



Tässä lehdessä ilmestyvät jutut eivät ole Lastenneurologisen kuntoutuksen yhdistyksen virallinen kanta.

Johtokunnan kokoonpano ja toimikuntien jäsenten yhteystiedot

Johtokunnan jäsenet

Puheenjohtaja 2016-2017

Hannele Merikoski

Kaskihalme 4 B, 02340 Espoo

050-529 0137

puheenjohtaja@laneku.fi

Rahastonhoitaja,

varapuheenjohtaja 2017-2018

Noora Burjam

Silikallionkatu 19

26100 Rauma

050-522 5506

rahastonhoitaja@laneku.fi

noora_burjam@hotmail.com

Sihteeri, opintopiirivastaava 2017-2018

Paula Herkman

Maurinkatu 8 - 12 C 32

00170 Helsinki

040-535 3345

sihteeri@laneku.fi

paikallistoiminta@laneku.fi

paula.herkman@welho.com

Jäsenvastaava 2017-2018

Tarja Tuomisto

PL 865

00101 Helsinki

040-757 2627

jasenyys@laneku.fi

tuomistotarja@gmail.com

Koulutusvastaava 2016-2017

Elina Siltala

Untuvaisentie 4 B 68

00820 Helsinki

050-594 5753

koulutus@laneku.fi

elina.siltala@live.com

Koulutusvastaava 2016-2017

Emmi Bergman

Pakilantie 60 C

00660 Helsinki

045-161 9076

koulutus@laneku.fi

emmi.bergman@terapiapalvelut.fi

Tiedotusvastaava 2016-2017

Nadja Ristaniemi

Reunatie 3

01760 Vantaa

045-1619026

tiedotus@laneku.fi

nadja.ristaniemi@gmail.com

Tiedotusvastaava 2017-2018

Heidi Åkerlund

Juuritie 1B

03100 Nummela

050-3061503

tiedotus@laneku.fi

heidi.akerlund@gmail.com

Varajäsenet

Satu Railosvuo

(Noora Burjam)

040-540 4984

satu.railosvuo@gmail.com

Kirsi Neuvonen

(Tarja Tuomisto)

050 3464282

kirsi.neuvonen@puheenpolku.fi

Millie Anttila

(Heidi Åkerlund)

040-733 6514

millie.anttila@gmail.com

Paula Kauhanen

(Nadja Ristaniemi)

045-185 0495

paula@fysiottahti.com

Taina Honkanen

(Paula Herkman)

050-328 9327

Taina.honkanen@ruskis.fi

Krista Heimonen

(Elina Siltala)

044-045 4909

krista.heimonen@gmail.com

Helena Pippingsköld-Ukkola

(Emmi Bergman)

044-526 2741

helena.pippingskold-ukkola@tonus.fi

Tiedotustoimikunnan jäsenet

Nadja Ristaniemi

Reunatie 3
01760 Vantaa
045-1619026
nadja.ristaniemi@gmail.com

Heidi Åkerlund

Juuritie 1B
03100 Nummela
050-306 1503
heidi.akerlund@gmail.com

Millie Anttila

040-733 6514
millie.anttila@gmail.com

Paula Kauhanen

045-185 0495
paula@fysiotahti.com

Koulutustoimikunnan jäsenet

Elina Siltala

Untuvaisentie 4 B 68
00820 Helsinki
050-594 5753
elina.siltala@live.com

Emmi Bergman

Pakilantie 60 C, 00660 Helsinki
045-161 9076
koulutus@laneku.fi
emmi.bergman@terapiapalvelut.fi

Krista Heimonen

044-045 4909
krista.heimonen@kolumbus.fi

Helena Pippingsköld-Ukkola (Emmi Bergman)

044-526 2741
helena.pippingskold-ukkola@tonus.fi

Satu Kytöharju

040-832 2911
satu.kytoharju@helsinki.fi

Opintopiirien yhdyshenkilöt

Keski-Suomen opintopiiri

Terapiapaja
Eeronkatu 7 A 1, Jyväskylä

Riitta-Liisa Javanainen

050-300 7006
riitta-liisa.javanainen@terapiapaja.info

Sinikka Pääkkönen

050-577 2843
sinikka.paakkonen@terapiapaja.info

Kymenlaakson opintopiiri

-

Länsi-Uudenmaan opintopiiri

Terapianurkka, Juuritie 1B, Nummela
Elli Metsola
050-337 0550
elli.metsola@terapianurkka.net

Heidi Åkerlund

050-306 1503
heidi.akerlund@terapianurkka.net

Tampereen opintopiiri

Johanna Yli-Salomäki
050-345 0809
johannays@gmail.com

Hennariikka Heinijoki

050-525 8199
hennariikka.heinijoki@gmail.com

Oulun opintopiiri

Jonna Höynälä
Severi Varanka
Enna Ollikainen
oulunopintopiiri@gmail.com

Uudenmaan opintopiiri

Kirsi Norberg-Haggren
045-237 6236
kirsi@kommunikaari.fi

Satakunnan opintopiiri

-

Lahden opintopiiri

Eija Remes
044-287 6699
eija.remes@hotmail.fi

Anneli Huhtala

0500-712 253
annelihuhtala@gmail.com

Turun opintopiiri

Liisa Myllykylä
040-739 4958
liisa@terapiakuperkeikka.fi

Ulla Ström

02-3133454
ulla.strom@tyks.fi

LASTENNEUROLOGISEN KUNTOUTUKSEN YHDISTYS

Yhdistyksen tarkoituksena on toimia lastenneurologisesta kuntoutuksen alasta kiinnostuneiden terapeuttien ja muiden ammattihenkilöiden yhdyssiteenä sekä seurata ja kehittää terapiatyötä. Yhdistyksen säännöt 2 §.

Puheenjohtajan mietteet

Olen kovasti pohtinut ajan kulu-
mista. Vuodet vierivät ja eikä edes
niin verkalleen. Tuntuu kuin kai-
kesta olisi vähintään kolmekym-
mentä vuotta! Sain vastikään yh-
den sähköpostin, joka oikein hät-
kähdytti: ”oletko sinä se puhe-
terapeutti, joka hoiti minua lap-
sena Lastenlinnassa?”. Kysyjä kutsui minut 40-vuotis-
syntymäpäiväjuhliilleen. Myös Rovaniemellä eräs äiti tu-
li innokkaana juttelemaan: olin miltei 30 vuotta sitten ar-
vioinut hänen poikaansa. Pojan kyllä muistin, kun äiti hän-
nen nimensä mainitsi.



Meistä terapeuteista jää jälki perheen historiaan ja per-
heet jättävät jäljen myös terapeuteihin. Riippuu monis-
ta asioista, minkälainen se jälki on. Jostain perheistä esi-
merkiksi Lastenlinnan pyörätuoli- ja tietokoneleireiltä
muistan jopa kaikkien perheiden jäsenten nimet. Tava-
tessani kaupungilla yhden perheen äidin ja yhden lapsis-
ta ja kyselin kuulumisia. Äiti ihmetteli, miten voin muis-
taa heidän kaikkien nimet näiden vuosien jälkeen! Olisi
mielenkiintoista tietää, mikä se mekanismi on, miten jot-
kut asiat muistaa niin hyvin.

Aika. Lapset kasvavat, kehittyvät ja heistä tulee ai-
kuisia. Olen parin kesän aikana ollut nuorten kursseil-
la. Näillä nuorilla on kielellinen erityisvaikeus. Määrät
ja muodot vaihtelevat. Kurssilaisten kirjo on hyvinkin
vaihteleva: osa pärjää hyvin itsenäisesti ja joku saat-
taa olla ihan ensimmäistä kertaa pois kotoa. Mietin yh-
den nuoren kohdalla, miten ihmeessä hän pärjää niin hy-
vin, kun kielelliset vaikeudet selkeitä ja puhe epäselvää.
Kuitenkin hänestä huokui positiivisuus: hänellä oli ka-
vereita, hän liikkui julkisilla itsenäisesti, kävi leffassa ja
opiskelupaikka autoalalle oli suuri ilonaihe. Niin monta
asiakasta ja niin monta tarinaa. Kokemusasiatuntijuut-
ta vahvasti nuoresta iästä huolimatta. Ja hienot vanhem-
mat, jotka osasivat sitä arvostaa. Kunpa ne saisi koottua.

Laneku juhlii 40 vuotista historiaansa marraskuussa.
Keskellä pimeyttä marraskuussa voimme jakaa iltajuh-
lassa kokemuksiamme, tutustua toisiimme ja iloita sii-
tä, että meillä on mitä hienoin yhdistys. Voimme samal-
la juhlistaa myös Suomen sekä toimintaterapeuttien 100
vuotista historiaa.

Tervetuloa!

Iloista syksyä toivottaen, Hannele, pj

Koulutusraportti

Faskioiden rooli, tunnistaminen ja hoito
lasten fysioterapiassa 31.5-1.6.2017

Kaksipäiväinen koulutus järjestettiin Helsingissä, Kun-
toutussäätiön tiloissa Malminkartanossa. Kouluttaja-
na molempina päivinä toimi mahtava Jouko Heiskanen.
Koulutus täyttyi huippu nopeasti ja mukaan otettiin 25
ensimmäistä innokasta osallistujaa.

Koulutus sisälsi teoriatietoa ja käsillä tekemistä sopi-
vassa suhteessa. Koulutuksen teemoina mm. Faskian so-
lu- ja kudoserä rakenne. Faskiaalinen järjestelmä. Tensegri-
teetti ja ketjurakenteet päästä lantionpohjaan ja jalkoihin.
Palleen rooli; keskikanisterin katto, sujuva hengitys ja
hikat. Neurologiset häiriöt; faskiahoitojen mahdollisuu-
det. Motoriset häiriöt faskioiden näkökulmasta. Faskia
thorakolumbalis ja skolioosi. Kasvukivut. Yliliikkuvuus.
Me kurssilaiset opimme kädestä pitäen käsittelemään ja
rentouttamaan faskiaa päästä varpasiin ja saimme hyviä
työkaluja arjen työhön. Koulutuksen loppuksi Jouko Heis-
kanen tiedusteli osallistujilta mikä koulutuksessa kolahti,
kysymykseen piti vastata yhdellä sanalla...(kuva)



Kuva ja teksti Helena Pippingsköld-Ukkola



Vuorovaikutus on yhteinen asia

Lastenneurologisen kuntoutuksen yhdistyksen 40-vuotisjuhlaseminaari järjestetään 3.11 Satakuntatalolla Kilta-salissa Helsingissä. Päivän seminaari on jäsenistölle maksuton, mutta paikkoja on rajoitetusti, joten ilmoittaudu mukaan pian!

Ohjelma:

8.30	Kahvi ja kevyt aamupala ja ilmoittautuminen
9.15	Avauspuheenvuoro, Hannele Merikoski , Lanekun puheenjohtaja
9.45	Elina Weiste , toimintaterapeutti ja valtiotieteiden tohtori: <i>Terapiasuhde, tuloksellisuus ja tosielämän vuorovaikutuskäytännöt</i>
10.30	Kaisa Martikainen , puheterapeutti, Intensive Interaction Coordinator ja Katja Burakoff , puheterapeutti, Intensive Interaction Coordinator: <i>Vuorovaikutussuhde - perusta kommunikoinnin kuntoutukselle</i>
12.00	Lounas
13.00	Sari Kujanpää , psykologi ja psykoterapeutti: <i>Sosiaaliset- ja tunnetaidot – elämäniäkistä opittavaa</i>
14.00	Kahvi
14.30	Sari Kujanpää jatkaa
16.00	Loppusanat

ILTAJUHLAT alkavat klo 18.00 samoissa tiloissa. Näitä bileitä ei kannata jättää väliin!

Tarjolla upea kolmen ruokalajin illallinen alkumaljoineen ja ruokaviineineen, juhlavia puheita, taikuri sekä elävää musiikkia joka taatusti saa jokaisen tanssijalan vipattamaan.

Tule siis juhlimaan kanssamme, vaikka olisit estynyt pääsemään päivän seminaariin!

Illalliskortti maksaa jäsenistölle 20€/kpl.

Radisson Blu Royal Hotel (os. Runeberginkatu 2, 00100 Helsinki) tarjoaa juhlavieraillemme majoitusta sopimushintaan

125€ / 1hh standard

145€ / 2 hh standard

165€ / 2hh standard lisävuoteella

Varaukset: Radisson Blu keskusmyyntipalvelu p. 020-1234700 / yksittäiset huonevaraukset.

sähköposti: reservations.finland@radissonblu.com Mainitkaa kiintiötunnus **Laneku40** varausta tehdessänne.

Lämpimästi tervetuloa juhlimaan Lastenneurologisen kuntoutuksen yhdistyksen 40-vuotista taivalta! Ilmoittautumiset seminaariin ja juhlaan osoitteessa laneku.fi

Lastenneurologisen kuntoutuksen yhdistys järjestää nelipäiväisen koulutuksen

Picky Eaters Versus Problem Feeders

Assessment and Treatment Using the SOS Approach to Feeding

14. - 17. 8. 2018 Paasitorni, Helsinki



Kouluttajat:

Kay Toomey, PhD, psykologi
Erin Ross, puheterapeutti, PhD, CCC-SLP

Koulutus soveltuu

puhe-, toiminta- ja ravitsemusterapeuteille, erityisopettajille, hoitohenkilökunnalle, psykologeille, lääkäreille ja muille erityislasten kanssa työskenteleville ammattihenkilöille. Koulutus on tarkoitettu ammattilaisille. Jos vanhemmat haluavat osallistua koulutukseen, heillä pitää olla mukana lapsensa terapeutti.

Hinta:

10.2.2018 mennessä ilmoittautuneet 890 €
11.2. jälkeen ilmoittautuneet 1020 €

Koulutuksen kuvaus:

Sequential Oral Sensory (S.O.S) Approach to Feeding on poikkitieteellinen lähestymistapa syömisen/kasvamisen ongelmien arviointiin ja kuntoutukseen. S.O.S menetelmä on kehitetty, jotta ammattilaisten olisi helpompi ymmärtää syömisvaikeuksien monimuotoisuutta ja tunnistaa kuntoutustarve lapsen kokonaistilanne huomioiden. Menetelmä ottaa kaikenkattavasti huomioon sekä asentoon, sensorikkaan, motoriikkaan, oppimiseen ja käyttäytymiseen liittyvät tekijät kuin myös lääketieteelliset ja ravitsemukselliset tekijät. Peruskurssilla käsitellään vauvojen, taaperoiden ja pienten lasten syömisongelmia.

Koulutuskieli on englanti.

Tarkemmat tiedot koulutuksesta ilmestyvät Lanekun koulutuskalenteriin syyskuun aikana.

Katso myös

<http://sosapproach-conferences.com/>



Garmin VivoFit Jr. – aktiivisuusrannekkeet lapsille

Toimintaterapeutin ja vanhempien kokemuksia

Ideoiden Oy:n yhteistyökumppanin Atean kautta saimme testattavaksi lasten aktiivisuusrannekkeita. Asetimme rannekkeet todelliseen testiin, antaen rannekkeet neljälle innokkaalle alakoululaiselle! Mitä selvisi, vai selvisikö yksikään ranneke testiryhmämme käsittelyssä?

Riittävä fyysinen aktiivisuus on edellytys lasten normaali- kasvulle ja kehitykselle. Se tukee lasten yleisiä oppimisen edellytyksiä vaikuttamalla myönteisesti tiedollisiin prosesseihin, kuten tarkkaavaisuuteen, vireystilaan ja muistamiseen. Nykypäivän diginatiiveiksikin kutsutut lapset kasvavat elämään tekniikan, laitteiden ja internetin jatkuvaan saatavilla oloon. Aikuisten keskuudessa liikumista seuraavat ja liikunnalliseen aktiivisuuteen kannustavat mobiilisovellukset ja mittarit ovat suosittuja myös nuorten keskuudessa.

Lapsella on synnynnäinen tarve olla fyysisesti aktiivinen. Monipuoliset liikunnalliset kokemukset ja koko perheen yhteinen positiivinen suhtautuminen liikkumiseen ja liikuntaan luovat hyvät lähtökohdat innokkaan liikujan kehittymiselle! Monipuolisten motoristen taitojen kehittyminen on tärkeää, sillä hyvät karkeamotoriset taidot tuovat iloa ja onnistumisen elämyksiä ja auttavat muun muassa lapsen kielen ja hienomotoriikan kehittymistä ikätasoisesti. Motoristen taitojen kehityksessä myös sosiaaliset taidot harjaantuvat, kun liikutaan, leikitään ja pelataan yhdessä, keksitään ja jaetaan liikuntavälineitä ja -paikkoja, kehitellään uusia pelejä ja sovitaan säännöistä! Lasten keskinäiset suhteet ovat tärkeä lasten liikkumisen virittäjä: muiden lasten kanssa liikkuaan lapset harjaantuvat rakentamaan hauskaa ja mielekästä tekemistä yhdessä muiden kanssa.

Kokeilimme kesän aikana Garmin VivoFit Jr –aktiivisuusrannekkeita. Testiryhmänä oli alakouluikäisiä, erilaisia liikuntatottumuksia omaavia lapsia perheineen. VivoFit Jr. rannekkeet ovat suunniteltu lasten käyttöön, mittaamaan lapsen päivittäistä aktiivisuutta, motivoimaan riittävään aktiivisuuteen ja auttamaan lasta itsenäisemmäksi päivittäisissä toiminnoissa.

Kevään 2016 LIITU-tutkimuksessa selvitettiin 11-, 13- ja 15-vuotiailta lapsilta ja nuorilta aktiivisuutta mittaavien laitteiden käytöstä. Tutkimuksen mukaan puolet pojista ja hiukan pienempi osuus tytöistä omistaa liikunta-aktiivisuutta seuraavan älypuhelinsovelluksen. Liikuntamittareita, kuten aktiivisuusrannekkeet ja älykellot, käyttää aktiivisesti tutkimuksen mukaan vain joka kymmenes lapsi ja nuori. Tärkeä havainto kuitenkin oli, että sovelusten ja mittareiden käyttäjät olivat keskimäärin liikunnallisesti aktiivisempia ja istuivat vähemmän kuin muut lapset ja nuoret!

Lapset ja nuoret istuivat arkisin keskimäärin yli tunnin enemmän kuin viikonloppuisin. Itsekin huomaan askeleiden määrän olevan huomasti erilainen viikonloppupäivänä, kuin arkisin, jolloin liikkuttua tulee arjen ohessa huomaamatta! Kuinka kauniisti sohva kutsuisikaan: onneksi himolaiskurin voittaa sisäinen himolaskurini, joka ei kestä aktiivisuusrannekkeen saavuttamattomia päivätavoitteita! Ulkoinen muistutus siis helpottaa liikkumaan lähtemistä konkretisoimalla oman aktiivisuuden luvuiksi, käppyröiksi tai muuksi visuaaliseksi ärsykkeeksi. Oma päivittäinen aktiivisuus, tai sen puute voi tulla yllätyksenä: arjen ohella tapahtuva hyötyliikunta voikin olla yllättävän paljon, tai kertaviikkoinen salikerta yllättävän vähän.

Garmin VivoFit Jr- ranneke on tarkoitettu 4-9-vuotiaille lapsille, vaikkakin hyvin pieni, yhden koon ranneke sopii parhaiten alle kouluikäisille. Rannekkeeseen on saatavilla vaihtokokoja. Testilapsilla alkuperäinen ranneke aiheutti monella murhetta: lapsi halusi pitää ranneketta, vaikka se selvästi teki kipeää pienen kokonsa puolesta. Kuitenkin motivaatio ja halu pitää ranneketta voitti tämän kivun, jolloin vanhempi joutui puuttumaan siihen ja kieltämään koko rannekkeen käytön. Erytistä huomiota tulee siis kiinnittää rannekkeen valinnassa lapsen omaan tahdon lisäksi käyttömukavuuteen: kivoimman näköinen, itse valittu ranneke tulee helpoiten käyttöön myös silloin, kun sen käyttö on miellyttävää. Muiden aktiivisuusrannekkeiden tavoin VivoFit Jr. seuraa otettujen askelten määrää, unta sekä kokonaisaktiivisuutta päivän aikana. Lisäksi se muistuttaa liikkumaan, jos ei niin ole tehnyt.

Pieni mustavalkonäyttö laitteessa kertoo tietoja, kuten kellonajan ja päivämäärän ja siihen voidaan lisätä myös tieto lapsen nimestä. Näyttö kertoo myös aktiivisuuden määrän etenemisen kohti 60 minuutin päivittäistä aktiivista ”leikkiaikaa”.

”Rannekkeen ja mobiilisovelluksen käyttöönotto oli helppoa.”

”Rannekkeen käyttö on ollut lapselle hauskaa, eikä hän malttaisi siitä luopua. Aluksi vähän ihmetteli, että mitä ihmettä tällä tehdään. Koki myös samaisutumista, koska myös äidillä on vähän saman tyyppinen mittari kädessään. Oli helppo motivoida lapsi rannekkeen käyttöön.”

”(ranneke) On lisännyt motivaatiota liikkumaan. Suuret askelmäärät on tuoneet iloa. Tosin poika on ollut aina kova liikkumaan kavereiden kanssa koulun jälkeen yms.”

”Ranneke ei mitannut mielestäni esim. Pyöräilyä ja potkulautailua kunnolla. Vaikka lapsi teki näitä todella paljon, jäi kokonaisaktiivisuus pieneksi.

Vífofit Jr.:n kanssa toimiva sovellus älypuhelimien on suunnattu vanhempien käytettäväksi yhdessä lapsen kanssa. Vanhemmat voivat tarkistaa sovelluksesta muun muassa lapsensa päivittäisen aktiivisuus- ja unitiedot. Lisäksi vanhempien ja lasten välillä voidaan pitää askelmääräkilpailuja tai vanhemmat voivat määritellä lapsille tehtäviä suoritettavaksi liikkumisen osalta ja päivittäisten toimintojen osalta. Tekemällä määritetyt askareet, kuten hampaidenpesun tai roskien viennin, ja merkkäämällä ne kelloon tehdyksi, lapset ansaitsevat virtuaalikalikoita, joita voi vaihtaa yhdessä sovittuihin palkintoihin, kuten 30 minuutin lisäruutuaikaan.

”Lapsi innostui kovasti seuraamaan esim. päivittäistä askelmäärää. Motivoivia olis myös oheen liitetty peli, jossa saa siirtoja 60 min liikuttuaan. Myös kolikoiden saaminen ja ns. palkitseminen/seuraaminen kotiaskeleisiin motivoi tekemään niitä”

”Aika saman verran liikkuu kuin normaalistikin liikkuisi. Välillä lapsi on halunnut tehdä ns. extra askeleita, jotta päivän määrä nousisi.

Toimintaterapeutina uskon rannekkeen tuovan lapsen arkeen myös omatoimisuutta rannekkeen toimiessa lapsen toiminnanohjauksen tukena: se voi kellottaa esimerkiksi

si arkiaskareisiin varattua aikaa ja muistuttaa lasta päivittäisistä kotivelvollisuuksista. Toki teknistä laitetta voi huijata, ja laittaa ajan kulumaan ilman tehtävän suorittamista, mutta niin voi ilman kelloakin. Samalla tavoinhan toimii myös perinteiset esimerkiksi jääkaappiin kiinnitettävät palkkiotaulukot tai tehtävälistat: tekniikka tuo mielestäni kuitenkin tähän perinteeseen pienen uuden twistin, joka voi kannustaa lapsia uudella tavalla!

”On ollut helpompi motivoida lasta erilaisiin tehtäviin, kun esim. roskien viennistä saa merkinnän.”

Toiminnanohjauksen taitojen treenaamiseen uskoin Garminin VivoFit Jr:n antavan enemmän: luulin aluksi, että vanhempi voi lähettää kelloon muistutuksia tekstiviestin tavoin kouluun lähdöstä, kotiin tulosta, välipalan syömisestä jne. Harmikseni jouduin kuitenkin toteamaan, että tehtävät tulee määritellä etukäteen, eikä esimerkiksi yksi kotoa oleville ”vilivilpereiille” voi lähettää kelloon muistutusta kouluun lähdöstä. Tämä olisi mahtava ominaisuus: työssäni kuulen vanhempien usein voivottelevan, kuinka kouluun lähtö ei itsenäisesti suju, kun lapsi uppoutuu leikkiin ja puhelin pirisee yksinään ”jossain” muistuttaessaan tästä.

Toki rannekkeessa ja mittaamisessa on hyvien puolien lisäksi tietenkin aina miinuspuolensakin, joita testiryhmässä olleet vanhemmat toivat myös esille:

”Tietynlainen seuranta motivoi ja kannustaa lasta tekemään niitä, mutta itse mietin, että kuinka kauan jaksaisi oikeasti motivoida vai unohtuisiko ajan mittaan.”

”(rannekkeen käyttö oli) motivoivaa. Tosin, koska kesällä lapsi ei liiku normaalin arkensa mukaisesti, vaan ollut esim. Purjehtimassa jolloin askeleet jääneet todella vähäiseksi, on tämä aiheuttanut lievää ahdistusta jolloin kävellyt esim. ympyrää lisäaskeleiden saamiseksi.”

Tämäkin laite on vain yksi väline muiden joukossa: ulkoinen motivaattori voi toimia lapselle kannustimena jonkin aikaan, mutta unohtua pian kaapin kulmalle pölyttymään. Kaikki menetelmät eivät sovi kaikille ja motivaatio liikkumiseen voikin syntyä aivan eri tavalla. Kuitenkin pienikin aktiivinen ajanjakso voi tuoda lapselle liikunnan riemua ja onnistumisen kokemuksia, ja tätä kautta syyttää lapsen sisäisen motivaattorin ja tehdä näin mittarilla tavoitellusta liikunnasta päivittäisen ja oma-aloitteisen tavoitteen! Vanhempien tuki, liikkumiseen kan-

nustava ilmapiiri, liikuntavarusteiden ja -välineiden tarjoaminen lapsen käyttöön sekä lapsen liikuntatoiveiden kuunteleminen ovat tärkeitä osatekijöitä suositusten toteutumisessa. Kotoa saamansa mallin mukaan lapset oppivat, että liikkuminen kuuluu arjen rutiineihin.

Lähteet:

Opetus- ja kulttuuriministeriö. (2016) Iloa, leikkiä ja yhdessä tekemistä. Varhaisvuosien fyysisen aktiivisuuden suositukset. OPH 2016:21

<http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/75405/OKM21.pdf>

Opetus- ja kulttuuriministeriö. (2016) Lasten liikuntasuositukset: vähintään kolme tuntia liikuntaa päivässä. http://minedu.fi/artikkeli/-/asset_publisher/lasten-liikuntasuositukset-vahintaan-kolme-tuntia-liikuntaa-paivassa.

Kokko, S. & Mehtälä, A. (toim.) (2015) Lasten ja nuorten liikuntakäyttäytyminen Suomessa - LIITU-tutkimuksen tuloksia 2016. Valtion liikuntaneuvoston julkaisuja 2015:2. http://www.liikuntaneuvosto.fi/julkaisut/valtioneuvoston_julkaisusarja/arkisto/lasten_ja_nuorten_liikuntakayttaytyminen_suomessa.650.news

Heidi Åkerlund, toimintaterapeutti

Kuinka aktivoida lasta liikkumaan

- Juokse, kävele, hypi, pompi, riehu, kiipeile - vähintään kolme tuntia joka päivä: aktiivisuusrannekkeen avulla lapsen aktiivisten hetkien seuraaminen on helppoa. Ranneke näyttää askeleiden lisäksi, onko muu päivittäinen aktiivisuus, vanhemman asettaman tavoitteen mukaan, täyttynyt!
- Liika on liika ja istuminenkin ikävää: ranneke kehottaa liikkumaan, jos lapsi on paikallaan yhtäjaksoisesti tunnin ajan! Pieni merkki kellossa muistuttaa liikkumaan tasaisesti koko valveillaoloajan.
- Kokeile, testaa, innostu ja innosta: erilaiset asiat motivoivat erilaisia lapsia: toinen liikkuu sisäisestä motivaatiosta, toinen nauttii aktiivisuusrannekkeen laskurin antamasta palautteesta liikunnan onnistumisesta! Hyödynnä motivoinnissa lapsen sisäistä motivaatiota ja ulkoisia palkkioita yhtälailla.
- Kuuntele – mitä kaikkea liikunta voikaan lapsen mielestä olla: Miettikää lapsen kanssa yhdessä erilaisia liikunta- ja leikitapoja! Mihin kaikkeen takapihan kuusi tai leikkipuiston kivi taipuukaan lapsen mielikuvituksen avulla! Kannusta tutkimaan, pohtimaan, miettimään, keksimään ja ihmettelemään, ja tee tätä kaikkea myös itse!
- Kasva, kehity, opi ja onnistu: monipuolinen liikkuminen harjoittaa taitoja monipuolisesti, ja saa lapsen eri taidot kehittymään tasaisesti. Mikä harjoittaa tasapainoa, mikä jalkaterän pikkulihaksia, miten saisimme-kaan keskikehon hallinnan kehittymään niin, että hyvän istuma-asennon ylläpito luokkatilanteessa onnistuisi?
- Ole osa lapsen liikuntaa: kysy lapselta liikkumisesta, ihastele, innostu, anna positiivista palautetta pienestäkin onnistumisesta. Jos sinulla on aktiivisuusranneke, vertaile lapsen kanssa kerättyjä tietoja. Miettikään yhdessä, mistä samankaltaisuudet tai erot voivat johtua.

Kouluskaletteri 2017-2018

Marraskuu:

Lastenneurologisen kuntoutuksen yhdistyksen 40-v. juhlaseminaari 3.11.2017:
"Vuorovaikutus on yhteinen asia" Seminaari täynnä, iltajuhlaan vielä muutama paikka.

Tammikuu:

Paino- ja painevaate sekä hengitystekniikat- ja vibraation käyttö kuntoutuksessa.
25.-26.1.2018 Helsingissä

Toukokuu:

Lasten jooga: työkaluja rauhoittumiseen, keskittymiseen ja tietoisuustaitojen vahvistamiseen osana terapiaprosessia. 4.-6.5.2018 Karjalohjalla

Elokuu:

SOS Approach to Feeding Helsinki 14.8.-17.8.2018



Teema.



LASTENNEUROLOGISEN KUNTOUTUKSEN YHDISTYKSEN VUOSIJULKAISU

ilmestyy vuosittain toukokuussa.

Lehti sisältää ajankohtaisia artikkeleita kuntoutuksesta ja terapia-alasta.

MEDIAKORTTI 2018

Jakelu Lastenneurologisen kuntoutuksen yhdistyksen jäsenet, erikoisalayhdistykset, erityiskoulut, CP-liitto, Suomen Fysioterapeutit, Suomen Puheterapeuttiliitto, Suomen Toimintaterapeuttiliitto, yliopistolliset sairaalat yms.

Kustantaja Lastenneurologisen kuntoutuksen yhdistys

Ilmestyy toukokuu 2018

Aineistot Aineisto CD:llä tai sähköpostilla liitetiedostona.

Lehden koko A4 (210 x 297 mm)

Väri Kannet neliväriset, sisus musta + vihreä lisäväri

Sivumäärä 38-40 sivua

Painosmäärä 900 kpl

Aineistojen jätö Viimeistään 15.4.2018 osoitteella:

Nadja Ristaniemi

Reunatie 3, 01760 Vantaa

puh. 045-161 9026

tiedotus@laneku.fi

Ilmoitushinnat	1/1 sivu	290 €
	1/2 sivu	150 €
	1/3 sivu	120 €
	1/4 sivu	110 €
	1/8 sivu	65 €
	Sisäkannet	300 €

Hintoihin ei lisätä alv:a



www.laneku.fi

Lastenneurologisen kuntoutuksen yhdistys ry
-KOKEMUSTA JA ASIANTUNTIJUUTTA LASTEN NEUROLOGISESTA KUNTOUTUKSESTA



**Onko yhteystietosi muuttuneet?
Oletko ilmoittanut sähköpostiosoitteesi yhdistykselle?**

Yhdistyksemme on ottanut käyttöön uuden jäsenrekisterin, jonka myötä perustoimintamme helpottuu. Jäsenistön yhteystiedot ovat kuitenkin osittain vanhentuneet.

Ilmoitathan uudet, muuttuneet yhteystietosi pikaisesti yhdistykselle osoitteeseen jasenyy@laneku.fi tai osoitteella: **Tarja Tuomisto**, PL 865, 00101 Helsinki
040-757 2627, jasenyy@laneku.fi

LASTENNEUROLOGISEN KUNTOUTUKSEN YHDISTYS

JÄSENEKSI LIITTYMINEN JÄSENTIETOJEN MUUTOS

Lähetä kaavake jäsenrekisterin ylläpitäjälle Tarja Tuomistolle (osoite yllä).
(Täytä isoin kirjaimin ja yliviivaa tarpeeton)

Nimi:

Osoite:

Toimipaikka: Puh. työ/koti:

Sähköposti:

Ammatti:

Lisäkoulutukset:

Päiväys: Allekirjoitus:

