

KAATUMISEN EHKÄISY

LIKKUMISEN PALVELUPOLKU

KAATUMISRISKIN JA KAATUMISEN PELON PUHEEKSI OTTO Kaatumisen riskin arviointi

Kaatumisen ja
kaatumisen pelon
puheeksi otto



Kaatumisriskin arvio



Toimenpiteet kaatumisen
ehkäisemiseksi

Kaatumisen ehkäisy LIKKUNNAN PALVELUIHIN OHJAUTUMINEN

Ota liikkuminen
puheeksi



Liikkumisen
suositukset



Liikkumisen
vaikutukset
kaatumisen
ehkäisyyn



Ohjaa asiakas
hänelle sopiviin
liikkumisen
palveluihin

TARJOLLA OLEVAT LIKKUNNAN PALVELUT

Omaehtoinen
liikunta+
kaupungin
liikunta-
paikat

Sastamalan
kaupungin
liikuntaryhmät

Sastamalan
kaupungin
liikunta-
neuvonta

Sastamalan
Opiston
liikunta-
ja hyvinvointi-
kurssit

Järjestöt,
seurat,
yhdistykset

Yksityiset
palvelun-
tarjoajat

Pirha
Apuvälineet

Linkit:

Kaatumisen puheeksi otto:

<https://www.pirha.fi/ammattilaiselle/ohjeet-ja-toimintamallit/toimintamallit/kaatumisen-ehkaisyn-toimintamalli>

Kaatumisvaaran arviointi:

<https://ukkinstituutti.fi/liikkumisen-turvallisuus/kaatumisseula/>

Kaatumisen ehkäisy, toimenpiteet:

<https://ukkinstituutti.fi/liikkumisen-turvallisuus/>

Ota liikkuminen puheeksi:

https://www.ikainstituutti.fi/content/uploads/2025/03/PuheeksiotonMateriaali_Tulostettava.pdf

Liikkumistottumusten kartoitus:

<https://ukkinstituutti.fi/aineistot/ajatus-alkuun-tukilehtinen-liikuntaneuvontaan-ladattava/>

Liikkumisen vaikutukset kaatumisen ehkäisyyn:

<https://ukkinstituutti.fi/liikkumisen-turvallisuus/kaatumisten-ehkaisy-ammattilaisille/tutkittua-tietoa-kaatumisten-ehkaisysta/>

Liikkumisen suositukset yli 65-vuotiaille:

<https://ukkinstituutti.fi/liikkuminen/liikkumisen-suositukset/liikkumisen-suositus-yli-65-vuotiaille/>

Liikkumispaikat:

<https://sastamala.fi/arki-ja-vapaa-aika/liikunta/liikuntapaikat-ja-rantasaunat/>

<https://www.lahella.fi/>

Sastamalan kaupungin liikuntaryhmät:

<https://uusi.kuntapalvelut.fi/sastamala/fi/>

Liikuntaneuvonta:

<https://sastamala.fi/arki-ja-vapaa-aika/liikunta/liikuntaneuvonta/>

Sastamalan opiston kurssit:

<https://uusi.opistopalvelut.fi/sastamala/fi/>

Järjestöt, seurat, yhdistykset, yksityiset palvelun tarjoajat:

<https://www.lahella.fi/>

Pirha apuvälineet:

<https://www.pirha.fi/palvelut/terveyspalvelut/kuntoutus-ja-apuvälineet/apuvälineet>