

PS HYTE-viesti

POHJOIS-SAVON HYTE

PS HYTE -VIESTI NRO 6/2023

Pohjois-Savon HYTE -viesti kokoaa tietoa, vinkkejä ja tapahtumia alueen hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen toiminnasta. HYTE-viesti lähetetään kerran kuukaudessa joka kuukauden ensimmäinen torstai. HYTE-viestiä saa välittää eteenpäin. Pohjois-Savon HYTE löytyy myös Facebookista [Pohjois-Savon HYTE](#), [Pohjois-Savon ehkäisevä mielenterveys ja päihdetyö](#) ja Twitteristä [PSHYTE](#) sekä Instagramista PohjoisSavonHYTE ja [nettisivuilta](#)

POHJOIS-SAVON HYVINVOINNIN JA TERVEYDEN EDISTÄMINEN

HYTE-JA OSALLISUUS TIIMIN AJANKOHTAISTA

Pohjois-Savon hyvinvointialue avaa vuoden 2023 toisen avustushaun yleishyödyllisille toiminnalle. Hakuaika 8.6.2023 - 28.6.2023. Haussa olevat avustuslajit ovat kumppanuusavustus ja toiminta- ja innovaatioavustus. [Lisätietoja.](#)

HYTE- ja osallisuus tiimi on kutsunut koolle monialaisen työryhmän liikunnallisen elämäntavan edistämiseksi. Työryhmään on kutsuttu mukaan hyvinvointialueen, kuntien ja eri toimijoiden asiantuntijoita. Työryhmä kokoontuu ensimmäisen kerran kesäkuussa, yhdessä lähdemme miettimään mm. liikuntaneuvonnan palvelupolkuja alueellamme. Lisätietoja [marika.latti\(at\)pshyvinvointialue.fi](mailto:marika.latti(at)pshyvinvointialue.fi)

HYTE- ja osallisuustiimi on yhdessä RRP - Pohjois-Savo- hankkeen kanssa kokoamassa ikäihmisten miepä (mielenterveys- ja päihdetyön) -verkostoa. Kokoamme yhteen kunnissa, hyvinvointialueella ja järjestöissä tämän teeman parissa työskenteleviä ammattilaisia, toiminnassa huomioiden myös ennaltaehkäisevän työn näkökulma. Lisätietoja [helena.tormi\(at\)pshyvinvointialue.fi](mailto:helena.tormi(at)pshyvinvointialue.fi) tai [kirsi.eskola\(at\)pshyvinvointialue.fi](mailto:kirsi.eskola(at)pshyvinvointialue.fi)

RRP Arjen ilo ja tuki -hanke kutsuu Varkaudessa ja Joroisissa toimivat, asukkaiden hyvinvointia ja terveyttä edistävät hankkeet yhteiseen tapaamiseen ti 13.6.2023 klo 13-14.45. Tapaaminen on Hyvinvointikeskus Aalossa Varkaudessa, osallistuminen on mahdollista myös Teamsin kautta. Tarkoituksena on muodostaa kokonaiskäsitys siitä, mitä seudulla tällä hetkellä tapahtuu hanketyön puitteissa. Lisätiedot ja ilmoittautumiset 8.6. mennessä [heidi.hartikainen\(at\)pshyvinvointialue.fi](mailto:heidi.hartikainen(at)pshyvinvointialue.fi) tai p. 041 730 7739.

Seksuaaliterveyden edistämisen tietoiskut. Ei tarvitse ilmoittautua. Linkit tilaisuuksiin ja myöhemmin tallenteet (2vk ajan nähtävissä) [Pohjois-Savon seksuaaliterveyden edistämisen sivulla](#). Järjestäjänä Pohjois-Savon seksuaaliterveyden edistämisen työryhmä. Ajankohdat ja aiheet:

- **Gynekologisten syöpien vaikutus seksuaalisuudelle 7.6.2023 kello 12-12.30.** Asiantuntija: Laura Ruti, sairaanhoitaja, seksuaalineuvoja, hyvinvoinnin asiantuntija (YAMK). [Liity kokoukseen napsauttamalla tästä.](#)
- **Rintasyövän vaikutukset seksuaalisuudelle sukupuolesta riippumatta 23.8.2023 kello 12-12.30.** Asiantuntija: Laura Ruti, sairaanhoitaja, seksuaalineuvoja, hyvinvoinnin asiantuntija (YAMK). [Liity kokoukseen napsauttamalla tästä.](#)
- **SERI-tukikeskuksen toiminnan info 28.8.2023 klo 12-12.30.** Seritukikeskus auttaa kaikkia yli 16-vuotiaita seksuaaliväkivaltaa kohdanneita, riippumatta henkilön sukupuolesta tai seksuaalisesta suuntautumisesta. Asiantuntija: Johanna Kejonen, apulaisosastonhoitaja, kättilö, Naisten akuuttikeskus, KYS Seritukikeskus. [Liity tietoisuuteen tästä.](#)
- **PCOS 6.9.2023 kello 12-12.30.** PCOS- viikko 4-10.9.2023. Lisätietoja ilmoitetaan myöhemmin.
- **Eturauhassyövän vaikutus seksuaalisuudelle 11.10.2023 kello 12-12.30.** Asiantuntija: Laura Ruti, sairaanhoitaja, seksuaalineuvoja, hyvinvoinnin asiantuntija (YAMK). [Liity kokoukseen napsauttamalla tästä.](#)
- **Vulvodynia 8.11.2023 kello 12-12.30.** Vulvodynia- viikko 6-12.11.23. Lisätietoja ilmoitetaan myöhemmin.

RRP Arjen ilo ja tuki -hankkeen Kumppanuusillat jatkuvat kesäkuussa ja syksyllä. Hanke kutsuu Kumppanuusiltoihin mukaan järjestöjä, seurakuntia, yrittäjiä sekä muita toimijoita, joiden sydäntä lähellä on asukkaiden hyvinvointi ja terveys. Myös kuntien ja hyvinvointialueen päättäjät ovat tervetulleita. Illan aikana keskustellaan siitä, miten yhdessä parannettaisiin hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen toiminnan löytymistä sekä toimintaan ohjautumista ja kiinnittymistä. Kumppanuusiltojen tiedossa olevat ajankohdat ovat:

- Tervo ja Vesanto 13.6. klo 17-19
- Iisalmi 5.9. klo 17-19
- Lapinlahti 13.9. klo 17-19
- Rautalampi 19.9.
- Vieremä 25.9.

Lisätietoja kumppanuusilloista saa yhteisöluotseilta (yhteystiedot uutiskirjeen lopussa).

Kaatumisvaaran vähentäminen luentosarjat jatkuvat syksyllä 2023. Tilaisuudet ovat avoimia sosiaali- ja terveysalan ammattilaisille ja kaikille asiasta kiinnostuneille. Luentosarjan järjestää Alueellinen kaatumisen ehkäisyn verkosto (AKE), Kuopion yliopistollinen sairaala (KYS) ja Pohjois-Savon hyvinvointialueen HYTE- ja osallisuus tiimi. Tallenteet aikaisemmista luennoista löytyvät [AKE materiaalipankista.](#)

Pohjois-Savon koulu- ja päiväkotirauhan julistus 25.8.2023 klo 10
Kuopion torilavalla ja streemattuna. Järjestäjänä: Kuopion kaupunki ja Pohjois-Savon hyvinvointialueen HYTE- ja osallisuus palvelualue. Koulu- ja päiväkotirauhan julistaa Viivi. Tule paikan päälle tai seuraa netissä. [Lisätietoja.](#)

Verkkovanhempainilta aiheesta Kiusaaminen ja häirintä peli- ja somealustoilla. Vanhempi – kulje askel edellä! 5.9.2023 klo 18-19.30 [Liity mukaan teams yhteyksin.](#)

Pohjois-Savon itsemurhien ehkäisyverkosto järjestää 8.9.2023 klo 9-11 itsemurhan puheeksiottoon liittyvä luennon ihmisiä kohtaaville ammattilaisille ja kaikille asiasta kiinnostuneille Kuopiossa, Kulttuuriareena 44:ssä, Kauppakatu 44. Luento striimataan. Päivällä tapahtuma jalkautuu

Kuopion torille, samalla teemalla. Jalkautuvaa toimintaa saamme toivottavasti myös ainakin Siilinjärvelle. Tietysti 10.9 varsinaista itsemurhien ehkäisyä toivotaan huomioitavan jokaisessa kunnassa esim. sosiaalisessa mediassa (seuraa [Mieli ry:n](#) sivuja)

Päihde- ja riippuvuusalan järjestöt tutuiksi -webinaari 26.9.2023 klo 13-15 Teams. A-klonnikasäätiö ja HYTE- ja osallisuus palvelualue. Päihde- ja riippuvuusalan järjestöt kertovat toiminnastaan ja tarjolla olevista apu- ja tukimuodoista. Kohderyhmä: sote- ja sivistyspalveluissa työskenteleville ja aiheesta kiinnostuneille. Tavoitteena on lisätä tietoa järjestötoiminnasta sekä helpottaa asiakasohjausta järjestöjen avun ja tuen piiriin. Tarkemmat tiedot seuraavassa HYTE- kirjeessä.

Raskaus- ja vauvavaiheen mielenterveyden edistämisen verkoston seuraava foorumi 1.11.2023 klo 12-14. Lisätietoja myöhemmin.

HYTE ja osallisuus tiimi toivottaa kaikille hyvää kesää!

Olemme lomalla heinäkuussa.



Kuva: HYTE ja osallisuus tiimin väki

MIELITEKO -OHJELMAN TERVEISIÄ:

MIELITEON TULOKSET



Me Mieliteossa haluamme kertoa tekemisistämme avoimesti. Olemme koonneet toimenpiteidemme tuloksia sivustollemme raporttien muodossa, pääset tutustumaan tuloksiimme [tästä](#). Tulossivu täydentyi koko ajan. Pian saamme sinne koosteen toukokuussa 2023 kuntakiertueella tekemästämme asukaskyselystä, johon olemme saaneet runsaasti vastauksia. Suuri kiitos Teille, jotka kävitte moikkaamassa meitä kiertueen aikana.

ENSIMMÄINEN KAUSI LOPPUSUORALLA, KESÄLLÄ LATAAMME AKKUJA LOMAILLEN

Ohjelmamme ensimmäinen rahoituskausi kääntyy loppusuoralle päättyen 31.8.2023. Uusi rahoitushakemus on jätetty ja se on käsittelyssä. Tahtotilamme on edistää pohjoissavolaisten mielen hyvinvointia jatkossakin. Tavoitteemme toteutuu, kun saamme tehdä työtämme yhdessä eri toimijoiden kanssa. Lähes kaikki Pohjois-Savon kunnat ovat sitoutuneet tekemään terveyden ja hyvinvoinnin edistämistyötä kanssamme jatkossakin, suuri kiitos siitä päättäjille.x

Lomakausi on meneillään. Mieliteon Kuopion väki aloittaa lomailut ensi viikolla, limittäin ja lomittain. Juhannuksen, keskikesän ja yöttömän yön juhlan jälkeen nautimme kesästä heinäkuun loppuun saakka. Meidät tavoittaa paremmin elokuun alusta lähtien.

Toivotamme kaikille rentouttavaa ja nautinnollista hyvän mielen kesää!

POHJOIS-SAVON HYTE:N JA YHTEISTYÖTAHOJEN KOULUTUKSIA TARJOLLA

KESÄKUU

- **Monialainen yhteistyö nuorten rikoskierteestä irrottautumiseksi - verkkokoulutuksen julkaisuwebinaari 5.6.2023 klo 12-15** webinaari. Järjestäjänä: Aseman Lapset ry ja oikeusministeriö. Monialainen yhteistyö nuorten rikoskierteestä irrottautumiseksi -verkkokoulutuksen julkaisuwebinaari. [Lisätietoja.](#)
- **Yhdenvertaisuusvaltuutetun webinaari: Yhdenvertaisuuden edistäminen ja syrjinnän ehkäiseminen hyvinvointialueilla 5.6.2023 klo 10-11.30** verkkoyhteyksin. Järjestäjänä: THL. Kohderyhmä: hyvinvointialueella työskentelevät, asiakastyötä tekevät, toimintamallien suunnittelijat, aluevaltuutetut ja muut kiinnostuneet. [Lisätietoja.](#)
- **Hyvinvoinnin johtaminen tiedolla - työkaluja ja kokemuksia. 5.6.2023 klo 13-14** teams yhteyksin. Järjestäjänä: Kuntaliitto. Hyvinvointitieto ja sen monipuolinen käyttö johtamisessa ovat vaikuttavan hyvinvointityön lähtökohta. Tule kuulemaan, miten Sähköinen hyvinvointikertomus tukee hyvinvointiraportointia ja -suunnittelua ja, miten Tampere junior-ohjelmassa on ennakkoluulottomasti rakennettu uudenlaista analyysia kunnan hyvinvointijohtamisen tueksi. [Lisätietoja.](#)
- **Raskaus ja vauva-ajan mielenterveyden edistämisen foorumi. 7.6.2023 klo 12-14.30** teams. Teemana Varhaisen vuorovaikutuksen tukeminen raskauden aikana. Miten tukea raskausajan kiintymystä ja vuorovaikutussuhdetta vanhempien ja kohtuvauvan välillä? Käytössä olevia menetelmiä varhaisen vuorovaikutuksen tukemiseksi raskauden aikana. [Lisätiedot](#)
- **Kuntien päätösten vaikutusten ennakoarvioinnin asiantuntijoiden tapaaminen 13.6.2023 klo 13.30-15.00** teams yhteyksin. Järjestäjänä Kuntaliitto. Vastaatko kunnassasi vaikutusten ennakoarvioinnista tai kehitätkö kuntasi käytäntöjä siinä? Kaipaatko tukea ennakoarvioinnin

jalkauttamiseen tai sen käytäntöjen kehittämiseen? Tässä tilaisuudessa osallistujat pääsevät kertomaan oman kunnan arviointityöstä, onnistumisista ja haasteista sekä nostaa esiin mahdollisia kehityskohteita. [Lisätietoja ja ilmoittautuminen.](#)

- **Geneerinen itsearviointimittari sosiaali- ja terveydenhuollon vaikuttavuuden arviointiin? 13.6.2023 klo 12-16** webinaari. Järjestäjänä THL. Pohditko työssäsi toimintakyvyn arviointia ja geneeristen itsearviointi- tai elämälaatumittareiden valintaa? [Ohjelma ja ilmoittautuminen.](#)
- **Kuopion hyvinvointiseminaari 15.6.2023 klo 9-15 Kuopion musiikkikeskus.** Järjestäjänä: Kuopion kaupunki ja Kuopio Tanssii ja Soi Festivaali. Seminaari on maksuton. Hyvinvointiseminaari paneutuu yhteisöllisyyden, osallisuuden ja hyvien väestösuhteiden edistämiseen. Painopiste on erityisesti maahanmuuttajien integroitumisesta kuntaan ja työelämään sekä monikulttuurisuuden tuoma rikkaus. [Lisätietoja.](#)
[Ilmoittautuminen.](#)
- **Nuoret ja kiistelty seksuaalisuus 20.6.2023 klo 10-16 Tampere ja zoom yhteysin.** Järjestäjänä: Tampereen yliopiston tutkimushanke. Seksuaalisuus, seurustelu ja suhteet ovat osa nuorten arkea, mutta niihin liittyy myös kipupisteitä ja ongelmallisia ilmiöitä, joista toistaiseksi on ollut melko vähän tutkimustietoa saatavilla. Mitä on seurusteluhdeväkivalta? Miten digitaaliset ympäristöt muuttavat nuorten kohtaamia seksuaalisuuteen liittyviä riskejä? [Lisätietoja.](#)
- **Kouluruokaa halvalla vai hyvin tehden? 27.6.2023 klo 15.** Suomalainen kouluruokailu on maailmankuulu innovaatio, joka on lisännyt terveyttä, tasa-arvoa ja oppimisen edellytyksiä 75 vuotta. Keskustelun järjestää Ruokakasvatusyhdistys Ruukku ry osana Kokonaisvaltaista ruokakasvatusta perusopetukseen ja varhaiskasvatukseen -hanketta. [Lue lisää.](#)

ELOKUU

- **Miten puhua kannabiksesta -koulutus 16.8.2023 klo 14-16.00** verkossa. Ehyt. Kohderyhmä: 2. asteen henkilökunnalle, nuorisopalveluiden työntekijöille, sosiaalialan henkilöstölle sekä kaikille muille aiheesta kiinnostuneille. Sisältö: tietoa kannabiksen käytön ehkäisyyn ja puheeksi ottoon, mitä kannabis on, paljonko sitä käytetään, mitkä ovat sen vaikutukset sekä seuraamukset käytöstä. Koulutuksessa tarjotaan vinkkejä ja työkaluja kannabiskeskustelujen sekä puheeksi ottamisen tueksi. [Lisätiedot](#)
- **Ryhmäilmiö nuorisotiloilla -koulutus 21.8.2023 klo 12-14.30** verkossa. Järjestäjänä: Ehyt ry. Koulutuksessa esillä ryhmäyttämisen hyötyjä nuorisotyön näkökulmasta ja käytännöllisiä ja yksinkertaisia keinoja toimivien ryhmien rakentamiseen nuorisotilatoiminnassa, kerhotoiminnassa, leireillä ja muissa nuorisotyön toimintaympäristöissä. Saa tietoa ryhmien kehityksestä ja ryhmien eri vaiheista. Teemoja ovat mm. Kiusaaminen, päihteet, seurustelu ja ystävyys. Koulutus sopii erityisesti kunnallista nuorisotyötä tekeville. [Lisätiedot](#)
- **Pakka-kävely ja Diilerin jäljillä - mielenterveyden koulutus. 24.8.2023 klo 13-15.30.** Teams. Ehyt. Koulutuksen kohderyhmä: yläkouluikäisten nuorten kanssa toimivat ammattilaiset. Pakka-kävely ja Diilerin jäljillä -malli ovat hyvä keino käydä nuorten kanssa keskustelua päihteiden välittämiseen liittyvästä ilmiöstä yleisellä tasolla, sekä lisätä tietoa välittämisen haitoista ja riskeistä nuoria osallistavilla tavoilla. Ilmoittautumislinkki myöhemmin tai [seuraa](#)
- **Pohjois-Savon koulu- ja päiväkotirauhan julistus 25.8.2023 klo 10** Kuopion torilava ja streemattuna. Järjestäjänä: Kuopion kaupunki ja Pohjois-Savon hyvinvointialueen HYTE- ja osallisuus palvelualue. Koulu- ja päiväkotirauhan julistaa Viivi. Tule paikan päälle tai seuraa netissä. [Lisätietoja.](#)

- **EPT- treffit 29.8.2023 klo 9-10.00.** Järjestäjänä: THL ja AVI. Kohderyhmä: kuntien ja hyvinvointialueiden ehkäisevää päihdetyötä koordinoivat tahot. Tavoitteena on edistää verkostoitumista, hyvien käytäntöjen jakamista sekä tarjota alusta yhteisille pohdinnoille ehkäisevästä päihdetyöstä uudessa tilanteessa. Kullakin tapaamiskerralla on jokin teema, jonka jälkeen pohditaan yhdessä mahdollisia haasteita, jaetaan onnistumisia ja vinkkejä sudenkuoppien välttämiseksi. [Ilmoittautuminen.](#)
- **Hyten edistäminen nyt ja tulevaisuudessa 29.8.2023** webinaari. Järjestäjänä FCG. Aiheina: Laaja-alainen hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen, lainsäädännöllinen tausta hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen tehtäviin, yhteistyö ja yhdyspinnat hyvinvointialueen ja muiden alueellisten ja paikallisten toimijoiden kanssa ja yhteinen johtaminen. Maksullinen. [Lisätietoja.](#)
- **Miten rakennetaan turvallinen koulu? Osa 1. 29.8.2023 klo 13-15** webinaari. Järjestäjänä Etelä-Suomen AVI. Miten puutun kiusaamiseen? Miten kohtaan kiusaajan ja kiusatun? Kiusaamisen vastainen työ on koko koulun yhteinen tehtävä. Työ alkaa yhteisöllisen toimintakulttuurin rakentamisesta. Selkeä puuttumisen malli ja riittävä osaaminen edesauttavat koulurauhaa. Koulutuksessa esitellään käytännöllinen malli kiusaamistapausten selvittämiseen sekä kiusaajan ja kiusatun kohtaamiseen. Mallissa otetaan mukaan myös huoltajat. [Lisätietoja.](#)

SYYSKUU

- **Verkkovanhempainilta aiheesta Kiusaaminen ja häirintä peli- ja somealustoilla. Vanhempi – kulje askel edellä! 5.9.2023 klo 18-19.30** teams yhteyksin. Järjestäjänä: Pohjois-Savon kiusaamisen ehkäisyn työryhmä. [Liity mukaan teams yhteyksin.](#)
- **Kouluneuvottelu - Miten luoda yhteinen tavoite lapsen ja nuoren kasvun tukemiseksi 6.9.2023** webinaari. Järjestäjänä Etelä-Suomen AVI. [Lisätietoja](#)
- **Päihteitä käyttävien raskaana olevien naisten ja vauvaperheiden palveluiden kehittämishanke (vauras) kouluttaa 6.9.2023** hybridi-koulutus Kuopiossa ace-ajattelu (kasaantuneet lapsuudenaikaiset kokemukset riskitekijöinä) päihteiden pitkäaikaisvaikutuksista lapsen kehitykseen, stigma, asenteet, eettiset näkökulmat, päihteet ja mielenterveys. Lisätiedot myöhemmin
- **Rahapelaaminen puheeksi** syksyn koulutukset: 5.9., 5.10., ja 7.11, klo 9-12. Teams. Lisätietoja myöhemmin
- **HYTE-treffit 8.9.2023 klo 10-11** teams yhteyksin. Järjestäjänä THL ja Kuntaliitto. [Lisätietoja.](#)
- **Ehkäisevän päihdetyön osaaja -koulutus: Nikotiinittomuustyön uudet haasteet 13.9.2023 klo 13-15.00** verkossa. Järjestäjänä: Ehyt ry. Kohderyhmänä ovat hyvinvointi- ja ehkäisevää päihdetyötä tekevät toimijat, terveydenhuollon henkilöstö, nuorten kanssa työskentelevät, vanhemmat ja muut nikotiinittomuustyöstä kiinnostuneet. Tavoitteena on ammattilaisten ja vapaaehtoisten ehkäisevän työn osaamisen vahvistaminen ja tarjota työvälineitä nikotiinittomuustyöhön. [Lisätiedot.](#)
- **Miten puhua kannabiksesta -koulutus. 13.9.2023 klo 14-16.00** verkossa. Ehyt ry. Kohderyhmä: 2. asteen henkilökunnalle, nuorisopalveluiden työntekijöille, sosiaalialan henkilöstölle sekä kaikille muille aiheesta kiinnostuneille. Koulutuksessa saa lisätietoa kannabiksen käytön ehkäisyyn ja puheeksi ottoon, mitä cannabis on, paljonko sitä käytetään, mitkä ovat sen vaikutukset sekä seuraamukset käytöstä. Koulutuksessa tarjotaan vinkkejä ja työkaluja kannabiskeskustelujen sekä puheeksi ottamisen tueksi. [Lisätiedot](#)

- **eYstäväpiiri-ryhmänohjaajakoulutus. I/ 7.9., 14.9., 12.10., 16.11. ja 14.12.2023 ja II/ 19.9., 26.9., 31.10., 28.11.2023 ja 9.1.2024.** Vanhustyön keskusliitto. Hae mukaan eYstäväpiiri-ryhmänohjaajakoulutukseen, jossa saat ajankohtaista tietoa ja välineitä iäkkäiden ihmisten yksinäisyyttä vähentävän Ystäväpiiri-ryhmän suunnitteluun, toteutukseen ja ohjaamiseen. Ystäväpiiri-ryhmänohjaajakoulutus soveltuu hyvin mm. sosiaali-, terveys-, opetus- ja kulttuurialan toimijoille, järjestöissä työskenteleville sekä laajalle joukolle vapaaehtoistoimijoita. Hae mukaan 15.8. mennessä. [Lisätiedot](#).
- **Ryhmäsovittelu - ratkotaan yhdessä ryhmän ristiriitoja 21.9.2023** webinaari. Järjestäjänä Etelä-Suomen AVI. [Lisätietoja](#).
- **Rangaistus vai kohtaaminen? - Dialogisessa kasvatuskeskustelussa nuori kohdataan 25.9.2023** webinaari. Järjestäjänä Etelä-Suomen AVI. [Lisätietoja](#).
- **Ehkäisevän päihdetyön osaaja -koulutus: Lääkkeiden väärinkäyttö 27.9.2023 klo 13-15.00** verkkoyhteyksin. Järjestäjänä: Ehyt ry. Tavoitteena on ammattilaisten ja vapaaehtoisten ehkäisevän työn osaamisen vahvistaminen ja tarjota työvälineitä lääkkeiden väärinkäytön puheeksiottoon sekä mm.tietoa mitä lääkkeiden väärinkäyttö ja sekakäyttö tarkoittaa, kuinka paljon lääkkeitä käytetään väärin. [Lisätietoja](#).
- **Ehkäistään kaatumiset yhdessä 28.9.2023 klo 9-11** teams yhteyksin. Järjestäjänä THL ja kaatumisten ehkäisyn toimijat. Kohderyhmä: Kuntien, hyvinvointialueiden, järjestöjen ja muiden toimijoiden kaatumisten ehkäisyyn osallistuvat ammattilaiset. [Lisätietoja](#)
- **Mielenterveyden edistämisen vertaisfoorumi 29.9.2023 klo 9-12 verkossa.** Järjestäjänä THL. Tilaisuudessa käsitellään ajankohtaisia mielenterveyden edistämiseen liittyviä kysymyksiä, mm. kansallisia suunnitelmia mielenterveyden edistämiseen liittyen, käynnissä olevia mielenterveyden edistämisen hankkeita sekä verkostoja ja yhdyspintoja eri toimijoiden välillä. Tilaisuus on avoin kaikille mielenterveyden edistämisen toimijoille. [Lisätietoja](#).

LOKAKUU - JOULUKUU

- **Kouluterveyskyselyn tulokset käyttöön lukiolle ja ammatillisille oppilaitoksille 2.10.2023** klo 14-15.30 verkossa. Järjestäjänä THL. Esittelemme oppilaitoskohtaisen tulostuloksen ominaisuuksia ja neuvomme sen käytössä ja tulosten tulkinnassa. Tutustumme myös yhteen malliin tulosten käsittelystä oppilaiden, henkilöstön ja huoltajien kanssa. [Lisätietoja](#).
- **Nuoret ja seksuaaliväkivalta - koulutus ja työpaperin julkaisuutilaisuus 3.10.2023 klo 12-16.** Järjestäjänä: THL:n Barnahus. Lisätietoja myöhemmin.
- **Kouluterveyskyselyn tulokset käyttöön perusopetuksen oppilaitoksille 3.10.2023 klo 14-15.30** verkossa. Järjestäjänä THL. Esittelemme oppilaitoskohtaisen tulostuloksen ominaisuuksia ja neuvomme sen käytössä ja tulosten tulkinnassa. Tutustumme myös yhteen malliin tulosten käsittelystä oppilaiden, henkilöstön ja huoltajien kanssa. [Lisätietoja](#).
- **Kouluterveyskyselyn tulokset käyttöön kunnille. 4.10.2023 klo 14-15.30** verkossa. Järjestäjänä THL. Esittelemme kuntakohtaisen tulostuloksen ominaisuuksia ja neuvomme sen käytössä ja tulosten tulkinnassa. Tutustumme myös yhteen malliin tulosten käsittelystä oppilaiden, henkilöstön, huoltajien ja luottamushenkilöiden kanssa. [Lisätietoja](#).
- **Kouluterveyskyselyn tulokset käyttöön hyvinvointialueille 6.10.2023 klo 13-14.30** verkossa. Järjestäjänä THL. Esittelemme hyvinvointialuekohtaisen tulostuloksen ominaisuuksia ja neuvomme sen käytössä ja tulosten tulkinnassa. Tutustumme myös ideoihin tulosten käsittelystä nuorten, henkilöstön ja luottamushenkilöiden kanssa. [Lisätietoja](#).

- **Miten vahvistamme mielenterveys-, päihde- ja riippuvuusosaamista?** **10.10.2023 klo 9-11** verkossa. Järjestäjä: THL. Esittelemme mielenterveys-, päihde- ja riippuvuusjaoston monipuoliset ehdotukset mielenterveys-, päihde- ja riippuvuusosaamien vahvistamiseksi eri ammattiryhmissä. Kohderyhmä: eri oppilaitosten edustajille sekä ammattilaisille, kehittäjille sekä johtoasemassa toimiville henkilöille, jotka toimivat erityisesti sellaisissa työtehtävissä, joihin kuuluu tiivis vuorovaikutus muiden ihmisten kanssa. [Lisätietoja.](#)
- **Miten puhua kannabiksesta -koulutus 11.10.2023 klo 14-16.00** verkossa. Järjestäjänä: Ehyt ry. Koulutus on suunnattu erityisesti 2. asteen henkilökunnalle, nuorisopalveluiden työntekijöille, sosiaalialan henkilöstölle sekä kaikille muille aiheesta kiinnostuneille. Koulutuksessa saa lisätietoa kannabiksen käytön ehkäisyyn ja puheeksi ottoon, mitä kannabis on, paljonko sitä käytetään, mitkä ovat sen vaikutukset sekä seuraamukset käytöstä. Koulutuksessa tarjotaan vinkkejä ja työkaluja kannabiskeskustelujen sekä puheeksi ottamisen tueksi. [Lisätiedot.](#)
- **Maahanmuuttaneet mukaan ehkäisevään päihdetyöhön. Miksi ja miten? 11.10.2023 klo 9-11.00** verkossa. Järjestäjänä: Ehyt ry. Ehkäisevän päihdetyön osaaja -verkkokoulutus, jonka kohderyhmänä on eri alojen ammattilaiset, jotka kohtaavat työssään maahanmuuttajataustaisia asiakkaita sekä järjestötoimijat ja muut aiheesta kiinnostuneet. Koulutuksen tavoitteena on ammattilaisten ja vapaaehtoisten kulttuurisensitiivisen ehkäisevän työn osaamisen vahvistaminen ja työvälineisiin tutustuminen. [Lisätiedot.](#)
- **Tasa-arvopäivät 11.-12.10.2023 Vaasassa ja verkossa.** Järjestäjänä Tasa-arvotiedon keskus, THL. [Lisätietoja.](#)
- **Tulevaisuuden sote: Maksuttoman ehkäisyn kokeilu alle 25-vuotiaille 2022-2023 päätöstilaisuus 12.10.2023 klo 9-16** verkossa. Järjestäjänä THL. Kohderyhmä: suunnattu kaikille sidosryhmille, seksuaali- ja lisääntymisterveyden palveluista ja kehittämistyöstä kiinnostuneille ja nuorten kanssa toimiville tahoille. [Lisätietoja.](#)
- **EPT- treffit 24.10.2023 klo 9-10.00.** Järjestäjänä: THL ja AVI. Kohderyhmä: kuntien ja hyvinvointialueiden ehkäisevää päihdetyötä koordinoivat tahot. Tavoitteena on edistää verkostoitumista, hyvien käytäntöjen jakamista sekä tarjota alusta yhteisille pohdinnoille ehkäisevästä päihdetyöstä. Kullakin tapaamiskerralla on jokin teema. [Ilmoittautuminen.](#)
- **Yhteispeli - hyvinvoinnin ja vuorovaikutuksen vahvistaminen kouluyhteisössä 2023-2024.** Marras-joulukuu 2023 ensimmäiset koulutuspäivät. Järjestäjänä OPH. Kohderyhmät: ala- ja yhtenäiskoulut. Koulutusprosessi kestää 1,5v. Opettaja- ja rehtorikoulutukset alueellisesti. Tavoitteena on tukea koko kouluyhteisön hyvinvointia ja vahvistaa lasten tunne- ja vuorovaikutustaitoja ala- ja yhtenäiskouluissa. Koko koulun lähestymistavan mukaisesti Yhteispelissä pyritään vaikuttamaan koulun toimintakulttuuriin ja johtamiseen käytännönläheisten toimintatapojen kautta. [Lisätietoja.](#)
- **Miten puhua kannabiksesta -koulutus. 8.11. 2023 klo 14-16.00** verkossa. Järjestäjänä: Ehyt ry. Kohderyhmä: 2. asteen henkilökunnalle, nuorisopalveluiden työntekijöille, sosiaalialan henkilöstölle sekä kaikille muille aiheesta kiinnostuneille. Sisältö: lisätietoa kannabiksen käytön ehkäisyyn ja puheeksi ottoon, mitä kannabis on, paljonko sitä käytetään, mitkä ovat sen vaikutukset sekä seuraamukset käytöstä. Koulutuksessa tarjotaan vinkkejä ja työkaluja kannabiskeskustelujen sekä puheeksi ottamisen tueksi. [Lisätietoja.](#)
- Pelastakaa Lasten Nettivihjeen vuosittainen **lapsiin kohdistuvaa seksuaaliväkivaltaa käsittelevä seminaari 15.11.2023** Helsingissä. Lisätietoja myöhemmin.
- **Koulutuspäivä syöpäsairaalan yhteistyöverkoston luomiseksi 21.11.2023 klo 9-15** KYS auditorio ja etäyhteyksin. Järjestäjänä Pohjois-Savon syöpäyhdistys ja Pohjois-Savon HYTE-tiimi. Lisätietoja myöhemmin.

- **Päihteet ja mielen hyvinvointi puheeksi korkeakoulussa -koulutus.** **22.11.2023 klo 14- 16.00** verkossa. Järjestäjänä: Ehyt ry. Tietoa ja konkreettisia vinkkejä, joilla ohjaus- ja opetustyössä voidaan tukea opiskelijoita pähteisiin ja mielen hyvinvointiin liittyvissä kysymyksissä ennen ongelmien syvenemistä. Kohdetyhmä: korkeakoulujen opetus- ja ohjaushenkilöstö. Tarkasteltavia teemoja ovat mm. alkoholi, kannabis, psyykkiset vaikeudet, opiskelustressi ja opiskelukyky. Koulutuksesta saa työvälineet näiden keskustelujen käymiseen ja saat rohkeutta ottaa aiheet puheeksi myös opiskelijoiden kanssa, joiden tilanteesta olet huolissasi. Osallistujamäärä on rajallinen. [Lisätiedot](#)
- **X Valtakunnalliset Tupakka ja terveyst -päivät. 29.11. - 30.11.2023** 29.11 etäyhteyksin ja 30.11. THL, Mannerheimintie 166, Helsinki. Järjestäjänä: Filha ry ja THL.
- **EPT- treffit 12.12.2023 klo 9-10.00.** ks. 24.10.2023

OPPAITA JA VERKKOKURSSIEJA

Kansallinen terveystindeksi 2019-2021 on julkaistu. Indeksit ja niiden eri osa-alueet kuvaavat laajasti sairauksien ja työkyvyttömyyden yleisyyttä hyvinvointialueilla suhteessa koko maan väestöön. Pohjois-Savossa oli selvästi muita alueita ja koko maan tasoa enemmän sekä mielenterveyden että tuki- ja liikuntaelinten sairauksia. Jatkossa kaikki Terveystindeksin tiedot päivitetään vuosittain. [Lue lisää ja tutustu tuloksiin.](#) Pohjois-Savon HYTE- ja osallisuus tiimi myös bloggaa aiheesta: "Pohjois-Savossa sairastavuus suurinta tuki- ja liikuntaelinten sairauksissa ja mielenterveydessä ja pienintä syöpätaudeissa. [Lue lisää](#)

TikTokissa Meniks sulla tunteisiin? - profillista löytyy videoita tunne- ja turvataitoihin liittyen. Videot on tehty Setlementti Puijolan Kuninkaankadun Talolla. Videoiden tarkoituksena on lisätä tunne- ja turvataitoja Pohjois-Savon alueella. Tutustu TikTokissa @menikssullatunteisiin

Tyttöjen Talojen kokoama verkkomateriaali seksuaaliväkivallasta selviytymisen tueksi. Verkkomateriaalipaketista löytyy tietoa että harjoituksia selviytymisen tueksi. Nuoren voi ohjata tutustumaan materiaaliin itsenäisesti. Parhaan hyödyn siitä saa ammattilaisen ja nuoren yhteisessä työskentelyssä. [Tutustu.](#) Lisäksi löytyy tukimateriaalia vanhemmille ja nuorten läheisille ja nuorten kanssa toimiville ammattilaisille. [Tutustu.](#)

Pohjois-Savon hyvinvointialueelle on valmistunut palvelupolku taloudellista väkivaltaa kokeneelle ikäihmiselle. Kehittämistyön tuloksena valmistuneen taloudellisen väkivallan uhriksi joutuneen ikäihmisen palvelupolun avulla varmistetaan, että käytännöt palvelujen piiriin ohjautumisessa yhtenäistyvät. Palvelupolun ovat tuottaneet Karisto Jenni & Siimento Tiina opinnäytetyönään Savonia amk:n opinnoissaan. [Tutustu.](#)

Etelä-Karjalassa on tehty hienoa työtä kaatumisten ehkäisemiseksi. [Tutustu](#)

Työttömien terveystarkastuksen kirjaamisopas on julkaistu. Opas tukee terveydenhuollon ammattihenkilöitä työttömän terveystarkastuksen kirjaamisessa ja edistää merkintöjen yhdenmukaisuutta. [Tutustu.](#)

THL: **Ohjeita osallistamiseen** - verkkosivu on julkaistu. Verkkosivu on suunnattu ammattilaisille ja vastuuhenkilöille, jotka vetävät osallistamisprosessia esimerkiksi kunnassa, hyvinvointialueella tai järjestössä. [Tutustu.](#)

Hyvinvointialueiden hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen ja ehkäisevän päihdetyön koordinaation lähtötilanne, THL. [Tutustu](#)

Liikkuva aikuinen **Siitä puhe mistä puute - liikkumisen puheeksiotto** asiaskohtaamisissa tallenne katsottavissa [tämän linkin kautta](#).

Verkkokurssit

Pakka-toimintamalli käyntiin ja eläväksi

Pakka on paikallisten alkoholi-, tupakka- ja rahapelihaittojen ehkäisyyn kehitetty menetelmä. Verkkokoulu on suunnattu kaikille toimintamallista kiinnostuneille. Erityisen hyödyllinen se on toimintamallin mukaista työtä käynnistävälle ja toteuttaville koordinaattoreille kunnissa ja alueilla. Kurssin tavoitteena on antaa perusymmärrys Pakka-toimintamallista sekä tarjota työkaluja mallin mukaisen toiminnan käynnistämiseen ja toteuttamiseen. [Lisätiedot](#)

Itsemurhien ehkäisy -verkkokoulu. Verkkoulussa aiheena mm. itsetuhoisuudelta ja itsemurhelta suojaavat tekijät, itsemurha-ajatuksista kysyminen ja puheeksiotto, itsemurhavaarassa olevan hoito perusterveydenhuollossa. Verkkokoulussa keskustellaan myös läheisten huomioonottamisesta sekä omien emootioiden tunnistamisesta, kun kohdataan itsemurhavaarassa oleva henkilö. Verkkokoulun aihealueet sopivat kaikille, mutta jotkin osiot sopivat erityisesti terveydenhuollon ammattilaisille. [Lisätiedot](#)

Ennakoarviointi ihmisiin kohdistuvista vaikutuksista kuntatoimijoille - verkkokurssi [Rekisteröidy ja tule mukaan](#).

Barnahus -verkkokoulu. Maksuton Barnahus-verkkokoulu soveltuu kaikille ammattilaisille, jotka kohtaavat työssään lapsiin kohdistuvaa väkivaltaa ja väkivaltaepäilyjä. Erityisesti se on suunnattu sosiaali- ja terveydenhuollossa, kouluissa ja varhaiskasvatuksessa työskenteleville sekä näiden alojen opiskelijoille. [Tutustu](#).

Rahapeliongelman kohtaamisen perusteet 2 op. JAMK. Verkossa. Kurssin suorittuaan opiskelijalla on perustietoa rahapelaamisesta ja rahapeliongelma-ongelmasta, sekä ymmärrys rahapeliongelmiin ehkäisystä ja hoidosta. Opiskelija saa tietoa rahapeliongelmiin liittyvistä palveluista ja tukimuodoista sekä välineitä ottaa rahapelaaminen puheeksi, tunnistaa rahapeliongelma ja antaa lyhytneuvontaa. Lisäksi opiskelija tietää vaikuttavia hoitomenetelmiä ja osaa tarvittaessa ohjata asiakasta palveluissa eteenpäin. [Lisätiedot](#)

AVUSTUKSET

THL: Terveyden edistämisen määrärahojen haku-aika on 15.5.-16.6.2023. Vuoden 2024 painopisteet on julkaistu. Määrärahalta tuetaan kunnissa toteutettavaa hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen toimintaa ottaen huomioon sosiaali- ja terveydenhuollon uudistuksen mukanaan tuomat muutokset kuntien toimintaan ja muodostuvat uudet yhdyspinnat. Lisätietoa hakemisesta ja painopisteistä. [Lue lisää THL: sivuilta](#).

Pohjois-Savon hyvinvointialue avaa vuoden 2023 toisen avustushaun yleishyödyllisille toiminnalle. Haku-aika on 8.6.2023 - 28.6.2023. Haussa olevat avustustyyppit ovat kumppanuusavustus ja toiminta- ja innovaatioavustus. [Lisätietoja](#).

Valtionavustusta ruoka-avun toteuttamiseen. Hakuaika 31.7.2023 saakka. Avustus on tarkoitettu ensi sijassa vapaaehtoistoimijoiden ruoka-aputoiminnan järjestämisestä aiheutuviin, välittömiin kustannuksiin. Ruoka-apu jaetaan edelleen vapaaehtoistoimijoiden kautta. Avustuksen hakijatahona voi olla hyvinvointialueen keskuskunta, joka edelleen jakaisi avustuksen alueellaan tarkoituksenmukaisella tavalla. Mikäli alueen kunnista mikään ei voi toimia koordinoivana hakijana, voi hakijana toimia myös hyvinvointialue. [Lisätietoja.](#) Pohjois-Savon hyvinvointialueen osalta ruoka-avun avustuksen hakua kokoaa yhteen Anne Aholainen (anne.aholainen1(at)pshyvinvointialue.fi)

ASUKKAILLE

Oma Verkkopuntari itsehoidon tueksi – elintapoihin ja painonhallintaan tukea ilman ohjaajaa. Pääteemat ovat ravitsemus, liikkuminen, voimavarat ja lepo. Oma Verkkopuntarin avulla opit tunnistamaan vahvuutesi ja etenet rennosti kohti pysyviä elintapamuutoksia ja kokonaisvaltaista hyvinvointia! Ohjelma alkaa 11 viikon aloitusvaiheella, jonka jälkeen alkaa ylläpitovaihe. Tarvitset internetyhteyden ja laitteen (tietokone, tabletti tai puhelin), jolla osallistua. Verkkokurssin materiaali on käytössäsi vuoden ajan. Ilmoittautuneille lähetetään ennen aloitusta kutsu osallistua Satakunnan sydänpiirin seurantakyselyyn, johon osallistuminen on vapaaehtoista. Ilmoittautuminen [tästä linkistä.](#) Lisätietoa: verkkopuntari@sydan.fi, p.050 342 8945



Pohjois-Savon koulu- ja päiväkotirauhan julistus 25.8.2023 klo 10 Kuopion torilava ja streemattuna. Järjestäjänä: Kuopion kaupunki ja Pohjois-Savon hyvinvointialueen HYTE- ja osallisuus palvelualue. Koulu- ja päiväkotirauhan julistaa Viivi. Tule paikan päälle tai seuraa netissä. [Lisätietoja.](#)

Verkkovanhempainilta aiheesta Kiusaaminen ja häirintä peli- ja somealustoilla. Vanhempi – kulje askel edellä! 5.9.2023 klo 18-19.30 [Liity mukaan teams yhteyksin.](#)

Välitäthän kuntasi asukkaille kohdistettua viestintää. Pohjois-Savon HYTE kokoaa kahden viikon välein **Tiesitkö että... vinkkejä** kuntalaisille. Tällä kertaa vinkkinä: "Tupakoinnin lopettaminen ei ole koskaan myöhäistä". [Lue lisää](#)

Tiesitkö, että ruokavalion laatu on yhteydessä mielenterveyteen? Kiinnostaisiko Sinua osallistua mielen hyvinvointia tukevaan Ruokaa mielelle – tutkimuksen pienryhmätoimintaan? [Lue lisää.](#)

Ensihuoli-koulutus. Koulutuksen teemana:päihitteet ja pelaaminen. 3.10.2023 klo 17 -19.00 verkossa. Järjestänä: Ehyt ry. Maksuton. Kohderyhmä. henkilöt, jotka kaipaavat välineitä päihiteidenkäytön ja pelaamisen ja näistä

syntyneen huolen kohtaamiseen ja puheeksiottoon ihmisenä ihmiselle. Koulutuksessa opitaan puhumaan vaikeista asioista kunnioittavalla tavalla, toista rohkaisemalla ja tukemalla. Lisäksi koulutukseen voivat osallistua kaikki, joita kiinnostaa mahdollisuus toisten auttamisesta ehkäisevän päihdetyön vapaaehtoistoiminnassa. Ensihuoli ei ole ammattilaiskoulutus. Koulutuksessa saat näkökulmia, ajatuksia ja vinkkejä puheeksiottoon sekä omaan jaksamiseen, tuntemuksien käsittelyyn ja hyvinvointiin. [Lisätiedot.](#)

OTA ROHKEASTI YHTEYTTÄ HYTE- JA OSALLISUUS TIIMIIN!

- [Nettisivut](#)
- Seuraa meitä Facebookissa: Pohjois-Savon HYTE ja Pohjois-Savon ehkäisevä mielenterveys- ja päihdetyö
- Seuraa meitä Twitterissä: PSHYTE
- PSHYTE tiimi [bloggaa](#). Uusimmat blogit käsittelevät aiheita: "Liikuntaneuvontaa pohjoissavolaisittain - onko sitä?" ja "Pohjois-Savossa sairastavuus suurinta tuki- ja liikuntaelinten sairauksissa ja mielenterveydessä ja pienintä syöpätaudeissa". [Lue lisää.](#)

Kiitos, kun jaat HYTE-viestiä eteenpäin!

Julkaisemme HYTE-viestin joka kuukauden ensimmäinen torstai. Voit jakaa viestiä tai sen osia vapaasti eteenpäin asiasta mahdollisesti kiinnostuneille. Mikäli haluat tilata HYTE-viestin, ota yhteyttä sade.rytkonen@pshyvinvointialue.fi

Terveisin Sade, Pekka, Helena, Marika, Anne, Sirpa, Lilli, Tiina, Anne, Heidi, Katja ja Susanna



Yhteystiedot

Pekka Puustinen
044 717 9325
pekka.puustinen@pshyvinvointialue.fi

Sade Rytkönen
044 717 6370
sade.rytkonen@pshyvinvointialue.fi

Helena Törmi
044 717 6878
helena.tormi@pshyvinvointialue.fi

Marika Lätti
040 809 2873
marika.latti@pshyvinvointialue.fi

Anne Aholainen
044 714 2646
anne.aholainen1@pshyvinvointialue.fi

Sirpa Kononen
044 717 6665
sirpa.kononen@pshyvinvointialue.fi

Lilli Martikainen
044 717 4171
lilli.martikainen@pshyvinvointialue.fi

ja yhteisöluotsit:
etunimi.sukunimi(at)pshyvinvointialue.fi

Tiina Pylkkönen
044 4610289

Katja Nenonen
044 4610291

Anne Niskanen
044 461 0290

Heidi Hartikainen
041 730 7739

Susanna Heinonen
työkokeilija

[Jos haluat peruuttaa tilauksen, klikkaa tästä.](#)

POWERED BY  LIANMAILER