



KOUVOLO

Liikuntaneuvonta perhekeskuksissa

**Liikkuva
lapsuus**

VARHAISKASVATUS



**Perhekeskus on palveluiden kokonaisuus, joka kokoaa erillään olevat palvelut
sitien, että jokainen lapsi, nuori ja perhe saa tarvitsemansa avun ja tuen.**

Taustaa Kouvolan perhekeskuksista

Kouvolassa on viisi perhekeskusaluetta

- Kouvolan keskusta
- Valkeala
- Myllykoski-Inkeroinen
- Kuusankoski-Jaala
- Koria-Elimäki

Perhekeskustoimintaan kuuluu olennaisesti kohtaamispaikkatoiminta, joita on jokaisella perhekeskusalueella. Kohtaamispaikassa voi tavata muita perheitä ja saada vertaistukea sekä apua perhearkeen.

**Avoin varhaiskasvatus järjestää toimintaa
perhekeskuksissa**

Yhteistyö kaupungin liikuntaneuvojan kanssa

Vauva-vanhempi ryhmät
syksyllä ja keväällä

Avoin perhekeskustoiminta
(esim. vaunulenkit,
vauvaryhmät)

Muut tapahtumat ja toiminta
(esim. ryhmät, Vauvanpäivä
ja isä-lapsi-illat)

Liikuntaneuvojan rooli

- **Kertoa** eri palveluista ja liikkumismahdollisuuksista, esimerkiksi:
 - Liikuntaneuvonta
 - Ryhmät
 - Esteettömät reitit, ryhmät, kotijumpat (valmiit materiaalit)
 - Liikkuvakouvola-some
- **Keskustelua**, tukea, vinkkejä ja ohjeita arjen aktiivisuuteen
- **Tukea** myös ravitsemukseen ja uneen liittyviin asioihin



Liikuntalähete

- Perhekeskuksien kautta ei suoraan ohjaudu lähetteellä asiakkaita
- Perheet tulevat esimerkiksi neuvolan tai kuntoutuspalveluiden kautta
TAI
- Vanhempi ohjautuu itse suoraan liikuntaneuvontaan



A photograph of three young children running on a playground. The child on the left is wearing a blue jacket and a blue cap, smiling broadly. The child in the middle is wearing a dark blue jacket and a red cap, looking down. The child on the right is wearing a grey jacket and looking forward. The background shows a chain-link fence and green foliage. The word 'KOUVOLLA' is overlaid in large white letters.

KOUVOLLA

**Liikkuva
lapsuus**

VARHAISKASVATUS

Kiitos!

Henna Mäkipaakkanen
Liikuntaneuvoja
Kouvolan kaupunki