

Muistiasiakkaan liikuntapolku

LIIKUNTAPOLKUMALLIN HYÖDYT JA KÄYTTÖMAHDOLLISUUDET

PALVELUJEN KEHITTÄMINEN

Välittää tietoa muistiasiakkaista liikuntapalvelujen tarvisijana ja käyttäjänä

Tekee palvelurakenteita näkyväksi

Auttaa eri toimijoiden palvelujen suunnittelua ja yhdistämistä

Tuo esiin vapaaehtoistoimijat voimavarana muistiasiakkaan liikunnan harrastamisessa sairauden eri vaiheissa:

- Liikuntapalvelujen järjestäjinä ja ohjaajina
- Harrastuskavereina
- Ulkoiluystävinä

MUISTIASIAKAS

Omannäköisen elämän jatkaminen ja arkielvytymisen ylläpitäminen mahdollistuvat:

- Liikuntakyky
- Tasapaino
- Kognitio

AMMATTILAISET

Helpottaa palveluohjausta ja liikuntapalvelujen löytämistä palvelutarjonnasta

Auttaa löytämään sopivia liikuntamahdollisuuksia asiakkaalle muistisairauden eri vaiheissa

Auttaa kuntoutussuunnitelman tekemisessä

SAIRAUDEN VAIHE JA LIIKUNNAN TAVOITE	MCI	MUISTISAIRAUDEN DIAGNOOSI	LIEVÄ MUISTISAIRAUS	KESKIVAIKEA MUISTISAIRAUS	VAIKEA MUISTISAIRAUS
	Omaehtoinen liikuntaan motivoituminen	Totuttujen liikuntaharrastusten jatkaminen	Fyysisen kunnon ylläpitäminen sairaudesta huolimatta	Liikuntakyvyn ja arkitoimintojen ylläpysyminen	Päivittäistoimien ylläpysyminen
	Liikuntapolkumallin käyttö laadittaessa kuntoutussuunnitelman fyysisen toimintakyvyn osiota				
LIIKUNTA-MAHDOLLISUUDET	<p>Omassa tutussa liikuntaryhmässä jatkaminen mahdollisimman pitkään (esim. kuntosaliharjoittelu, tasapaino- ja voimaryhmät, tuolijumppa)</p> <p>Sovelletut liikuntaryhmät (esim. tasapaino- ja voimaryhmät, kuntosaliharjoittelu)</p> <p>Neurologisten asiakkaiden liikuntaryhmät Muistiasiakkaiden omat liikuntaryhmät</p> <p>Muistiasiakkaiden toiminnalliset kuntoutusryhmät</p> <p>Kuntouttava päivätoiminta</p> <p>Lyhytaikaisen hoidon liikunnallinen kuntoutus</p> <p>Ympäri vuorokautisen hoidon liikunnallinen kuntoutus</p>				
JÄRJESTÄVÄ TAHO	<p>Kolmas sektori: yhdistykset ja liikuntaseurat</p> <p>Liikuntatoimi</p> <p>Sosiaali- ja terveystoimi</p> <p>Kolmas sektori: sosiaali- ja terveysalan yhdistykset</p>				
TUKI JA OHJAUS	<p>Palveluiden ohjaus ja koordinointi</p> <p>Liikuntaneuvonta</p> <p>Kotihoidolta ja hoitohenkilöstöltä tuki liikunnan mahdollistamiseen</p> <p>Läheiset ja muistikoulutetut vapaaehtoiset liikuntatoimijat (ryhmien ohjaajat, vertaisohjaajat, ikääntyneiden parissa toimivat vapaaehtoiset)</p>				