

KUNTALAINEN 18-64-VUOTIAS



Tavoittaminen

Terveyskeskus

Terveyskeskuksen henkilökunta tunnistaa kohderyhmään kuuluvan asiakkaan. Vaihtoehtoisesti asiakas ottaa asian puheeksi neuvontakäynnillä.

Kohderyhmä:

- 18-64-vuotias muhoslainen
- BMI yli 30
- kokee tarvitsevansa apua liikunnan aloittamiseen
- halu tehdä muutoksia omassa terveystietoisuudessaan

Itse / ammattilainen

Kuntalainen itse / ammattilainen toteaa tarpeen tuen saantiin liikkumisen lisäämiseen liittyvissä asioissa.



Ajanvaraus

Ajanvaraus / yhteydenottopyyntö

Henkilökunta varaa ajan liikuntaneuvontaan. Vaihtoehtoisesti henkilökunta tekee yhteydenottopyynnön, jolloin liikunnanohjaaja on yhteydessä asiakkaaseen.

Puhelinsoitto

Kuntalainen varaa ajan soittamalla liikunnanohjaajalle.



Liikuntaneuvonta

Neuvonta 45-90min

Tiistaina ja keskiviikkona klo 8-12 Koivu ja Tähti -kulttuurikeskuksessa (Muhostie 2). Asiakas haetaan aulasta.

Neuvonta suoritetaan tarvittaessa etänä.

Asiakas voi tutustua omiin tietoihin Omakannassa.



Seuranta

Käyttäytymismuutoksen tukeminen ja seuranta

Prosessin kesto asiakaslähtöisesti 1krt - 12kk.

Liikuntaneuvonnan tarkoituksena on tukea asiakasta matkalla kohti liikunnallisempaa elämäntapaa.

Palvelusta tehdään

- neuvonnan vaikutusten arviointia
- prosessin toteutumisen arviointia

Tuloksia tarkastellaan säännöllisesti.