatriryhdistys ry
- Suomen Fysioterapia- ja kuntoutusyrietykset FYSI ry
- Suomen Kiropraktikkoliitto ry
- Suomen Luustoliitto ry
- Suomen Ortopediyhdistys ry
- Suomen Nivelyhdistys ry
- Suomen Osteopaattiliitto ry
- Suomen Selkäliitto ry
- Suomen Sjögrenin syndrooma -yhdistys ry
- Työfysioterapeutit ry
- Työterveyslaitos

Miksi lapsiperheiden tule-terveyttä tulee edistää?

- Liikkumattomuus ja vähäinen fyysinen aktiivisuus ovat suuri riskitekijä esim. tuki- ja liikuntaelinsairauksille, lihavuudelle, tyypin 2 diabetekselle ja masennukselle
- Lasten lihavuus on lisääntynyt hälyttävästi
 - 2000-luvun puolivälissä 5-vuotiaista tytöistä oli ylipainoisia noin 20 prosenttia ja lihavia 5 prosenttia
 - Vastaavasti pojista oli ylipainoisia noin 14 prosenttia ja lihavia 4 prosenttia
- Vain noin puolet lapsista liikkuu terveytensä kannalta riittävästi ja tytöt liikkuvat poikia vähemmän

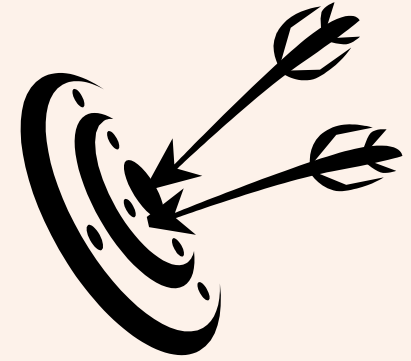
(Lähde: Muutosta liikkeellä! Valtakunnalliset yhteiset linjaukset terveyttä ja hyvinvointia edistävään liikuntaan 2020. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2013:10.)

Miksi lapsiperheiden tule-terveyttä tulee edistää?

- Päivähoidossa olevat lapset ovat paikallaan noin 60 prosenttia ajastaan
- Fyysisesti aktiivisen elämäntavan omaksuminen alkaa jo kolmen vuoden iässä ja liikkumattomuuden omaksuminen on erityisen pysyvää
- Liikuntataitojen kehittyminen on kaikkein kriittisintä päiväkotikäisillä ja aivan alakoulun alussa
 - Liikuntataidot ovat tärkeitä esim. tapaturmien ennaltaehkäisyssä
- Vanhemmilla on suuri merkitys lasten liikunnan mahdollistajana, esimerkkinä ja kannustajana

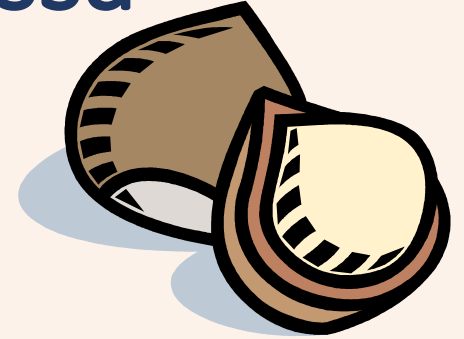
(Lähde: Muutosta liikkeellä! Valtakunnalliset yhteiset linjaukset terveyttä ja hyvinvointia edistävään liikuntaan 2020. Sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskuksen julkaisu 2013:10.)

Projektin tavoitteet



- Edistää lasten ja lapsiperheiden tule-terveyttä
 - Innostaa lapsia fyysiseen aktiivisuuteen ja liikuntataitojen kehittämiseen
 - lisätä vanhempien valmiuksia lasten tuki- ja liikuntaelinterveyden edistämiseen
 - levittää tietoa lasten ja lapsiperheiden tule-terveydestä ja sen edistämisestä kansalaisille, asiantuntijoille ja päättäjille
- Kehittää uusi toimintamalli järjestöjen ja oppilaitoksen väliseen yhteistyöhön
- Kohderyhmänä ovat leikki-ikäiset ja alakoululaiset lapset sekä heidän vanhempansa

Tule Terveys -tapahtuma pähkinäkuoressa



- Rakennetaan lapsille liikuntataitoja kehittävä ”touhurata”
- Tarjotaan vanhemmille asiantuntijaluentoja Auditoriossa
 - Esim. lasten tule-terveys, liikuntataitojen kehittäminen ja lapsiperheiden hyvinvointi
- Tarjotaan lapsiperheille tietoa ja tukea järjestötorilla
 - sosiaali- ja terveysalan järjestöt esittelevät toimintaansa
- Tehdään tapahtumasta ja lasten tule-terveydestä esittelyvideo / -t
- viestitään medialle tapahtumasta (lehdistötiedote, videon levittäminen)
- Päivä toteutetaan huhtikuun alkupuolella Vanhan Viertotien toimipisteessä Pitäjänmäellä, todennäköisesti lauantaina aamupäivällä

Projektin tiimien alustavat hahmotelmat

- Projektipäällikkö / johtotiimi
 - organisointi, yhteistyössä suunnittelu ja arviointi (esim. käsikirjoitus)
- Lasten touhurata-tiimi (esim. fysioterapia ja osteopatia)
- Lasten aistihuone-tiimi (esim. toimintaterapia, optometria, musiikki)
- Luento-tiimi (kaikki alat)
- Järjestö-tiimi (esim. sosiaaliala)
- Markkinoinnin ja käytännön järjestelyn tiimi (kahvio?) (esim. medianomi, musiikki, radio & tv, tv & elokuva)
- Kuvaus-tiimi (esim. musiikki, radio & tv, tv & elokuva)

Mitä projekti antaa opiskelijalle?

- Lisää osaamista lasten ja lapsiperheiden tule-terveydestä ja sen edistämisestä
- Lisää osaamista videon tuottamisesta ja hyödyntämisestä
- Tutustuttaa sosiaali- ja terveysalan järjestökenttään, johon osa tulee myös todennäköisesti työllistymään
- Antaa kokemusta tapahtumapäivän järjestämisestä
- Antaa ideoita järjestöjen ja oppilaitoksen väliseen yhteistyöhön
- Kehittää markkinoinnin, viestinnän ja vaikuttamisen osaamista

Kiitos ja toivottavasti innostuit!

