

Mitä tarkoittaa HYTE?

Mikä on hyvinvointikertomus ja -suunnitelma?

Säde Rytönen

HYTE- ja osallisuuspäällikkö

Pohjois-Savon hyvinvointialue

HYTE- ja osallisuuspalvelualue

6.2.2024



Mitä tarkoittaa HYTE?

Yhteinen pohdinta Mentimeterillä:

Mitä sinun mielestäsi on hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen (HYTE)?

24 responses



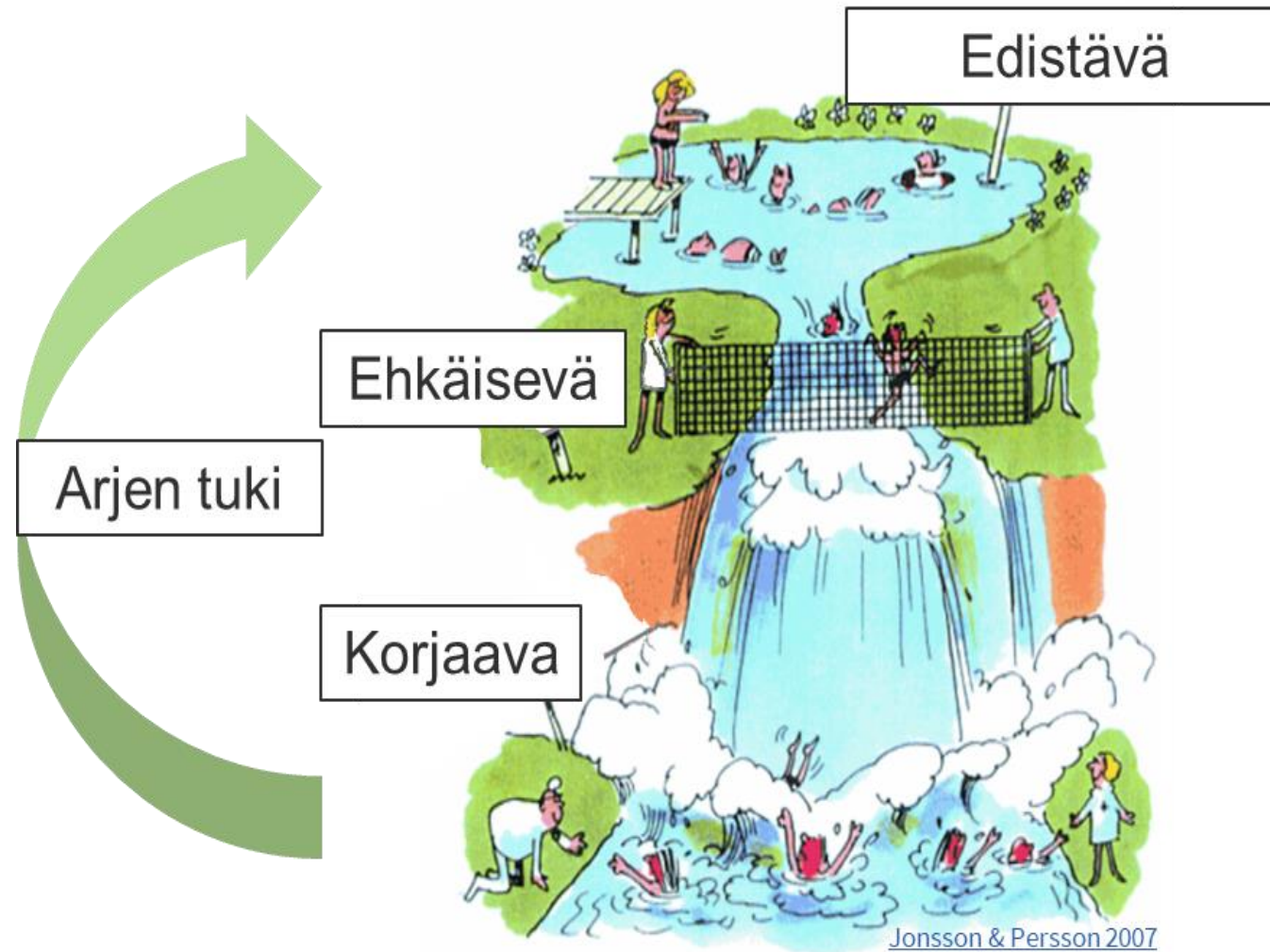
Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen (HYTE)

Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen (HYTE) on toimintaa, jonka tarkoituksena on terveyden ja toimintakyvyn lisääminen, terveysongelmien ja väestöryhmien välisten terveyserojen vähentäminen.

Se on

- **terveyttä edistävää/ ylläpitävää** = terveille ihmisille kohdistuvaa
- **ennaltaehkäisevää työtä ja varhaista tukea** = riskiryhmille, oirehtiville ja/tai sairauden alkuvaiheessa oleville kohdistuva toiminta
- **haittoja vähentävää tai toimintakyvyn palautukseen** liittyvää toimintaa

Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen ennen kuin ihminen on sotessa, soten sisällä ja soten jälkeen



Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen on eri toimijoiden yhteistyötä

Se on vaikuttamista terveyteen ja hyvinvoinnin taustatekijöihin kuten

- elintapoihin ja
- elämänhallintaan,
- elinoloihin ja elinympäristöön sekä
- palvelujen toimivuuteen ja saatavuuteen.

Ketkä toimijoina?

Aukkaat huolehtivat omasta ja lähiyhteisönsä hyvinvoinnista ja terveydestä voimavarojensa mukaisesti.

HYTE työ tapahtuu laajassa yhteistyössä **kunnan** ja **hyvinvointialueella** (sosiaali- ja terveys ja pelastus) eri toimialojen kesken ja yhteistyössä **seurakuntien, järjestöjen ja yksityisen sektorin** sekä **valtion** viranomaisten kanssa.

Järjestöt ja HYTE konkreettisesti

- ❖ Arjen apu (esim. ruoka-apu, materiaallinen tai taloudellinen apu)
- ❖ Elinympäristö (sis. olosuhteiden ja kohtaamispaikkojen luominen ja ylläpito) ja ilmasto
- ❖ Häirintä, kiusaaminen ja väkivalta
- ❖ Koti- ja vapaa-ajan tapaturmat (sis. kaatumiset yms.)
- ❖ Kulttuuri
- ❖ Liikenneturvallisuus
- ❖ Liikkuminen/ liikunta
- ❖ Mielekäs tekeminen
- ❖ Mielen terveys/ Mielen hyvinvointi
- ❖ Osallisuus ja yhteisöllisyys (sis. vertaistuki, yksinäisyyden vähentäminen)
- ❖ Painonhallinta
- ❖ Päihteet ja riippuvuudet (sisältää myös rahapelit)
- ❖ Ravitsemus- ja ruokakasvatus
- ❖ Seksuaaliterveys
- ❖ Työkyky ja työllisyys
- ❖ Vanhemmuuden tukeminen, parisuhteen tukeminen ja/tai eroauttaminen



Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen on strateginen valinta

- Kuntalaki
 - 1 § **Kunta edistää asukkaidensa hyvinvointia** ja alueensa elinvoimaa sekä järjestää asukkailleen palvelut taloudellisesti, sosiaalisesti ja ympäristöllisesti kestäväällä tavalla.
- Laki hyvinvointialueesta
 - 1 § Tarkoituksena on edistää hyvinvointialueen toiminnan suunnitelmallisuutta ja taloudellista kestävyyttä sekä **luoda hyvinvointialueelle edellytykset tukea asukkaidensa hyvinvointia**
 - 41 § Hyvinvointialueella oltava strategia, jossa hyvinvointialueen valtuusto päättää hyvinvointialueen toiminnan ja talouden pitkän aikavälin tavoitteista. Hyvinvointialueen strategiassa tulee ottaa huomioon muun muassa **asukkaiden hyvinvoinnin edistäminen hyvinvointialueen tehtäväalalla.**

Kuntien ja hyvinvointialueiden HYTE

KUNTA

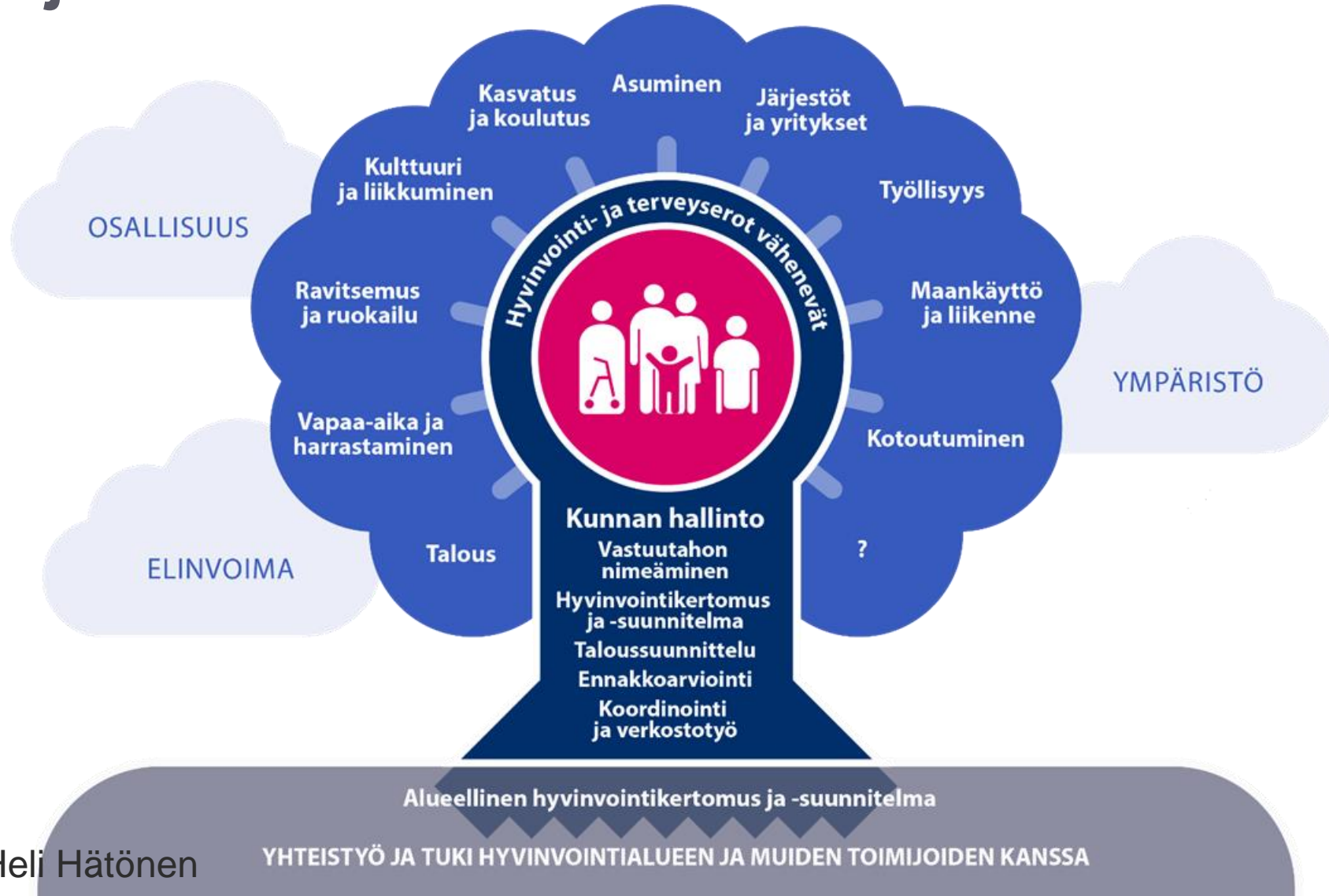
- Kunnan on **edistettävä asukkaidensa hyvinvointia ja terveyttä. Kunnalla on ensisijainen vastuu** hyvinvoinnin ja terveyden edistämisestä siltä osin, kun tämä tehtävä kytkeytyy kunnan muihin lakisääteisiin tehtäviin.
- Kunnan on strategisessa suunnittelussaan **asetettava hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseksi tavoitteet** ja määriteltävä tavoitteita tukevat **toimenpiteet**. Sen on arvioitava ennakkoon ja otettava huomioon päätöksensä vaikutukset ihmisten hyvinvointiin ja terveyteen väestöryhmittäin.

HYVINVOINTIALUE

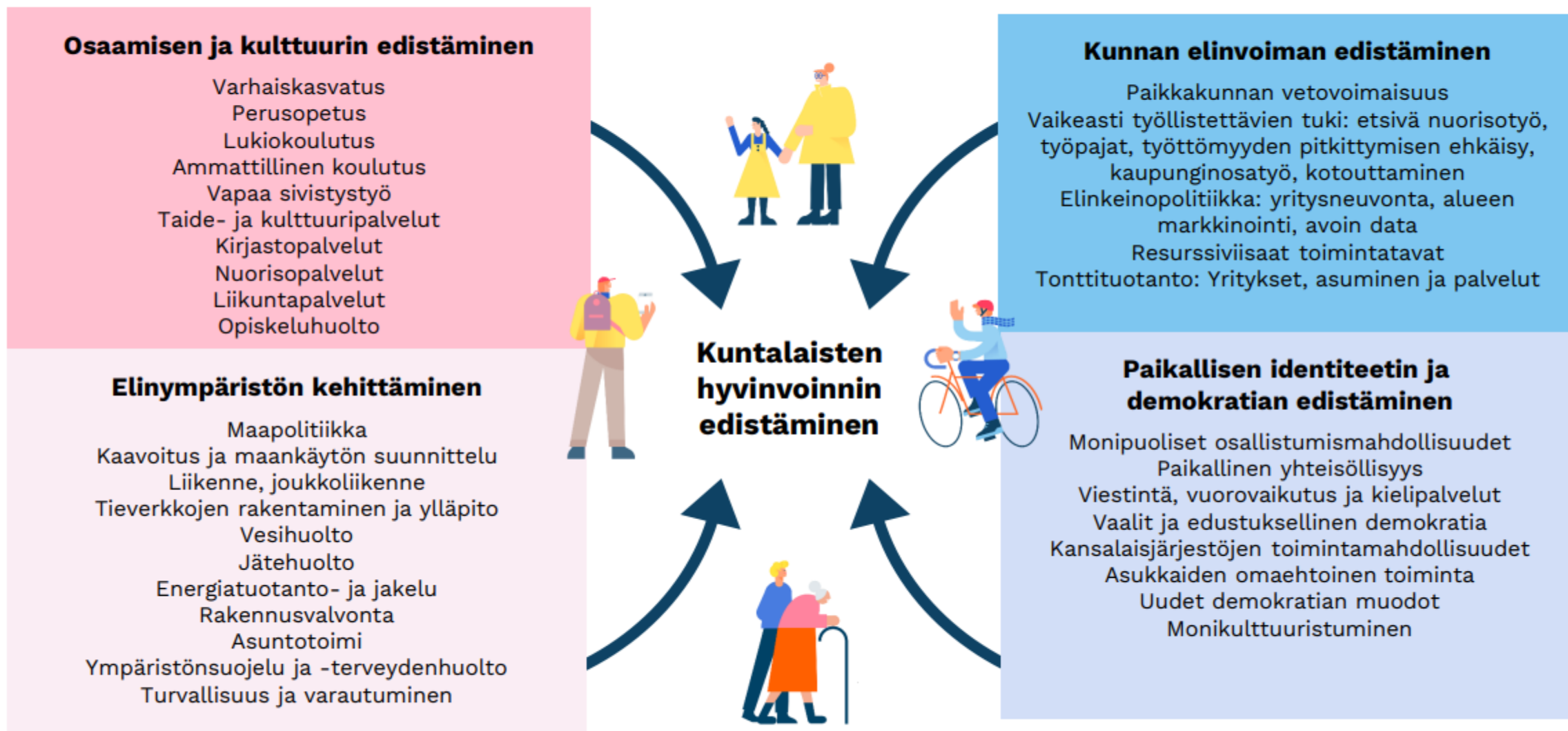
- Hyvinvointialueen on **edistettävä asukkaidensa hyvinvointia ja terveyttä. Hyvinvointialueella on ensisijainen vastuu** hyvinvoinnin ja terveyden edistämisestä siltä osin, kun tämä tehtävä kytkeytyy hyvinvointialueen muihin lakisääteisiin tehtäviin.
- Hyvinvointialueen on strategisessa suunnittelussaan **asetettava hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseksi tavoitteet** ja määriteltävä tavoitteita tukevat **toimenpiteet**. Sen on arvioitava ennakkoon ja otettava huomioon päätöksensä vaikutukset ihmisten hyvinvointiin ja terveyteen väestöryhmittäin.



Kunta hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistäjänä



Mitä kunta tekee tulevaisuudessa?



Mitä hyvinvointialue tekee tulevaisuudessa



Sosiaalihuolto

- Sosiaalityö
- Sosiaaliohjaus
- Sosiaalinen kuntoutus
- Perhehoito
- Perhetyö
- Kotipalvelu
- Kotihoito
- Asumispalvelut
- Laitospalvelut
- Liikkumista tukevat palvelut
- Päihdetyö
- Mielenterveystyö
- Kasvatus- ja perheneuvonta
- Perheoikeudelliset palvelut
- Vammaispalvelut (sis. erityishuolto)
- Ehkäisevä ja täydentävä toimeentulotuki
- Sosiaalinen luototus
- Kuntouttava työtoiminta
- Omaishoidon tuki
- Lastensuojelu
- Opiskeluhuollon kuraattoripalvelut

**Asukkaiden hyvinvoinnin,
terveyden ja turvallisuuden
edistäminen**

Pelastustoimi

- Pelastustoiminta
- Öljyntorjunta
- Palontutkinta
- Väestön varoittaminen
- Vaaratiedottaminen
- Turvallisuusviestintä
- Valvontatoiminta
- Kemikaalivalvonta
- Ohjaus- ja neuvonta
- Väestönsuojeluun varautuminen



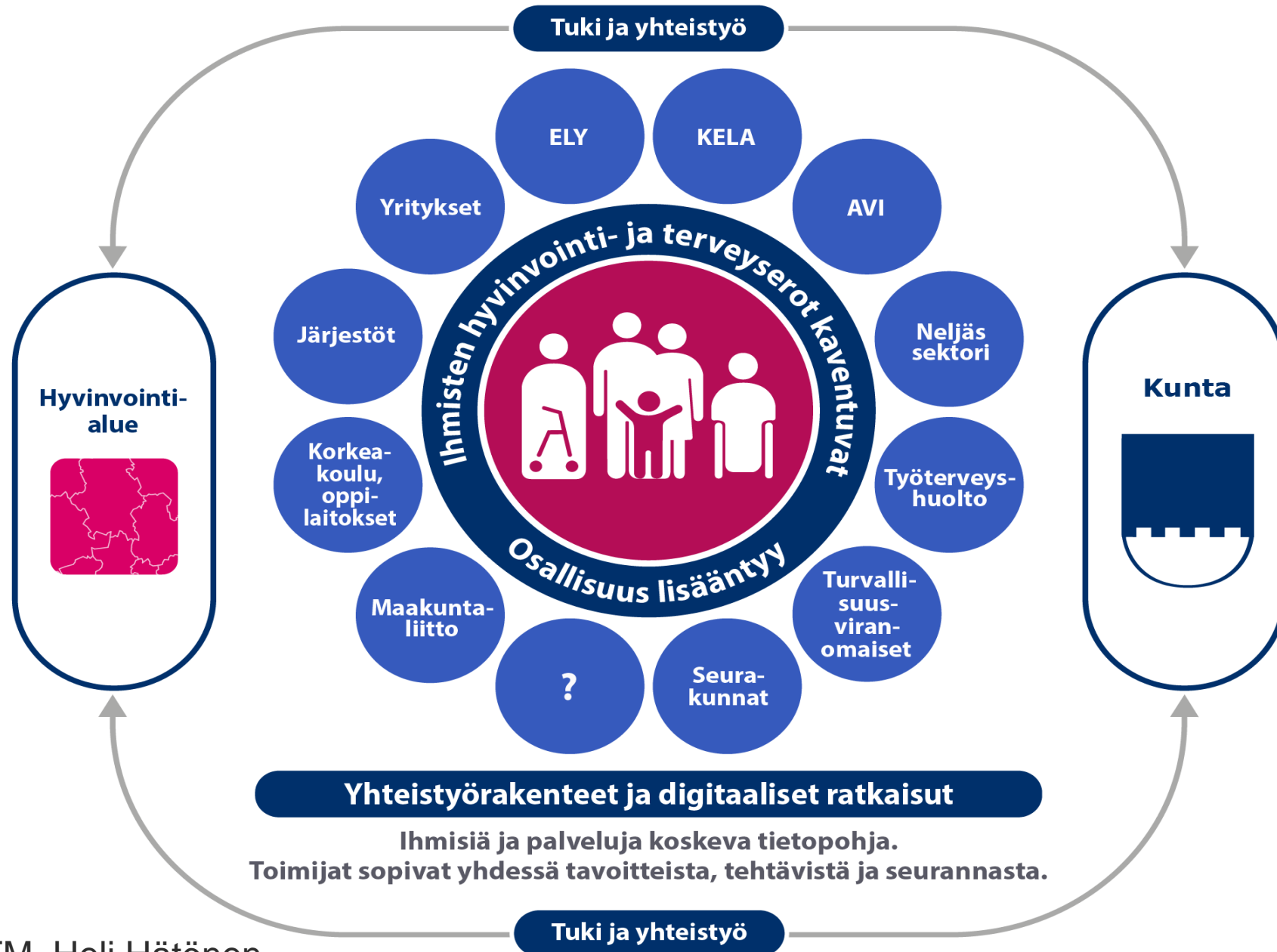
Terveydenhuolto

**Terveyden- ja hyvinvoinnin edistäminen,
perusterveydenhuolto, erikoissairaanhoido**

- Terveystarkastukset
- Neuvolapalvelut
- Koulu- ja opiskeluterveydenhuolto
- Opiskeluhuollon psykologipalvelut
- Seulonnat
- Avosairaanhoito
- Kotisairaanhoito
- Lääkinnällinen kuntoutus
- Mielenterveystyö
- Päihdetyö
- Suun terveydenhuolto
- Merenkulkijoiden terveydenhuolto
- Työterveyshuolto
- Ensihoito
- Päivystys
- Sairaala-/vuodeosastotoiminta
- Opetus- ja tutkimustoimintaa



Hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistäminen on yhteinen tehtävä



HYTE-työ on yhteistyötä, laki myös velvoittaa yhteistyöhön:

KUNTA

- Kunnan on toimittava hyvinvoinnin ja terveyden edistämisessä **yhteistyössä hyvinvointialueen kanssa** ja **tuettava sitä asiantuntemuksellaan.**
- Kunnan on tehtävä hyvinvoinnin ja terveyden edistämisessä **yhteistyötä** kunnassa toimivien hyvinvoinnin ja terveyden edistämistyötä tekevien **muiden julkisten toimijoiden, yksityisten yritysten ja yleishyödyllisten yhteisöjen kanssa.** Sen on myös **edistettävä** hyvinvoinnin ja terveyden edistämistyötä tekevien **järjestöjen toimintaedellytyksiä** ja vaikutusmahdollisuuksia hyvinvoinnin ja terveyden edistämisessä.

Sote järjestämislaki 6§

HYVINVOINTIALUE

- Hyvinvointialueen on toimittava hyvinvoinnin ja terveyden edistämisessä yhteistyössä alueen kuntien kanssa ja **tuettava niitä asiantuntemuksellaan.**
- Hyvinvointialueen on tehtävä hyvinvoinnin ja terveyden edistämisessä **yhteistyötä** hyvinvointialueen alueella toimivien hyvinvoinnin ja terveyden edistämistyötä tekevien **muiden julkisten toimijoiden, yksityisten yritysten ja yleishyödyllisten yhteisöjen kanssa.** Sen on myös **edistettävä** hyvinvoinnin ja terveyden edistämistyötä tekevien **järjestöjen toimintaedellytyksiä** ja vaikutusmahdollisuuksia hyvinvoinnin ja terveyden edistämisessä.

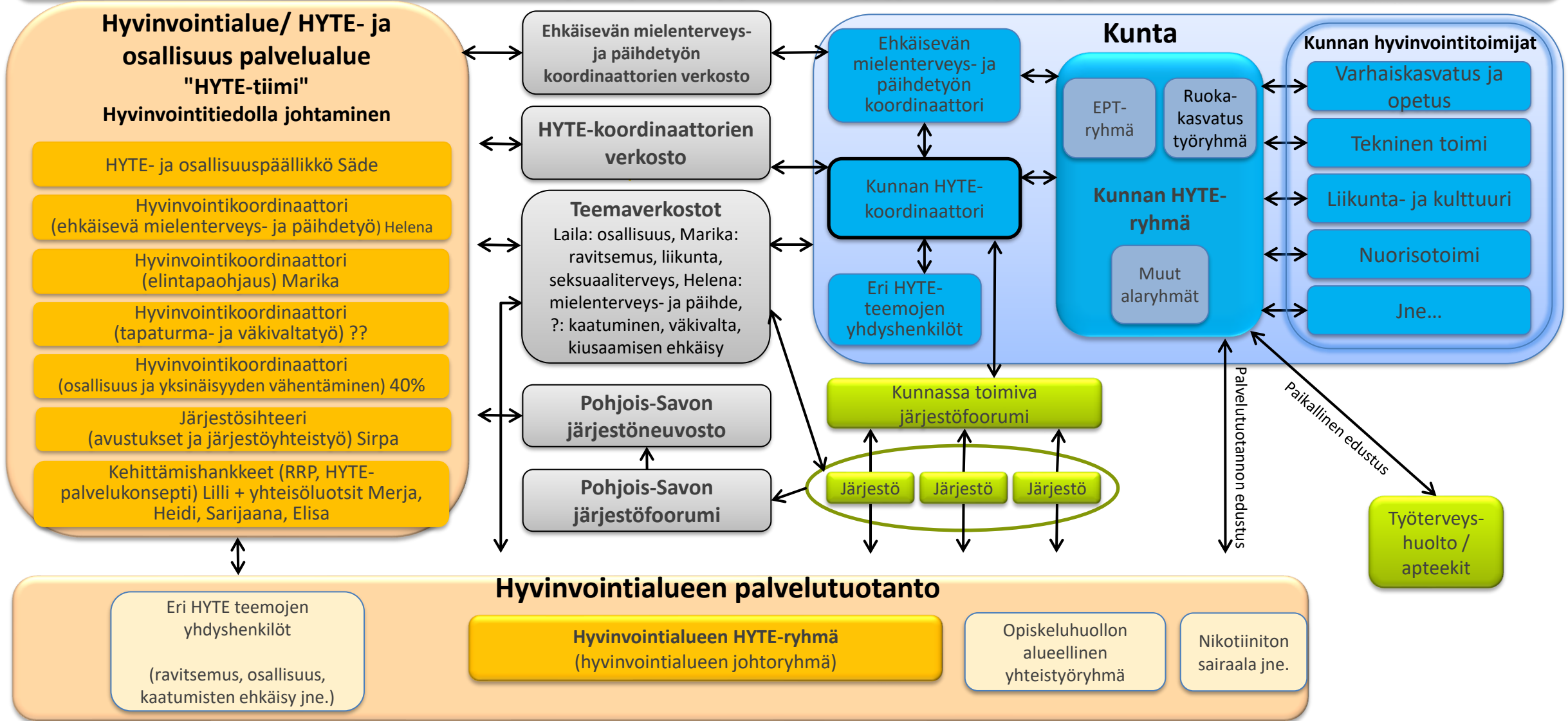
Sote järjestämislaki 7§

Pohjois-Savon HYTE-rakenne 2024

Toimintasäännön mukaisesti 24 edustajaa + 1 aluehallituksesta

Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen (HYTE) neuvottelukunta

1. Kuntien eri toimialojen edustus
2. Hyvinvointialueen ja maakuntaliiton edustus
3. Työterveyshuollon, järjestörakenteen, oppilaitosten, poliisin ja apteekkien edustus



HYTE- ja osallisuuspalvelualueen työntekijät

HYTE – ja osallisuus

Säde Rytönen,
HYTE- ja osallisuuspäällikkö
044 717 6370
sade.rytkonen@pshyvinvointialue.fi

Mirkka Tulokas,
hallintosihteeri
044 717 9331
mirkka.tulokas@pshyvinvointialue.fi

Helena Törmi,
ehkäisevän mielenterveys- ja
päihdetyön koordinaattori,
yksinäisyys,
044 717 6878
helena.tormi@pshyvinvointialue.fi

Marika Lätti,
hyvinvointikoordinaattori,
ravitsemus, liikunta, uni,
seksuaaliterveys, suun terveys
040 809 2873
marika.latti@pshyvinvointialue.fi

????
hyvinvointikoordinaattori
Väkivalta, kaatumisen ehkäisy ja
kiusaamisen ehkäisy

Sirpa Kononen,
Järjestösihteeri, avustukset
ja järjestöyhteistyö
044 717 6665
sirpa.kononen@pshyvinvointialue.fi

Laila Hytönen
Vanhus- ja vammaisasiahenkilö
Vanhus- ja vammaisneuvosto,
osallisuus
044 717 6175
laila.hytonen@pshyvinvointialue.fi

RRP Arjen ilo ja tuki -HANKE

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

Merja Kaija
yhteisöluotsi, digikehittäminen
044 461 0488
merja.kaija@pshyvinvointialue.fi

Sarijaana Valkola,
yhteisöluotsi, pohjoinen ja läntinen
alue
044 4610 290
sarijaana.valkola@pshyvinvointialue.fi

Heidi Hartikainen,
yhteisöluotsi, eteläinen alue
041 730 773
heidi.hartikainen@pshyvinvointialue.fi

Elisa Soikkola,
yhteisöluotsi,
keskinen ja koillinen alue
044 4610 289
elisa.soikkola@pshyvinvointialue.fi

Paremmiavoivat asukkaat - vähemmän asiakkaita

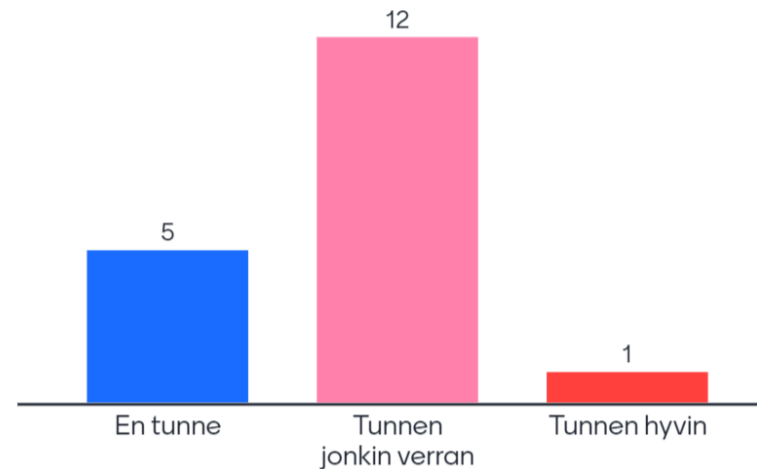
Hyvinvointityötä tehdään jo kaikkialla – me haluamme tehdä sitä näkyväksi ja vaikuttavammaksi.

Kaikki tekemisemme tähtää siihen, että olemme lopulta tarpeettomia, että ihmiset kykenevät huolehtimaan entistä paremmin omasta hyvinvoinnistaan itsenäisesti.



Mikä on hyvinvointikertomus ja -suunnitelma?

Tunnetko Pohjois-Savon
hyvinvointikertomuksen ja -suunnitelman?



Kuntien ja hyvinvointialueiden HYTE

KUNTA

- **Seuraa** kuntalaisten elinoloja, hyvinvointia ja terveyttä sekä niihin vaikuttavia tekijöitä alueittain ja väestöryhmittäin
- Valmistelea valtuustolle **hyvinvointikertomuksen ja –suunnitelman valtuustokausittain** > toimittaa sen hyvinvointialueelle
- **Raportoi vuosittain valtuustolle** kuntalaisten hyvinvoinnista ja terveydestä sekä niihin vaikuttavista tekijöistä sekä toteutetuista toimenpiteistä
- Osallistuu vuosittain hyvinvointialueen järjestämään (hyte)neuvotteluun

HYVINVOINTIALUE

- **Seuraa** asukkaiden elinoloja, hyvinvointia ja terveyttä sekä niihin vaikuttavia tekijöitä alueittain ja väestöryhmittäin
- Valmistelea aluevaltuustolle **alueellisen hyvinvointikertomuksen ja –suunnitelman valtuustokausittain** > yhteistyössä alueensa kuntien kanssa
- **Raportoi vuosittain aluevaltuustolle** asukkaiden hyvinvoinnista ja terveydestä sekä niihin vaikuttavista tekijöistä sekä toteutetuista toimenpiteistä
- Neuvottelee vähintään kerran vuodessa yhdessä alueensa kuntien sekä muiden toimijoidensa kanssa hyvinvoinnin ja terveyden edistämistä koskevista tavoitteista, toimenpiteistä, yhteistyöstä ja seurannasta

Hyvinvointikertomus ja -suunnitelma

HYVINVOINTIKERTOMUS KERTOO NYKYTILANTEEN: Mitkä ovat alueen/kunnan suurimmat hyvinvointiin liittyvät ongelmat?

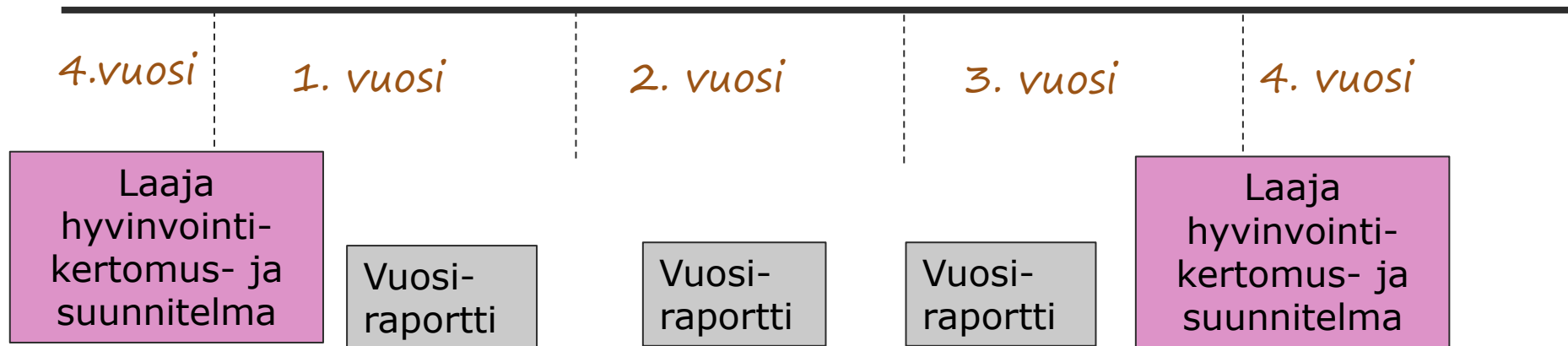
- Tilastojen ja muun tiedon pohjalta hyvinvointianalyysi = hyvinvointikertomus
- Yhteenveto **hyvinvoinnin nykytilasta ja siihen vaikuttavista tekijöistä**, edellisen valtuustokauden painopisteiden ja tavoitteiden **arviointia** ja mitä **toimenpiteitä tehty**
- Mikä on hyvin ja missä on kehitettävää ?

HYVINVOINTISUUNNITELMA: Millä tutkitusti vaikuttavilla keinoilla näihin ongelmiin voidaan puuttua?

- = Hyvinvointisuunnitelma – tavoitteet, toimenpiteet ja seuranta, hyvinvoinnin edistämiseksi, **hyvinvointivajeiden korjaamiseksi**

Kerran valtuustokaudessa tehdään laaja hyvinvointikertomus- ja suunnitelma = hyvinvointikertomus; hyvinvoinnin nykytilan kuvaus ja edellisen valtuustokauden ajalta mitä tehty hyten painopisteiden ja tavoitteiden eteen (vanha valtuusto hyväksyy) ja hyvinvointisuunnitelma; suunnitelma hyvinvointivajeiden korjaamiseksi seuraavalle valtuustokaudelle (=tavoitteet, toimenpiteet, mittarit, vastuut) jonka hyväksyy uusi valtuusto

VALTUUSTOKAUSITTAIN TOISTUVA SYKLI



Kerran vuodessa tehdään vuosiraportti (-> tilinpäätökseen) = miten hyvinvointitavoitteissa on edetty tilastojen valossa, mitä on tehty hyvinvointitavoitteiden edistämiseksi. Tarvittaessa tarkennetaan hyvinvointitavoitteita ja toimenpiteitä

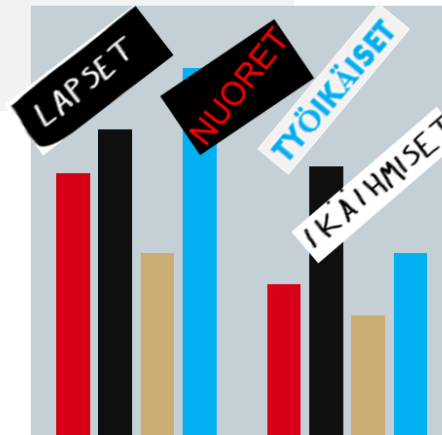
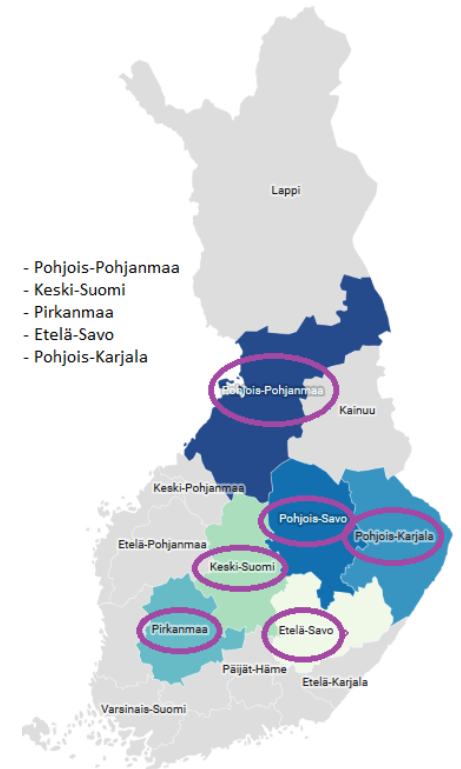
Hyvinvointisuunnitelman tavoitteet pohjautuvat tietoon asukkaiden hyvinvoinnista

Indikaattoritieto asukkaiden hyvinvoinnista ja terveydestä saadaan niistä tietokannoista, joista se on toistaiseksi mahdollista, mm.:

- **Sotkanet** www.sotkanet.fi, **TerveSuomi/ FinSote** Kansallinen terveys-, hyvinvointi- ja palvelututkimus [FinSote-tutkimus - THL](#)
- **FinLapset** Lasten, nuorten ja perheiden terveys ja hyvinvointi [FinLapset-tutkimus - THL](#)
- **Kouluterveyskysely** [Kouluterveyskysely – THL](#)
- **Tea-viisari** www.teaviisari.fi
- **Kunnan /maakunnan omat indikaattorit ja tilastot** [Ruokailun ja ruokakasvatuksen nykytila - Nykytila.fi](#)
- **Poliisin tilastot, Onnettomuusinstituutti OTI,**
- **Lasten ja nuorten ylipaino ja lihavuus** (FinLapset-rekisteriseuranta - Terveystemme - THL)
- **Liikkuvat ohjelmat, liikuntaneuvonta.fi, MOVE, Liikenneturva,**
- **Laadulliset** kyselyt ja asiakaspalautteet mm. [Suunta - HYTE - Pohjois-Savo \(pshyvinvointialue.fi\)](#)
 - kokemuksellinen hyvinvointikysely
 - Järjestökysely
 - Vaikuttavien HYTE-menetelmien kysely

Hyvinvoinnin tilan kuvaus eli koottu indikaattoritieto

- mikä hyvää
- **mikä kehitettävää: painopisteet ja tavoitteet seuraavalle valtuustokaudelle**



Pohjois-Savon vertailualueet

- Etelä-Savo
 - Keski-Suomi
 - Pirkanmaa
 - Pohjois-Pohjanmaa
 - Pohjois-Karjala
 - Koko maa
- Jatkossa myös Kainuu

Työikäiset (v. 2021 tehty)

Kokee elämänlaatunsa hyväksi 57,5%, erityisesti keskitason koulutuksen omaavien parissa 63,1%. (Sotkanet 2019)

Itsensä yksinäiseksi kokevia 20-64v on 8,1%, vähiten. (Sotkanet 2018).


Psyykkisesti merkittävästi kuormittuneita työikäisiä on toiseksi vähiten 11,6%, erityisesti matalan koulutuksen omaavat 12,3% (Sotkanet 2018).

Työkykynsä heikentyneeksi arvioivia on keskitason koulutettujen parissa 24,1%. Mikä on vähän suhteessa vertailualueisiin (Sotkanet 2018).

Yhä harvempi 3,0% 55-64v, kokee saavansa riittämättömästi apua arkipäivän askareissa (FinSote 2018).



Vapaa-ajan liikuntaa harrastamattomia 20-64-v 19,9%, erityisesti matalan koulutustason omaavia

22 %  17,5 % (Sotkanet 2018)



Päivittäin tupakoivia 20-64v 15,3%. (Sotkanet 2018)

Alkoholijuomien myynti asukasta kohden

100% alkoholina 7,5 l, eniten, kasvussa (Sotkanet 2020).



Matalan koulutustason omaavat syövät **ravitsemussuosituksen mukaisesti** 23%, joka on huonoiten (23%) (FinSote 2018)



C-hepatiitti-infektioita paljon 28.5/100 000. (Sotkanet 2018)

Liikennevakuutuksesta korvattuja liikennevahingot kaikki yhteensä laskettuna Pohjois-Savossa 4399, kasvussa ja tuhatta asukasta kohden on 18.0. (OTI 2019)

Tuki- ja liikuntaelin sekä sidekudosten sairauksien vuoksi työkyvyttömyyseläkettä saavat 16-64v 1,9 (eniten), tosin laskussa (Eläketurvakeskus 2019).

Rattijuopumuksia / 1000 asukasta kohden 3,7 (Sotkanet 2019).

Poliisin tietoon tulleet **huumausaineiden käyttörikokset** / 1000 asukasta, eniten, 3,8, kasvussa. (Sotkanet 2019)

Poliisin tietoon tulleet **henkeen ja terveyteen kohdistuneet rikokset** / 1000 asukasta kohden (2.eniten) kasvussa



THL:n **sairastavuusindeksi**, ikävakioitu 130 (huonoin), (Sotkanet 2016).

Itsemurhakuolleisuus / 100 000 asukasta kohden (eniten) 23,6 ja kasvussa (Sotkanet 2018)



Työikäisistä 25-64-v. depressiolääkkeistä korvausta saaneita 11,4 % vastaavanikäisestä väestöstä, eniten. (Sotkanet 2019).



Kohdunkaula syövän seulontoihin osallistuu 59.5%, huonoin, (Syöpärekisteri 2018)



Vaikutusmahdollisuudet itseä koskeviin asioihin ja **luottamus poliittisiin päätöksentekijöihin** (Kokemuksellinen hyvinvointikysely 2021)

Työttömien terveystarkastuksia on tehty vähiten 1,8% (koko maa 5.2%) (Sotkanet 2019).



Ikäihmiset (v. 2021 tehty)

Koettu hyvinvointi työkäisiä ja nuoria parempi muutoin paitsi tyytyväisyydessä jokapäiväisten palveluiden läheisyyteen ja terveydentilaan. (Kokemuksellinen hyvinvointikysely 2021)

Itsensä yksinäiseksi tuntevia 75v+ on 9.0%, jaettu paras sija ja laskussa. (FinSote 2018).

Psyykkisesti merkittävästi kuormittuneiden osuus 75v+ on 6,2%, vähiten ja laskussa (Finsote 2018)

Päivittäin tupakoivien osuus 75v+ on 1,9%, jaettu paras sija ja laskussa (FinSote 2018).

Vapaa-ajan liikuntaa harrastamattomien osuus 65v+ on 19,5%, 2.vähiten ja laskussa (FinSote 2018)

Kasviksia ja hedelmiä ravitsemussuosittelujen mukaisesti käyttäviä 65v+ on 34,2%, 2.paras (FinSote 2018)

Päivittäin tupakoivia 65v+ 7,9%, eniten, kasvussa (FinSote 2018)



Lihavia 65v+ on 23,6% (BMI 30kg/m2), erityisesti naiset (FinSote 2018)



500m matkan kävelemisessä suuria vaikeuksia kokevien osuus 65v+ 16,1% ja 75v+ on 24,1% (2.eniten molemmissa) (FinSote 2018)



Ikäihmiset raportoivat kokeneensa enemmän **syrijintää** kuin työkäiset ja nuoret. Yleisimmin ikäihmiset kertoivat syinä olevan ikä ja terveydentila (Kokemuksellinen hyvinvointikysely 2021).

Apua riittämättömästi saavien osuus väestöstä 65v+ 8,9%, toiseksi eniten ja kasvussa (FinSote 2018)



Itsemurhakuolleisuus 65 vuotta täyttäneillä / 100 000 vastaavanikäistä kohden 29,9, eniten, kasvussa (Sotkanet 2018)



Kuolleisuus tapaturmisiin kaatumisiin ja putoamisiin / 100 000 asukasta kohden 31,3, eniten (Tilastokeskus 2019)



Kuolleisuus tapaturmisiin kaatumisiin ja putoamisiin 65v+ / 100 000 kohden on 109, suurin (Sotkanet 2018)

115  102



Erityiskorvattaviin lääkkeisiin oikeutettuja 65+v 67,8%, toiseksi eniten molemmissa, (Kela 2019)

Alkoholia liikaa käyttävien osuus (AUDIT-C), % 65v+ 28,5 (FinSote 2018).

Pohjois-Savon hyvinvointitavoitteet 2021-2025

I Osallisuuden vahvistuminen ja yksinäisyyden vähentäminen

- ❖ Lapset ja nuoret kokevat olevansa osa yhteisöjään
- ❖ Kuntalaisia osallistavat ja vaikutusmahdollisuuksia lisäävät toimintatavat ovat käytössä
- ❖ Kukaan ei koe itseään yksinäiseksi

II Vanhemmuus vahvistuu

- ❖ Toimiva parisuhde
- ❖ Vanhemmuustaidot vahvistuvat
- ❖ Vanhempien oma jaksaminen vahvistuu

III Itsestä huolehtimisen ja terveellisten elintapojen edistäminen

- ❖ Ruokasuositusten mukaiset ruokatottumukset toteutuvat
- ❖ Tervehampaiset lapset ja nuoret
- ❖ Nuoret nukkuvat riittävästi
- ❖ Terveyttä edistävä liikunta lisääntyy (erit. 2.aste, matalan koulutustason naiset, ikäihmiset)
- ❖ Oppimistaidot vahvistuvat
- ❖ Yhä useampi osallistuu kohdunkaulan syövän seulontoihin
- ❖ Raskaudenkeskeytykset vähenevät

IV Mielen hyvinvointi ja riippuvuuksien ehkäisy

- ❖ Mielenterveys vahvistuu (erit. lapset ja nuoret)
- ❖ Alaikäiset nuoret ovat päihteettömiä
- ❖ Nuorten huumekekeilujen ja -käytön ehkäisy (erit. 2. asteen nuoret)
- ❖ Työikäisten ja ikäihmisten päihteiden käyttö ja riippuvuuksien aiheuttamat haitat vähenevät
- ❖ Netin haitallinen käyttö vähenee (erit. nuoret)

V Tapaturmien ja väkivallan ehkäiseminen

- ❖ Ketään ei kiusata
- ❖ Kukaan ei koe seksuaalista häirintää tai ahdistelua
- ❖ Väkivaltaa tai sillä uhkailua ei sallita
- ❖ Nuorten tekemät rikokset vähenevät
- ❖ Liikenneonnettomuudet vähenevät
- ❖ Kaatumistapaturmat vähenevät

VI Hyte- resurssien, rakenteiden ja prosessien vahvistuminen

- ❖ HYTE-resurssit ja rakenteet vahvistuvat
- ❖ HYTE-prosessit vahvistuvat
- ❖ Ennakkoarviointi päätöksenteossa

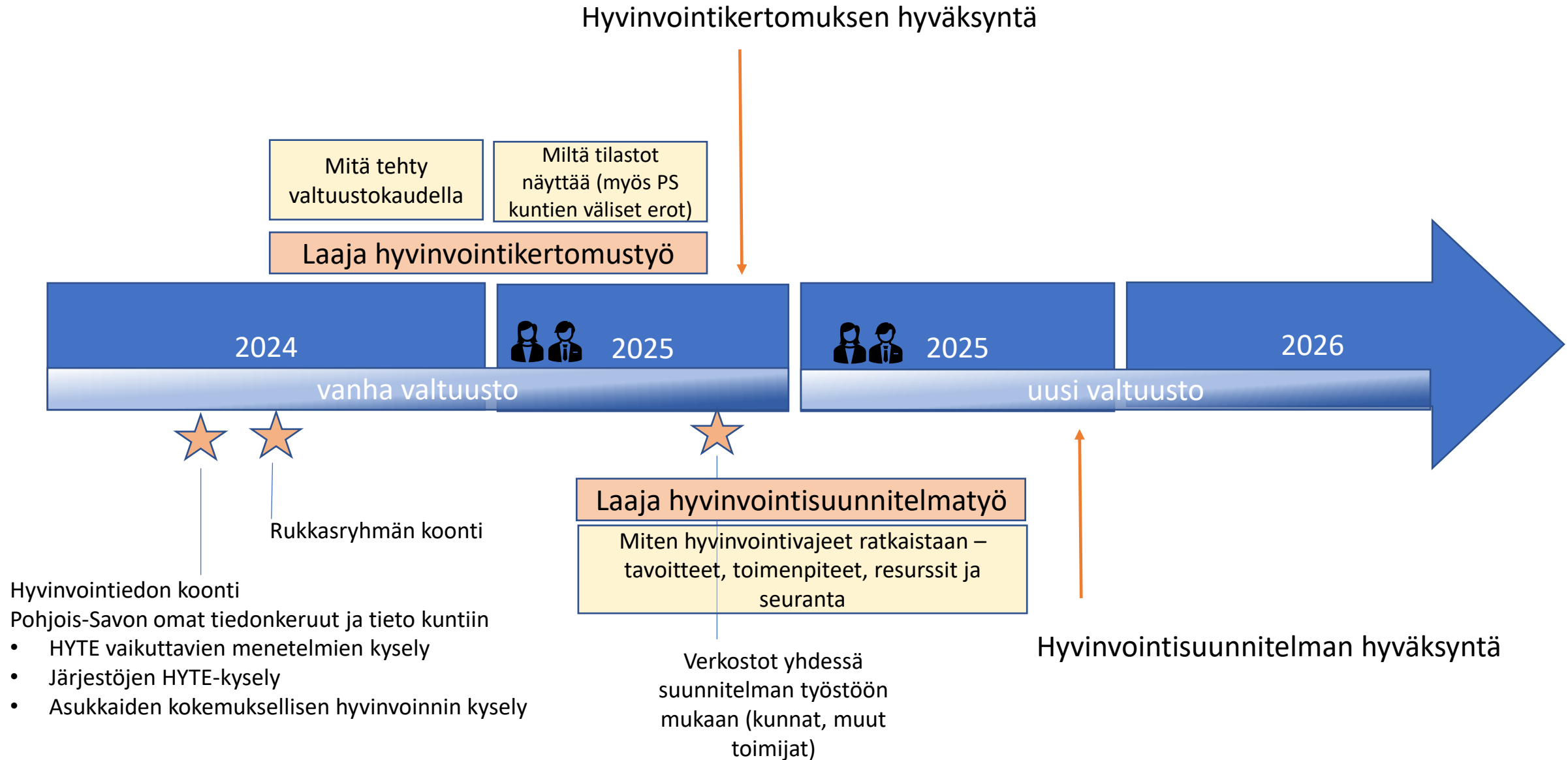
Esim: Painopiste: Osallisuuden vahvistuminen ja yksinäisyyden vähentäminen

TAVOITTEET	HUOMIOI ERITYISESTI	MENETELMÄT	MITTARIT
Kukaan ei koe itseään yksinäiseksi	<ul style="list-style-type: none">8. ja 9. lk., erit Keitele, Suonenjoki ja ammatill tytöttyöikäiset korkeasti koulutetuttyön/ koulutuksen ulkopuolella olevat	<ul style="list-style-type: none">Kaveritaitojen opettelu (esim. kaveritaito-ohjelma SPR)Yksinäisyyden puheeksiottoOhjaus järjestö- ja harrastustoiminnan, vertaistuen sekä vapaaehtoistoiminnan ja naapuriavun piiriinMatalan kynnyksen kohtaamispaikkojen toiminnan kehittäminen yhteisöllisyyden ja kohtaamisen lisäämiseenRyhmätoiminnan tukeminen (kulttuuri ja liikunta)Digitaalisten alustojen hyödyntäminen esim. eYstäväpiiriLöytävä työ (paikallisten vapaaehtoisten tekemää työtä)Yksinäisyystyö - toimintamalliZemppari-toimintaKulttuuriluotsi -toimintaKaikukortti, Kulttuuriresepti/ LAKU-lähete (lapset, nuoret)Yhteisötaiteilijatoiminta	<p>Kouluterveyskysely:</p> <ul style="list-style-type: none">Tuntee itsensä yksinäiseksi 8. ja 9.lk ja 2. aste <p>FinSote:</p> <ul style="list-style-type: none">Itsensä yksinäiseksi tuntevien osuus, %, koulutustaso ja sukupuoli <p>Vaikuttavat hyte- menetelmät kysely</p> <p>Kokemuksellinen hyvinvointikysely</p>

Esim.: Painopiste: Itsestä huolehtimisen ja terveellisten elintapojen edistäminen

TAVOITTEET	HUOMIOI ERITYISESTI	MENETELMÄT	MITTARIT
<p>Ruoka-suositusten mukaiset ruoka-tottumukset toteutuvat</p> <p>TYÖIKÄISET JA IKÄIHMISET</p>	<p>Ruokasuositusten mukainen ruoka on kestävä kehityksen mukainen</p> <p>Suosituks: Ravitsemus- ja ruokasuositukset - Ruokavirasto</p> <ul style="list-style-type: none"> • Terveyttä ruoasta! Suomalaiset ravitsemussuositukset ja päivitykset (2014) • Hyvinvointia ja yhteisöllisyyttä ruokailusta (2019, ammatilliset oppilaitokset ja lukiot) • Hyvinvointia ja opiskelukykyä ruokailusta - korkeakouluopiskelijoiden ruokailusuositus (2021). • Juomasuositukset, VRN • Vireyttä seniorivuosiin-ikäntyneiden ruokasuositukset (2020) 	<ul style="list-style-type: none"> • Viestintä asukkaille ruokasuositusten mukaisista ruokatottumuksista; Terveelliset eväät, välipalat ja mahdolliset kokoustarjoilut, Kasviksia ja hedelmiä enemmän punaista lihaa ja suolaa vähemmän - viestintä • Yhteistyö eri toimijoiden ja yleishyödyllisten yhteisöjen kanssa • Vuorovaikutus päättäjiä kanssa • Terveellisten vaihtoehtojen tarjonta ja asettelu (myös harrastusympäristöt, tapahtumat) • Ravitsemussitoumus • Sydänmerkkiateriat • Satokausikalenteri ohjaamaan ruokavalintoja (erit. matalan koulutustason omaavat, ikääntyneet, työelämän ulkop olevat) • Motivoiva haastattelu • Matalankynnyksen ravitsemusneuvonta ja -ohjaus (sis nikotiinittomuus) • Verkkopuntari - elintapaohjaus ** • Elintapaneuvonta diabetesriskissä oleville ja omatoimikurssit (Diabetesliitto) • Tulppa -ryhmäkuntoutus (valtimotautia sairastaville ja riskitekijöitä omaaville) tai Tulppa -verkkovalmennus** (sepelvaltimotautia sairastaville) • Ikääntyneille tarjolla ruokasuositusten mukaisia avoimia ruokailumahdollisuuksia (esim. päiväkodeilla, kouluilla) • Ateriapalveluiden markkinointi iäkkäille • Ikääntyneiden vajaan ravitsemuksen arvio (MNA-testi kotihoitoon ja palveluasumiseen) ja hoito 	<ul style="list-style-type: none"> • Elintapaneuvonnan toteutuminen tyyppin 2 diabetesriskissä oleville Käypä hoito -suosituksen mukaisesti HYTE(H) <p>FinSote:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kasviksia ja hedelmiä ravitsemussuositusten mukaisesti käyttävien osuus, % • Niukasti hedelmiä/ tuoreita kasviksia ravinnossaan käyttävien osuus, % • Voita tai voi-kasviöljyseosta päivittäin käyttävien osuus,% <p>Vaikuttavat hyte-menetelmät kysely</p>

Laaja hyvinvointikertomus ja –suunnitelma



Koulunkäynti ja oppiminen, kouluyhteisö, koulun fyysiset työolot ja koulutapaturmat sekä opiskeluhuollon palvelut 8. ja 9.lk, Pohjois-Savo

(Vertailualueet: Keski-Suomi, Pirkanmaa, Pohjois-Karjala, Etelä-Savo, Pohjois-Pohjanmaa, Kainuu, koko maa)

Ollaan huonoimpia
(koko maa % suluissa)



Ollaan parhaita suhteessa vertailualueisiin (koko maa % suluissa)

Koulunkäynti ja oppiminen:

- ♥ Oppimiseen ja koulunkäyntiin tukea tarvinneista apua saaneet luokanvalvojalta eniten 86,4% (koko maa 83,4%)
- ♥ Riittämättömyyden tunne opiskelijana 24% (26,3%) vähiten
- ♥ Kokee olevansa tärkeä osa luokkayhteisöä 53,3% (52,2%) paras
- ♥ Luokan ilmapiiri tukee mielipiteen ilmaisua 75,6% (73,4%) paras
- ♥ Oppilaat viihtyvät hyvin yhdessä 76,5% (74,1%)
- ♥ Oppimisyhteisön ilmapiiri on hyvä 55,6% (51,6%)

Koulun fyysiset työolot ja koulutapaturmat:

- ♥ Liika kylmyys sisällä oppilaitoksessa häirinnyt paljon 18,7% (20,7%)
- ♥ Melu oppilaitoksessa häirinnyt paljon 15,9% (18,7%)

Opiskeluhuollon palvelut ja avunsaanti:

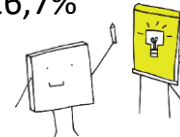
- ♥ Ei ole saanut tukea ja apua hyvinvointiin koululääkäriltä 20,1% (25,9%), kouluterveydenhoitajalta 13,3% (17,3%) lkv aikana, vaikka olisi tarvinnut
- ♥ Ei päässyt koulun lääkärille 12,% (1,5%) , koulun terveydenhoitajalle 1,6% (2,3%), koulupsykologille 1,9% (2,2%) yrittämisestä huolimatta
- ♥ Hyvinvointiinsa tukea saaneet; koululääkäri 79,9% (74,1%) ja kouluterveydenhoitaja 86,7% (82,7%)
- ♥ Terveystarkastuksessa nuoresta tuntuu turvalliselta kertoa asioistaan 69% (66%) ja puhutaan perheeseen liittyvistä asioista 82,9% (80%)

Koulunkäynti ja oppiminen:

- ♥ Poissaoloja muista syistä väh kk, 21,4% (16,4%) ja poissaoloja sairauden vuoksi väh kuukausittain 39,1% (38,1%) eniten
- ♥ Kokee vähiten kouluinnostusta 14,8% (15%)
- ♥ Vaikeuksia oppimistaidoissa 43,5% (42,7%) eniten
- ♥ Vaikeuksia kirjoittamista vaativissa tehtävissä 23,3% (22,9%) kokeisiin valmistautumisessa 38,7% (38,1%) laskemista vaativissa tehtävissä 27,8% (25,9%) lukemisessa 26,4% (25,1%), läksyjen tekemisessä 25,5% (24,9%) ja opetuksen seuraamisessa 26,7% (24,5%)

Koulun fyysiset työolot ja koulutapaturmat:

- ♥ Tapaturma muulla tunnilla (kuin liikunta) 5,4% (5%) ja tapaturma välitunnilla 6,9% (6,2%) lv aikana
- ♥ Epämiellyttävä haju oppilaitoksessa häirinnyt paljon 24,3% (20,3%)



Kouluyhteisö:

- ♥ Hyvät vaikutusmahdollisuudet koulussa 9,2% (11%) ja hyvät vaikutusmahdollisuudet koulun tapahtumien järjestämiseen 34,3% (36,8%) välituntien tai taukojen suunnitteluun ja toteutukseen 21,3% (24,3%)
- ♥ Ongelmia oppimisyhteisön ilmapiirissä 8,1% (9%)

Opiskeluhuollon palvelut ja avunsaanti:

- ♥ Helppo päästä koulun kuraattorin vastaanotolle 60,3% (61,5%)
- ♥ Käynyt koululääkärillä 21,7% (20,4%) ja kouluterveydenhoitajalla 36,4% (31,9%) muuten kuin terveystarkastuksessa



Koottu: 27.1.2024

Ruokatottumukset, liikunta ja nukkuminen, vapaa-aika, mielen hyvinvointi, päihteet ja riippuvuudet, sosiaaliset suhteet, terveys, väkivalta, syrjintä ja häirintä 8. ja 9.lk, Pohjois-Savo

(Vertailualueet: Keski-Suomi, Pirkanmaa, Pohjois-Karjala, Etelä-Savo, Pohjois-Pohjanmaa, Kainuu, koko maa)



Ollaan parhaita suhteessa vertailualueisiin (koko maa % suluissa)

Ruoka-tottumukset:

♥ -

Liikunta ja nukkuminen:

♥ Vähintään tunnin päivässä liikkuvat 25,5% (25,4%), eniten

Vapaa-aika:

♥ Hoitaa lemmikkiä tai kotieläintä lähes päivittäin 39,8% (

♥ Tietää asuinalueensa harrastusmahdollisuuksista 57,1 (54%) parhaiten

Mielen hyvinvointi:

♥ Mielialaan liittyviin huoliin tukea tarvinneista apua saaneet: omat vanhemmat 85% (80,3%)

Päihteet ja riippuvuudet:

♥ Väh 2vk kestänyt masennusoireilu 24,1%(25,5%), vähiten

♥ Alaikäisten alkoholin ostot vähittäismyynnistä 5,9% (7,2%), vähiten

♥ Käyttänyt jotain huumaavaa ainetta viimeisen 30pv aikana 2,8% (3,5%), vähiten

♥ Pelaa rahapelejä viikoittain 4,5% (5,2%), vähiten

Sosiaaliset suhteet:

♥ Ei yhtään läheistä ystävää 9,7% (10,5%), vähiten

Terveys:

♥ Kokee terveydentilansa keskinkertaiseksi tai huonoksi 24,7% vähiten (26,6%)

Väkivalta, syrjintä ja häirintä:

♥ Kokenut syrjintää koulussa tai vapaa-ajalla 30,2% (33,1%) vähiten

♥ Kokenut vanhempien tai muiden huoltapitävien aikuisten fyysistä väkivaltaa v. aikana 9,8% (12,3%) vähiten

Ruokatottumukset:

♥ Eniten heitä, jotka eivät syö aamupalaa joka arkaamu 42,1% (42,1%) tai

♥ ei syö koululounasta päivittäin 40,6% (38%)

♥ Juo energiajuomaa lähes päivittäin 7,3% (6,6%)



Vapaa-aika:

♥ Harrastaa jotakin väh kk 96,8% (97,1%). Harrastaa kirjoittamista 9,7% (11,5%), kuvataidetta tai valokuvaamista 26,5% (29,7%), musiikkia 25,3% (28,6%) väh kk.

♥ Harrastaa taidetta tai kulttuuria vapaa-ajalla väh vk 22,2% (25,9%)

♥ Lukee kirjoja omaksi ilokseen väh. kk 24,4% (29,6%)

♥ Osallistuu yhdistyksen tai järjestön/ vapaaehtois-toimintaan väh kk 16,8% (19,7%)



Ollaan huonoimpia (koko maa % suluissa)



Mielen hyvinvointi:

♥ Kokee positiivista mielenterveyttä 21,5% (22,5%)

Päihteet ja riippuvuudet:

♥ Käyttää nikotiinipusseja silloin tällöin tai päivittäin 8,4% (6,8%)

Väkivalta, syrjintä ja häirintä:

♥ Muu koulun aikuinen on kiusannut koulussa tämän lkv aikana 3,5% (2,9%)



Terveys:

♥ Herää kesken yöunien päivittäin 16% (13,4%)

♥ Nukahtamisvaikeuksia päivittäin 20,3% (20,1%)





Tilastokoonteja löytyy:
[Suunta - HYTE - Pohjois-Savo](#)
[\(pshyvinvointialue.fi\)](#)
-> tilastoja

Pohjois-Savon laaja hyvinvointikertomus ja -suunnitelma

OSA1: Hyvinvointikertomus [Hyvinvointikertomus](#)

OSA 2: Hyvinvointisuunnitelma [Hyvinvointisuunnitelma](#)

**Hyte-tavoitteiden
tulee olla kaikille
toimijoille
yhteisiä, jotta
voidaan kulkea
kohti yhteistä
suuntaa ja
terveempää
Pohjois-Savo**

- Hyvinvointikertomus ja -suunnitelma ohjaa hyvinvoinnin ja terveyden edistämistä.
- Tällöin kaikki toimivat hyte-työssä yhteisvoimin, samoin tavoittein ja yhteisin suunnitelmin.

Lähisuhdeväkivallan ehkäiseminen – työikäiset

Tavoitteena on lähisuhdeväkivallan ehkäiseminen.



1/2024
Pohjois-Savon
Väikvälläyön
verkosto



Hyvinvointia edistävän ravitsemuksen yhdyspinnat

Yhteisenä tavoitteena myönteinen ruokapuhe ja hyvinvointia edistävät ruokatottumukset



12/2023
Ravitsemuksen
työryhmä



Seksuaaliterveyden edistäminen – aikuiset

Yhteisenä tavoitteena seksuaaliterveyden lisääminen



4/2023
Pohjois-Savon
seksuaaliterveyden
edistämisen työryhmä



Ehkäisevän päihdetyön yhdyspinnat

Ehkäisevän päihdetyön tavoitteena on ehkäistä ja vähentää päihteiden käytön tai ongelmallisen rahapelaamisen aiheuttamia haittoja yksilölle, heidän lähipiirilleen ja laajemmin yhteiskunnalle.



12/2023



Seksuaaliterveyden edistäminen – lapset ja nuoret

Yhteisenä tavoitteena seksuaaliterveyden lisääminen



3/2023
Pohjois-Savon
seksuaaliterveyden
edistämisen työryhmä



Liikunnan edistämisen yhdyspinnat

Edistetään liikunnallista elämäntapaa yhdessä



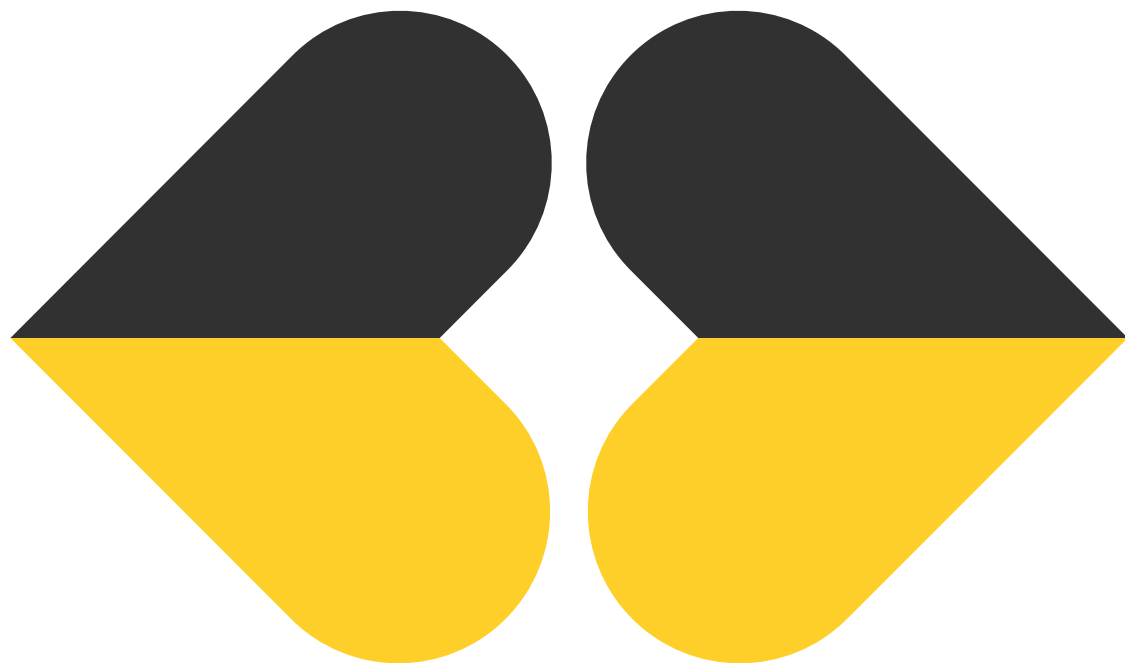
9/2023
Liikunnallisen
elämäntavan
edistämisen työryhmä

● Uni
toin
● Kot
toin

● U
● K

● Univ
● Koh

LÄHIYHTEISÖ	KUNTA	HYVINVOINTIALUE	HALLINTO- JA TUKIPALVELUT (kunta ja hyvinvointialue)	KUMPPANIT	
KOTI Asukas, omat, läheiset, isännällisiä, kintteistöhuolto, asumispalvelut <ul style="list-style-type: none"> Arkkikunta, paikallaanolon vähentäminen, työmatkat mahdollisuuksien mukaan itse liikuen, luontoliikunnan edistäminen. Likuntaharrastuksiin hakeutuminen mieltymysten mukaan, sopivien liikuntavälineiden hankinta. Liikunnallisen elämäntavan mahdollistaminen asuminympäristössä (pyörätie, liikuntavälineiden säilytys, turvallinen liikkuminen, esteettömyys, monipuolisen ravitsemuksen toteuttaminen, ruokapalvelut). 	LIIKUNTAPALVELUT <ul style="list-style-type: none"> Liikunnallisen elämäntavan edistämisä, liikuntaneuvonta. Liikunnallisen elämäntavan tukeminen toimintamalleilla esim. voimaa vanhuuteen. Liikunnanohjaus vähemmistö- ja erityisryhmille sekä seuratoiminnan ulkopuolella oleville. Likuntapaikkojen käytön ohjaus. Urheilu- ja liikuntapaikat organisoiti. TEKNINEN TOIMI <ul style="list-style-type: none"> Kaavoitus, liikunnan kannustava ympäristö ja reitit (esim. talvinkunossapito, pyöräily- ja kävelymatkat katkaemattomuus), esteettömyys, liikenneturvallisuus ja kestävä kehitys huomioiden. Liikunnallisten ympäristöjen rakentaminen, liikuntapaikkojen kunnossapito (voi olla myös liikuntapalveluilla). VARHAISKASVATUS varhaiskasvatuksen opettajat, sosionomit, lastenhoitajat, erityisopettajat ja perhepäivähoidajat <ul style="list-style-type: none"> Liikkuva varhaiskasvatus/ koulu -ohjelman toteutus, henkilöstön koulutus. Liikunnan kannustava ja mahdollistava toimintaympäristö. PERUSKOULU opettajat, ohjaajat, kouluavustajat, erityisopettajat ja rehtorit <ul style="list-style-type: none"> Harrastamisen Suomen malli, liikkuva koulu-ohjelman toteutus, pitkät liikuntavälit. Oppilaiden osallistaminen kouluympäristön suunnitteluun ja liikunnan toiminnan toteuttamiseen. 	TERVEYSKESKUS, TYÖTERVEYSHUOLTO, NEUVOLA/KOULU- JA OPISKELUTERVEYDENHUOLTO Terveystyöntekijät ja sairaanhoitajat, lääkärin <ul style="list-style-type: none"> Liikunnallisen elämäntapaan motivoiminen ja tukeminen. Fyysio- / toimintaterapian tarpeen arviointi ja ohjaus/ohjeistus asiantuntijalle. Apuvälineiden lainauksen arviointi ja ohjaus. SAIRAALAT osastot, vastainhoito, lähi- ja sairaanhoitajat, lääkärin, fysioterapeutit, toimintaterapeutit <ul style="list-style-type: none"> Liikunnallisen elämäntapaan motivoiminen ja tukeminen. Kuntoutuksen hoito. Fyysio- / toimintaterapian tarpeen arviointi ja ohjaus/ohjeistus asiantuntijalle. Hoitosuunnitelman mukainen kuntoutus (sis. mm. apuvälinearvot, liikunnan arvio, kotiutumisen suunnitelma). SOSIAALITYÖ, RAVITSEMUSTERAPIA, ASIANTUNTIJAT mm. palveluohjaajat, sosiaalityöntekijät, ravitsemusterapeutit, jalkaterapeutit <ul style="list-style-type: none"> Liikunnallisen elämäntapaan motivoiminen ja tukeminen. Likuntaharrastusten mahdollistaminen (harrastusvarainen taloudellinen tuki, jalkojen terveys, ravitsemuksellinen tilanne). KOTIKUNTOUTUS, KÄKESKUS sairaanhoitaja, palveluohjaaja <ul style="list-style-type: none"> Liikunnallisen elämäntapaan motivoiminen ja tukeminen. 	PELASTUSLAITOS <ul style="list-style-type: none"> Ohjeistukset ja koulutukset fyysisten tilojen turvallisuudesta. APUVÄLINEKESKUS <ul style="list-style-type: none"> Päivittäisten toimintojen ja liikkumisen apuvälineet lääkinnällisen kuntoutuksen kriittisen perusteella. Apuvälineiden tarpeen arviointi ja käytön ohjaus ja lainaus, välineiden käytön seuranta. Asunonmuutosyhtävöivät vammaispalvelun pyynnöstä. AVOKUNTOUTUS Julkisen ja yksityisen, avovastaanotot, fysioterapeutit, toimintaterapeutit <ul style="list-style-type: none"> Ennaltaehkäisevä toiminta esim. elintaparyhmiä, jakautuminen toimintarympäristöihin, konsultointi, verkostotyö. Vastaanottoikänteihin sisältyvä liikuntaneuvonta. Yhteistyö eri toimijoiden asiakkain lähipiirin kanssa. Hoidon tarpeen arviointi, kuntoutus suunnitelmien mukaisesti (sis. ryhmä- tai yksilöterapiat, apuvälinearvot). KOHTAAMISPAIKAT esim. OLKA-paikat, hyvinvointikeskät <ul style="list-style-type: none"> Liikunnallisen elämäntapaan motivoiminen ja tukeminen. 	HYTE- JA OSALLISUUS hyvinvointikoordinaattori, hyte-ryhmä, hyte-yhdyshenkilöt <ul style="list-style-type: none"> Liikunnan edistämisen huomiointi hyvinvointisuunnitelmassa, suunnitelman toimeenpanon edistäminen ja vaikuttavuuden arviointi. Liikunnan edistämisen toimintamallin edistäminen, vaikuttavien menetelmien jalkauttamisen edistäminen. Liikunnan edistämisestä viestittäminen kuntapäätäjille, hyvinvointialueelle, virkamiehille ja asukkaalle. PAÄTÖKSENTEKO <ul style="list-style-type: none"> Likuntaa edistävät päätökset, huomiointi päätöksenteossa ja vaikutusten ennakkoarviointissa sekä talousarviotyökentelössä. Avustusmenettelyt tukevat vaikuttavaa liikunnallista elämäntapaa edistävää järjestöjen ja muiden toimijoiden toimintaa. Mahdolliset ostopalvelusopimukset yritysten ja järjestöjen kanssa liikuntamahdollisuuksien edistämiseksi. Likuntapalvelujen käytön saavutettavuuden lisääminen, esimerkiksi erilaisten liikuntakorttien hinnoittelu kuntalaisille. VAIKUTTAMISTOIMELIIMET (esim. vanhus-, nuoris- ja vammaisneuvostot) <ul style="list-style-type: none"> Viestintä, päätöksenteko. Palautteet, toiveet, tarpeet, ideat arjen sujuvuuteen asukkailla. SIIVOUSPALVELUT <ul style="list-style-type: none"> Tilojen terveys- ja turvallisuudesta ja esteettömyydestä huolehtiminen osaltaan, (mm. järjestely, pintojen puhdistus). 	YRITYKSET, ORGANISAATIOIT <ul style="list-style-type: none"> Arkkiväestöön kannustaminen, portaiden nousu, liikunnan edistäminen työssä, kannustaminen istumisen vähentämiseen. Liikunnasta kannustavat tilat työpaikoilla; suihkulat, pyörin säilytys yms. Aiemmet hinnat liikuntapalveluihin, henkilöstön työkykyä kehittämisen, liikunnan tuki työntekijöille esim. liikuntaseuran (ePassi, Smartum yms) muodossa, liikuntavälineita myy työntekijöille. Fyysiset liikuntapalvelut, ostopalveluna tuntiopettajat (yksityiset, seurat ja järjestöt). JÄRJESTÖT, YHDISTYKSET JA SEURAKUNNAT Pohjois-Savon järjestöneuvosto, Pohjois-Savon Liikunta ry, nuorisoliitot, vanhempiyhdistykset, urheiluseurat, potilasjärjestöt, neuvontajärjestöt jne. <ul style="list-style-type: none"> Liikuntaneuvonnan edistäminen yhteistyössä toimijoiden kanssa. Yhdistys- ja seuratoimien edistäminen, yhdistyskoulutukset. Säännölliset liikuntaryhmiä (lisäivät liikkumisen määrää, kohentavat kuntoa sekä tuottavat hyvää mieltä ja yhteisöllisyyttä). Eri hankkeilla ja tulla hankittavat monipuoliset liikuntavälineet ja näiden säännöllinen ohjattu ryhmäkäyttö. SAIRAALA-APTEEKIT, APTEEKIT <ul style="list-style-type: none"> Ohjeita liikkumisen aktiivisiin ja motivoituihin. Luotettavan tiedon jakaminen, liikkumiseen erikoistuneet apteekit (liikunnan apteekki). Like on lääke- sekä Lääkkeet ja liikunta- neuvonta. OPPIlaitokset <ul style="list-style-type: none"> Liikkuva opiskelu- ohjelman toteuttaminen, opiskelijoille suunnatut liikuntapalvelut ja -toimet.



Kiitos