

Dance for Health-menetelmä nuorten mielenterveyden tueksi Implementointi Suomessa



Folkhälsanin pilottihanke

2022

Folkhälsanin pilottihanke käynnistyy
Ryhmä Helsingissä ja syksyllä Pietarsaareissa

2023

Pilottiryhmät jatkuvat
Ohjaajakoulutus nro 1
Uusien ohjaajien tukemista
Verkoston luominen
Syksyllä 12 ryhmää, 8 paikkakunnalla

2024

13 ryhmää 01 paikkakunnalla, noin 130 osallistujaa
Ohjaajien verkostotapaamisia x3
Ohjaajakoulutus nr 2 ruotsiksi
Implementoinnin tukemista

2025

Ohjaajakoulutus suomeksi 04/25

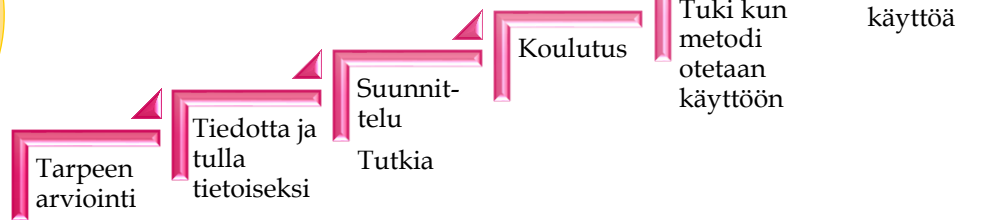
Implementoinnin seuranta ja tukemista eri paikkakunnilla

Verkostotapaamisia



"Tanssi on vaikuttanut minuun rauhoittavasti, auttanut minua ajattelemaan muita asioita sekä saanut minut iloiseksi."

Implementointiprosessi



Hyödyt eri kohderyhmille

1) Osallistuja

- terveysvaikutuksia (fyysinen & psyykinen)
- kokea liikunnan iloa, yhteisöllisyyttä, paineettomuutta

2) Ohjaaja

- yhteisö, verkosto, materiaalipankki ja innovatiivisuus
- käyttää ammattiosaamistaan arvokkaaseen tarkoitukseen

3) Järjestäjä

- voi tarjota tutkimukseen perustuvan toimintamallin
- terveystaloudellisesti tehokas
- vaikuttavuuden mittaaminen mahdollista

Tuloksia pilottiryhmästä

Warwick-Edinburgh mental wellbeing scale:

- Positiivisemmat odotukset tulevaisuudesta
- Tuntenut itsensä rauhallisemmaksi
- Tuntenut itsensä hyödyllisemmäksi

CSSI-8 (Children's somatic symptoms inventory):

- Vähemmän; vatsakipua, päänsärkyä, huimausta, kipua raajoissa ja lanneselässä