

PS HYTE-viesti

POHJOIS-SAVON HYTE

Pohjois-Savon HYTE -viesti kokoaa tietoa, vinkkejä ja tapahtumia alueen hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen toiminnasta. HYTE-viesti lähetetään joka kuukauden ensimmäinen torstai. HYTE-viestiä saa välittää eteenpäin.

POHJOIS-SAVON HYTE VERKKOSIVULLA JA SOMESSA

[VERKKOSIVUT](#)

[FACEBOOK](#)

[BLOGI](#)

[TWITTER](#)

SISÄLLYSLUETTELO

- [HYTE-TIIMIN AJANKOHTAISIA](#)
- [RRP ARJEN ILO JA TUKI - HANKE](#)
- [HYTE-TEEMOIHIN LIITTYVIÄ KOULUTUKSIA](#)
- [OPPAITA, TOIMINTAMALLEJA JA VERKKOKURSEJA](#)
- [ASUKKAILLE](#)
- [AVUSTUKSET](#)
- [OTA ROHKEASTI YHTEYTTÄ HYTE- JA OSALLISUUSTIIMIIN](#)
- [YHTEYSTIEDOT](#)



HYTE-TIIMIN AJANKOHTAISIA



PÄIVITETTY HYTE-ESITE JULKAISTU VERKKOSIVUILLAMME

Esitettä päivitetään syksyllä mm.kansallisen terveysindeksin tuloksilla.



TUTUSTU ESITTEESEEN

KAATUMISEN EHKÄISYN MAAILMAN LAAJUISET SUOSITUKSET SOVITETTU SUOMEEN

Maailman laajuiset suositukset kaatumisen ehkäisyyn on julkaistu. Tutustu Suomeen sovitettuun iäkkäiden kaatumisen ehkäisyn suositukseen [UKK-instituutin KaatumisSeula@-sivuilla](#).

Kaatumispelkoon pitäisi kiinnittää enemmän huomiota. Kaatumispelko voi aiheuttaa kierteen, jossa kaatumispelon vuoksi ei enää uskalla liikkua. Tämä johtaa toiminta- ja liikkumiskyvyn heikkenemiseen, joka puolestaan lisää kaatumisriskiä ja edelleen kaatumispelkoa. [Lue lisää kaatumispelosta Ikänsituutin sivulta](#).

IKÄIHMISTEN MIEPÄ- VERKOSTO

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 huomioidaan ennaltaehkäisevän työn näkökulma. Seuraava kokous 12.9. klo 14-15.30. [Liity kokoukseen napsauttamalla tästä](#)
Lisätietoja: helena.tormi@pshyvinvointialue.fi tai kirsi.eskola@pshyvinvointialue.fi

perjantaina
29.9.2023
klo 12-16
kauppakeskus Apajassa

VÄKIVALTA
USKALLANKO
KERTOJA
KYSYÄ
PUUTTUA



VÄKIVALLAN EHKÄISYN TOIMIJAT ESILLÄ KAUPPAKESKUS APAJASSA 29.9.2023 KLO 12-16

USKALTAAKO KYSYÄ, KERTOJA TAI PUUTTUA VÄKIVALTAAN?

Pohjois-Savon hyvinvointialueen HYTE - ja osallisuuspalvelualue ja Pohjois-Savon Väkivaltatyön verkoston toimijat pitävät yhdessä kampanjapäivän 29.9.2023 YK:n Kansainvälisen Välivallattomuuden päivän alla teemalla: Uskaltaako väkivallasta, kertoa, kysyä ja puuttua?

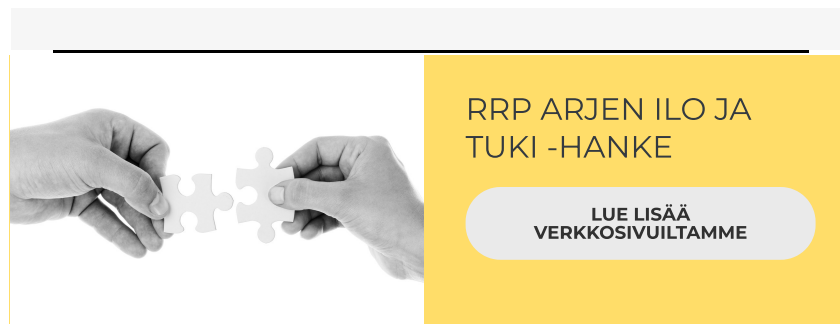
Moni ei uskalla kysyä ja ottaa väkivaltaa puheeksi, koska kokee että keinoja auttamiseen ei ole. Apua ei myöskään haeta, koska pelko ja häpeä voivat olla liian suuria. Kampanjapäivällä halutaan muistuttaa, että apua ja tukea on saatavilla niin väkivaltaa kokeneille kuin väkivallan tekijöille matalalla kynnyksellä. Suomessa niin lapset, nuoret kuin aikuiset kohtaavat väkivaltaa tai sen uhkaa arjessaan esimerkiksi koulukiusaamisen tai lähisuhdeväkivallan muodossa.

Kampanjapäivän toteuttavat yhdessä: Pohjois-Savon hyvinvointialue HYTE – ja osallisuus palvelualue, Kuopion turvakoti, Perhekeskuskehittäminen, Setlementti Puijola, Kuopion Ensikotiyhdistys ry, Miessakit ry, Lyömätön linja, Rikosuhripäivitys (RIKU), Nuorten Palvelu ry / Turvallisten tilojen Kuopio -hanke, Zonta-kerho Kuopio I ry., Kuopion kriisikeskus / Turvallinen perhe -toiminta.



PÄIHDE- JA RIIPPUVUUSALAN JÄRJESTÖT TUTUIKSI -WEBINAARI

26.9.2023 kello 13-15 Teams. Järjestäjänä: A-klinikkasäätiö 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. Ilmoittautuminen webinaariin viimeistään 20.9.2023 mennessä [tästä linkistä](#).



MUUTOKSIA RRP ARJEN ILO JA TUKI -PROJEKTITIIMISSÄ

Arjen ilo ja tuki -projekti vahvistuu syyskuussa, kun pohjoisella alueella aloittaa yhteisöluotsina Sarijaana Valkola (sarijaana.valkola@pshyvinvointialue.fi, puh.044 4610 290) ja keskisellä ja koillisella alueella Elisa Soikkola (elisa.soikkola@pshyvinvointialue.fi, puh. 044 4610 289). Uudet yhteisöluotsit ovat tavoitettavissa 11.9.2023 alkaen.



TULE MUKAAN RAKENTAMAAN PAREMMINVOIVAA POHJOIS-SAVOAA!

Arjen ilo ja tuki -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.

- Lapinlahti 13.9. klo 17-19
- Rautalampi 19.9. klo 17-19
- Varkaus 20.9. klo 17-19
- Vieremä 25.9. klo 17-19
- Tuusniemi 3.10. klo 17-19
- Suonenjoki 4.10. klo 17-19
- Vesanto/Tervo 26.10. klo 17-19

Aikataulu tarkentuu muiden kuntien osalta.

ILMOITTAUDU KUMPPANUUSILTAAN TÄSTÄ!

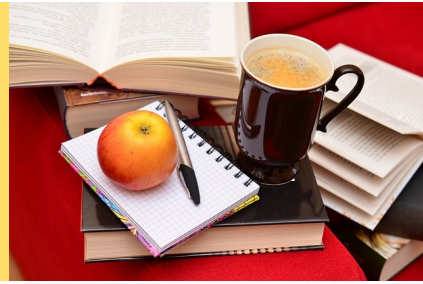
LEPPÄVIRRAN, VARKAUDEN JA JOROISTEN HANKKEIDEN TAPAAMINEN

Arjen ilo ja tuki -hanke kutsuu Leppävirralla, Varkaudessa ja Joroisissa toimivat, asukkaiden hyvinvointia ja terveyttä edistävät hankkeet yhteiseen tapaamiseen ke 27.9.2023 kello 13-14.30. Tapaaminen on Teamsissä.

Lisätiedot ja ilmoittautumiset 26.9. mennessä

heidi.hartikainen@pshyvinvointialue.fi tai p. 041 730 7739. HUOM! Tämä tapaaminen korvaa aiemmin ilmoitetun Leppävirran hanketapaamisen 22.8.

HYTE-TEEMOIHIN LIITTYVIÄ KOULUTUKSIA



SYYSKUU

- **Älä jä(t)ä yksin- yksikin on liikaa. Kaikille avoin Itsemurhien ehkäisy päivään liittyvä tapahtuma 8.9.2023 klo 9.00-11.00,** Kulttuuriareena 44, Kuopio/ [mahdollisuus tilata stiriimaus.](#) Pohjois-Savon itsemurhien ehkäisyverkosto. Luento- ja keskustelutilaisuus itsetuhoisuuden puheeksi ottamisesta. [Lisätiedot.](#)
- **HYTE-treffit 8.9.2023 klo 10.00-11.00** Teams-yhteyksin. Järjestäjänä THL ja Kuntaliitto. [Lisätietoja.](#)
- **Ikäihmisten itsetuhoisuus – itsetuhoisuuden taustatekijöiden ymmärtäminen 11.09.2023 klo 12.00-15.15.** Teams/live, THL. Kohderyhmä: terveyden edistämisen, mielenterveystyön tai ikäihmisten parissa työskenteleville ja esimiehille. Itsemurhavaaran parempi tunnistaminen, itsetuhoisuuden taustatekijöiden ymmärtäminen ja ikäihmisten hyvinvoinnin kohentaminen. [Lisätiedot](#)
- **Ruokavalioit ovat osa terveys- ja ympäristöhaasteiden ratkaisua – uudet ravitsemussuositukset kaikkien käyttöön 12.9.2023 kello 9-10.30** verkossa, järjestäjä THL. Ilmoittaudu tapahtumaan 8.9.2023 mennessä [tästä linkistä.](#) [Lisätietoja.](#)
- **Painonhallintatalon valtakunnallinen lihavuuskoulutus päivä 12.9.2023 kello 9.00-15.00** Teams-yhteyksin. [Ilmoittautuminen.](#) Kaikille lihavuuden ehkäisystä ja hoidosta kiinnostuneille ammattilaisille ja asiantuntijoille. Lisätiedot linda.westerberg@hus.fi
- **Julkaisutilaisuus: Suositus lääkäreille haitan arvioinnista alaikäisiin kohdistuvien seksuaalirikosten epäilyissä 13.9.2023 klo 8.30-11.** Barhanus –hanke. [Lue lisää.](#)
- **Minuus somessa? Ratkaisukeskeinen ote somen hallintaan - koulutus 13.9.2023 klo 9.00-11.00** Teamsissa, järjestäjänä Pelituki. Kohderyhmä: sosiaali-, terveys- ja kasvatusalojen ammattilaisille ja kaikille aiheesta kiinnostuneille. [Lisätietoja.](#)
- **Ehkäisevän päihdetyön osaaja -koulutus: Nikotiinittomuustyön uudet haasteet 13.9.2023 klo 13.00-15.00** verkossa, Ehyt ry. Kohderyhmänä ovat hyvinvointi- ja ehkäisevää päihdetyötä tekevät toimijat, terveydenhuollon henkilöstö, nuorten kanssa työskentelevät, vanhemmat ja muut nikotiinittomuustyöstä kiinnostuneet. [Lisätiedot.](#)
- **Miten puhua kannabiksesta -koulutus 13.9.2023 klo 14.00-16.00** 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 sekä mitä cannabis on. [Lisätiedot](#)
- **Ehkäisevän päihdetyön osaaja -koulutus: Nikotiinittomuustyön uudet haasteet 13.9.2023 klo 13-15.00** verkossa. Ehyt ry. Kohderyhmänä ovat hyvinvointi- ja ehkäisevää päihdetyötä tekevät toimijat, terveydenhuollon henkilöstö, nuorten kanssa työskentelevät, vanhemmat ja muut nikotiinittomuustyöstä kiinnostuneet. [Lisätiedot.](#)
- **Vaikuttava ehkäisevä päihdetyö kunnallisessa nuorisotyössä - koulutus.** 14.09.2023 klo 9- 12.00. Ehyt ry. [Lisätiedot.](#)

- **Julkaisutilaisuus: Lasten ja nuorten oikeuspsykologian ja -psykiatrian yksiköiden toiminta ja toiminnan periaatteet Suomessa 15.9.2023 klo 9-12.** Barhanus –hanke. [Lue lisää.](#)
- **Tietoa ja välineitä ravitsemusohjaukseen- verkkovalmennus 19.9.2023- 14.11.2023,** järjestäjä UKK-instituutti. Verkkovalmennus on suunnattu erityisesti liikunta- ja terveydenhuoltoalan ammattilaisille ja kaikille ravitsemusohjaukseen työssään toteuttaville ja muille aiheesta kiinnostuneille. [Lisätietoja ja ilmoittautuminen.](#)
- **Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen ja ehkäisevän päihdetyön seminaari - tuloksia ja tukipaketteja hyvinvointityöhön 19.9.2023 klo 9.30-15.45** Tampere ja verkkoyhteyksin. Järjestäjänä AVI. [Lisätietoja.](#)
- **Osallisuus, yksinäisyys ja polarisaatio: Yksinäisyys ja kiusaaminen 19.9.2023 klo 12.00-15.30** webinaari. Järjestäjänä AVI. Kohderyhmä: kaikille lasten ja nuorten parissa työskenteleville niin kunnissa, hyvinvointialueilla kuin kolmannella sektorilla. [Lisätietoja.](#)
- **20.9.2023 klo 12.00–12.30 Väkivallan käsitteistö.** Mitä kaikkea väkivalta on käsitteiden näkökulmasta. Aihetta tulee avaamaan rikos- ja prosessioikeuden professori Matti Tolvanen Itä-Suomen Yliopiston Oikeustieteiden laitokselta. [Liity tästä.](#)
- **Pakka-kävelyn ja Diilerin jäljillä -mallin koulutus 19.9.2023 klo 13-15.30.Ehyt.** Koulutus on suunnattu yläkouluikäisten nuorten kanssa toimiville ammattilaisille. Koulutuksessa perehdytään kahteen Nuoret Pakka-toimijoina -hankkeessa kehitettyyn menetelmään.[Lisätietoja](#)
- **Mitä lapsille ja nuorille markkinoidaan? – Nykypäivän ruokaympäristön haasteet ja ratkaisut 20.9.2023 kello 16-18** verkossa, järjestäjä yhteistyössä SOSTE ry ja Lasten terveysfoorumi (LTF) järjestöverkosto Kenelle: poliittiset päättäjät, avustajat ja valmistelevat virkamiehet eduskunnassa, päättäjät ja asiantuntijat eri sektoreilta kunnissa ja hyvinvointialueilla sekä lasten ja nuorten parissa toimivat. [Lue lisää ja ilmoittaudu 18.9. mennessä.](#)
- **Ryhmäsovittelu - ratkotaan yhdessä ryhmän ristiriitoja 21.9.2023** webinaari. Järjestäjänä Etelä-Suomen AVI. [Lisätietoja.](#)
- **Rangaistus vai kohtaaminen? - Dialogisessa kasvatuskustelussa nuori kohdataan 25.9.2023** webinaari. Järjestäjänä Etelä-Suomen AVI. [Lisätietoja.](#)
- **Vammaisiin henkilöihin kohdistuva väkivalta, webinaari 25.09.2023 kello 13:00 - 15:00.** Webinaarin järjestää Naisiin kohdistuvan väkivallan ja perheväkivallan torjunnan toimikunta (NAPE) ja THL. [Lisätietoja.](#)
- **Päihde- ja riippuvuusalan järjestöt ja toimijat tutuksi Pohjois-savossa 26.9.2023 klo 13.00-15.00 Teams.** A-klinikkasäätiö ja HYTE- ja osallisuus palvelualue. Järjestöt kertovat toiminnastaan ja tarjolla olevista apu- ja tukimuodoista. Kohderyhmä: sote- ja sivistyspalveluissa työskenteleville ja aiheesta kiinnostuneille. Ilmoittautuminen 20.9.2023 mennessä [tästä linkistä](#)
- **Valtakunnallinen turvakotipäivä 26.9.2023 kello 9-16** läsnä tai verkossa, järjestäjänä THL. Kohderyhmänä ovat turvakotiverkosto ja muut lähisuhteiden väkivaltatyötä tekevät ammattilaiset ja opiskelijat. [Ilmoittautuminen ja lisätietoja.](#)
- **Hyvinvointiareena – Mitä kuuluu? Kohtaamisia oppilaitosten hyvinvointityössä 26.9.- 27.9.2023.** Hyvinvointiareena on joka toinen vuosi järjestettävä koulutustapahtuma perusopetuksessa, lukiassa ja ammatillisessa koulutuksessa oppilaiden ja opiskelijoiden hyvinvoinnin parissa työskenteleville. [Lue lisää ja ilmoittaudu.](#)
- **Ensi- ja turvakotien liitto, VIOLA – väkivallasta vapaaksi ry Matkalla väkivallattomuuteen: Turvallisille raiteille- hankkeen päätösseminaari 27.9. klo 9–15.** Maksuton. Teams. Mistä lähisuhteiden väkivallasta joutuu? Miten teemme vaikuttavaa väkivaltatyötä ja

miten autamme lähisuhteissaan väkivaltaa käyttäviä kohti väkivallattomuutta? Tule kuulemaan ajankohtaista tietoa väkivaltaa käyttävien auttamisesta sekä Turvallisille raiteille -lähisuhdeväkivallan katkaisuohjelman menetelmistä ja siihen liittyvästä tutkimuksesta.

[Lisätietoja.](#)

- **Neurokehitykselliset häiriöt, koulunkäynti ja oppiminen sekä uudistuva vammaislainsäädäntö 27.9. klo 12.00-16.00** Teams. Itä-Suomen osaamiskeskus. [Ohjelma ja ilmoittautuminen.](#)
- **Ehkäisevän päihdetyön osaaaja -koulutus: Lääkkeiden väärinkäyttö 27.9.2023 klo 13.00-15.00** verkkoyhteyksin. Ehyt ry. Kohderyhmä: ammattilaiset ja vapaaehtoiset. Koulutus tarjoaa työvälineitä lääkkeiden väärinkäytön puheeksiottoon sekä mm.tietoa mitä lääkkeiden väärinkäyttö ja sekakäyttö tarkoittaa. [Lisätietoja.](#)
- **Nuorisotilan päihdetoimintamalli -koulutus. 28.9.2023 klo 9-12.00.** Ehyt. Koulutus on suunnattu nuorisotiloilla työskenteleville sekä heidän esihenkilöilleen. [Lisätiedot.](#)
- **Ehkäistään kaatumiset yhdessä 28.9.2023 klo 9.00-11.00** Teams yhteyksin. Järjestäjänä THL ja kaatumisten ehkäisyn toimijat. Kohderyhmä: Kuntien, hyvinvointialueiden, järjestöjen ja muiden toimijoiden kaatumisten ehkäisyyn osallistuvat ammattilaiset. [Lisätietoja](#)
- **Torstaina 28.9.2023 klo 12.00-12.30 Korjausneuvonta.** Kuka korjausneuvontaa voi saada ja millaista apua on tarjolla? Vanhustyön keskusliiton korjausneuvonta on asuntojen korjaus- ja muutostarpeiden arviointia ja korjausten edistämisen sekä avustusten hakemisessa auttamista yli 65-vuotiaille. Korjausneuvonnasta kertoo Vanhustyön keskusliiton, korjausneuvoja rakennusmestari Timo Pakkanen. [Liity tästä.](#)
- **Mielenterveyden edistämisen vertaisfoorumi 29.9.2023 klo 9.00-12.00** verkossa, THL.Tilaisuus on avoin kaikille mielenterveyden edistämisen toimijoille. [Lisätietoja.](#)

LOKAKUU

- **Kouluterveyskyselyn tulokset käyttöön lukioille ja ammatillisille oppilaitoksille 2.10.2023 kello 14.00-15.30** verkossa. Järjestäjänä THL. Esittelemme oppilaitoskohtaisen tulospäätelmän ominaisuuksia ja neuvomme sen käytössä ja tulosten tulkinnassa. Tutustumme myös yhteen malliin tulosten käsittelystä oppilaiden, henkilöstön ja huoltajien kanssa. [Lisätietoja.](#)
- **Perustietoa päihdeistä ja ja lääkkeiden väärinkäytöstä 3.10.2023 kello 13.00-15.00.** Teams, Vauras- hanke. Ohjelma julkaistaan myöhemmin.
- **Nuoret ja seksuaalisuus -koulutus ja työpöydän julkaisutilaisuus 3.10.2023 kello 12.00-16.00.** Järjestäjänä: THL:n Barnahus. [Lisätietoja tulossa piakkoin tänne.](#)
- **Tyttöjen ja naisten sukuelinten silpomiseen puuttuminen - webinaari 03.10.2023 klo 12:00 - 16:00** THL, Terveystieteiden tutkimuskeskus ja Kättilöliitto järjestävät maksuttoman webinaarin (Teams) tyttöjen ja naisten sukuelinten silpomisesta. Terveystieteiden ammattilaiset, jotka kohtaavat työssään silpomisen riskissä olevia tai silpomisen läpikäyneitä asiakkaita. [Lue lisää.](#)
- **Osallisuus, yksinäisyys ja polarisaatio: Osallisuus 3.10.2023 klo 12.00-15.30** webinaari. Järjestäjänä AVI. Kohderyhmä: opetuksen, varhaiskasvatuksen ja kirjasto-, nuoriso- sekä liikuntatoimen ammattilaiset. [Lisätietoja.](#)
- **Kouluterveyskyselyn tulokset käyttöön perusopetuksen oppilaitoksille 3.10.2023 kello 14.00-15.30** verkossa. Järjestäjänä THL.

Esittelemme oppilaitoskohtaisen tulostulon ominaisuuksia ja neuvomme sen käytössä ja tulosten tulkinnassa. Tutustumme myös yhteen malliin tulosten käsittelystä oppilaiden, henkilöstön ja huoltajien kanssa. [Lisätietoja.](#)

- **Ei kaikelle väkivallalle! - koulutus esiopetuksen ja alakoulun opetushenkilöstölle** 3.10.2023 12:30- 16:00 Striimattu lähitapahtuma, Kiusaaminen, häirintä, syrjintä ja väkivalta vaikuttavat merkittävästi lasten ja nuorten arjen turvallisuuteen ja hyvinvointiin. Aluehallintovirasto ja Opetushallitus järjestävät yhteistyössä Ei kaikelle väkivallalle-koulutustilaisuuden, jossa annetaan työkaluja siihen, miten tällaiset teot ja tilanteet tunnistetaan, miten niitä ehkäistään ja miten niihin voidaan puuttua varhaiskasvatuksessa, kouluissa ja oppilaitoksissa [Lue lisää.](#)
- **Ei kaikelle väkivallalle! - koulutus toisen asteen opetushenkilöstölle** 4.10.2023 12:30-16:00 Striimattu lähitapahtuma. Vastaava kuin ylläoleva toiselle asteelle. [Lue lisää.](#)
- **Alueellisten HYTE-toimijoiden vertaisfoorumi 4.10.2023 kello 9.00-11.50.** [Liity tilaisuuteen tästä](#) ilman erillistä ilmoittautumista. Tilaisuuden tavoitteena on tarjota ajankohtaista tietoa ja tukea sekä verkostoida alueellisia hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen toimijoita hyvinvointialueilta, maakuntien liitoista, aluehallintovirastoista ja järjestöistä. Päivässä käsitellään ajankohtaisia hyvinvointialueiden HYTE-koordinaatioon ja -johtamiseen liittyviä kysymyksiä.
- **Kouluterveyskyselyn tulokset käyttöön kunnille 4.10.2023 kello 14.00-15.30** verkossa. Järjestäjänä THL. Esittelemme kuntakohtaisen tulostulon ominaisuuksia ja neuvomme sen käytössä ja tulosten tulkinnassa. Tutustumme myös yhteen malliin tulosten käsittelystä oppilaiden, henkilöstön, huoltajien ja luottamushenkilöiden kanssa. [Lisätietoja.](#)
- **Vaikuttava ehkäisevä päihdetyö työpajatoiminnassa 4.10.2023 klo 12.30 -15.30.** Ehyt. Työpajatoiminnan ammattilaisille ajantasaista tietoa vaikuttavasta ehkäisevästä päihdetyöstä sekä eri menetelmistä. Ilmoittaudu 2.10. mennessä [Lisätiedot.](#)
- **Suomen Setlementtiliitto Nuorten kokemaa seksuaaliväkivaltaa 5.10. to 5.10. klo 10-11.** Maksuton webinaari. Seksuaalisiin tekoihin ja toimintaan tarvitaan aina molempien puolinen suostumus. Ilman suostumusta tapahtuneet seksuaaliset teot ja toiminta ovat seksuaaliväkivaltaa. Asiantuntijana Anna Korhonen Setlementti Puijola. Mikäli ajankohta on huono, ilmoittaudu silti, saat tallenteen käyttöösi. [Lisätietoja.](#)
- **Lapsen mieli 5.10 kello 15:00-17:00.** Webinaari, Etelä-Suomen aluehallintovirasto. Koulutuksessa tutustutaan pienten lasten mielen hyvinvoinnin edistämiseen varhaiskasvatuksen arjessa. Miten varhaiskasvatussuunnitelmaa toteutetaan mielen hyvinvoinnin sisältöjen osalta? [Lisätiedot](#)
- **Kouluterveyskyselyn tulokset käyttöön hyvinvointialueille 6.10.2023 kello 13.00-14.30** verkossa, Järjestäjänä THL. Esittelemme hyvinvointialuekohtaisen tulostulon ominaisuuksia ja neuvomme sen käytössä ja tulosten tulkinnassa. Tutustumme myös ideoihin tulosten käsittelystä nuorten, henkilöstön ja luottamushenkilöiden kanssa. [Lisätietoja.](#)
- **Rahapelaaminen puheeksi.** Syksyn koulutukset 5.10., ja 7.11. kello 9.00-12.00 Teamsissä. [Lisätiedot](#)
- **Älä oleta, ota selvää: radikalisoitumispäily ja tilannearviointi** 09.10.2023 klo 08.45 - 16.15 THL:n Radik-hanke järjestää seminaarin, joka pureutuu radikalisoitumispäilyyn ja tilannearviointiin. Seminaarissa julkaistaan tukityökalu radikalisoitumiseen liittyvän tuen tarpeen arviointiin (RaTTi). Tapahtuman ensisijaiset kohderyhmät ovat sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaiset, sekä heidän erilaiset sidosryhmänsä, kuten koulujen henkilöstö, nuorisotoimi ja poliisit. Seminaari sopii myös

muille ammattilaisille, jotka voivat työssään kohdata väkivaltaiselle radikalisoitumiselle alttiita yksilöitä tai perheitä. [Lisätietoja](#).

- **Kaverituki päihdehuolissa -ohjaajakoulutus.9.10.2023 klo 13-15.00.**
Ehyt. Kaverituki päihdehuolissa -ohjaajakoulutuksessa perehdytään uuteen Kaverituki päihdehuolissa -toimintamalliin. [Lisätiedot](#)
- **28 päivää ilman -ohjaajakoulutus (tupakasta vieroitus) 10.10. kello 9.00-15.00.** Teams, Savon Sydänpiiri. Koulutusohjelma julkaistaan elokuun lopulla. Lisätiedot: tarja.ikonen@sydan.fi ja ilmoittautuminen: savo@sydan.fi. [Lisätiedot menetelmästä](#).
- **Miten vahvistamme mielenterveys-, päihde- ja riippuvuusosaamista? 10.10.2023 kello 9.00-11.00** verkossa, THL. Esittelyssä ehdotukset mielenterveys-, päihde- ja riippuvuusosaamien vahvistamiseksi eri ammattiryhmissä. Kohderyhmä: eri oppilaitosten edustajille sekä ammattilaisille, kehittäjille sekä johtoasemassa toimiville henkilöille. [Lisätietoja](#).
- **Päihdetyön seminaari & Erityisesti isä toiminnan 10 v seminaari 10.10.2023 kello 9.00-16.00**, hybridi/Pieksänmäki. Riippuvuustyön kehittämysyksikkö. [Lisätiedot](#).
- **Päihhteet verkossa. 10.10. 2023. klo 13 -15.30.**Ehyt. [Lisätiedot](#)
- **Yhteisölliset menetelmät koulun ennalta ehkäisevässä työssä webinaari 11.10.2023 12:30-16:00** Yksinäisyys ja koulukiusaaminen ovat jatkuvasti esillä puhuttaessa oppilaiden ja opiskelijoiden hyvinvoinnista. Opettajat, oppilas- ja opiskeluhoollon henkilöstö ja nuorisotyö yhdessä tekevät kouluista ja oppilaitoksista nuorille hyvän paikan olla. Osaamiskeskus Nuoskan ja aluehallintoviraston järjestämässä webinaarissa saat tietoa yksinäisyydestä ja kiusaamisen ehkäisystä puheenvuorojen ja menetelmäesittelyjen merkeissä. [Lue lisää](#).
- **Väkivaltatyön foorumi: Jokaisen oikeus turvallisuuteen – Miten autamme erityisen haavoittuvassa asemassa olevia? 10.-11.10.2023**, Oulu. Pääsalin ohjelma seurattavissa etäyhteyksin. Lähisuhdeväkivaltaa työssään kohtaaville sosiaali-, terveys- ja kasvatusalun ammattilaisille, eri alojen viranomaisille, päättäjille ja kaikille aiheesta kiinnostuneille. [Lue lisää](#).
- **Miten puhua kannabiksesta -koulutus 11.10.2023 klo 14.00-16.00** verkossa, järjestäjänä Ehyt ry. Koulutus on suunnattu erityisesti 2. asteen henkilökunnalle, nuorisopalveluiden työntekijöille, sosiaalialan henkilöstölle sekä kaikille muille aiheesta kiinnostuneille. [Lisätiedot](#).
- **Maahanmuuttaneet mukaan ehkäisevään päihdetyöhön. Miksi ja miten? 11.10.2023 kello 9.00-11.00** verkossa, järjestäjänä Ehyt ry. 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](#).
- **Eturauhassyövän vaikutus seksuaalisuudelle 11.10.2023 kello 12-12.30.** Asiantuntija: Laura Rutí, sairaanhoitaja, seksuaalineuvoja, hyvinvoinnin asiantuntija (YAMK). [Liity tietoisuuteen tästä](#). Ei tarvitse ilmoittautua. Linkit tilaisuuksiin ja myöhemmin tallenteet (2vk ajan nähtävissä) [Pohjois-Savon seksuaaliterveyden edistämisen sivulla](#). Järjestäjänä Pohjois-Savon seksuaaliterveyden edistämisen työryhmä.
- **PELITUKIFOORUMI – Neurokirjo, pelit & some 11.10.2023 klo 12-16**, Teams. Pelitukifoorumi on suunnattu sosiaali-, terveys- ja kasvatusalujen ammattilaisille sekä kaikille aiheesta kiinnostuneille. [Lisätiedot](#)
- **Tasa-arvopäivät 11.-12.10.2023** Vaasassa ja verkossa. Järjestäjänä Tasa-arvotiedon keskus, THL. [Lisätietoja](#).
- **Terveysliikuntapäivät 2023 11.-12.10.2023** läsnä ja verkossa, järjestäjä UKK- instituutti ja Työeläkeyhtiö Varma. Ilmoittautuminen 4.10.mennessä. [Lisätietoja ja ilmoittautumislinkki](#).

- **Stigman ja syrjinnän tunnistaminen – kansallisen yhteistyön käynnistäminen 12.10.2023 klo 10:00 - 12:00.** THL. Tapahtuma käynnistää monialaisen yhteistyön, jonka tarkoitus on edistää mielen- ja vamma- ja riippuvuusongelmiin liittyvän stigman ja syrjinnän vastaista ja yhdenvertaisuutta vahvistavaa työtä. Tilaisuudessa julkaistaan kansalliset suositukset tämän työn tueksi. [Lisätietoja](#)
- **Tulevaisuuden sote: Maksuttoman ehkäisyn kokeilu alle 25-vuotiaille 2022-2023 päätöstilaisuus 12.10.2023 kello 9.00-16.00** verkossa, järjestäjänä THL. Suunnattu kaikille sidosryhmille, seksuaali- ja lisääntymisterveyden palveluista ja kehittämistyöstä kiinnostuneille ja nuorten kanssa toimiville tahoille. [Lisätietoja.](#)
- **Tapaturmaseminaari 12.10.2023 09:00 - 12:00.** Tilaisuus on tarkoitettu antamaan tietoa turvallisuuden edistämisestä ja tapaturmien ehkäisystä eri toimintaympäristöissä työskenteleville asiantuntijoille ja muille asiasta kiinnostuneille. [Lisätietoja.](#)
- **Ryhmäilmiö työpajoilla -koulutus. 12.10.2023 klo 13-15.30.** Ehyt. Kaipaako vinkkejä turvallisten ja vuorovaikutuksellisten ryhmien rakentamiseen työpajaympäristössä? Etsitkö ideoita, miten voisit ryhmäsi kanssa käsitellä erilaisia hyvinvointiin liittyviä teemoja? [Lisätiedot](#)
- **Päihhteiden puhekeskiötto etsivässä nuorisotyössä.18.10.2023 klo 13-15.00.** Ehyt. [Lisätiedot](#)
- **Tulppa-verkostotapaaminen järjestetään 19.10.23 kello 13.30-15.30** Teams-yhteydellä. Tapaamisessa aiheena on syöminen ja sen ohjaaminen sekä tukeminen Tulppa-kuntoutuksessa. Tapaamisessa perehdytään syömisestä teemoihin Sydänliiton ravitsemuksen ja elintapamuutosten asiantuntija Tuija Pusan johdolla. [Lue lisää ja ilmoittaudu.](#)
- **Tiistai 21.11.2023 klo 12.00–12.30 Liukastumisen estäminen liukasteilla- ja liukuestekengillä.** Liukastumistapaturmia sattuu kaikenikäisille, mutta millaiset liukuesteet tulisi hankkia. Liukasteista ja -kengistä kertomassa suutari Kari Keinänen, Kuopion Kenkä- ja avainapu. [Liity tästä.](#)
- **Väkivaltatutkimus halki tieteiden kentän II 23.10.2023 klo 12.00 - 16.00** Seminaarin tavoitteena on tehdä näkyväksi monipuolista väkivaltaan liittyvää tutkimusta ja edistää aiheesta kiinnostuneiden tutkijoiden, kehittäjien ja suuren yleisön keskinäistä vuoropuhelua ja verkostoitumista. Järjestäjänä on THL:n väkivallan vastaisen työn osaamiskeskittymä, erityispalvelut. [Lue lisää.](#)
- **EPT-treffit 24.10.2023 klo 9.00-10.00.** Järjestäjänä: THL ja AVI. Kohderyhmä: kuntien ja hyvinvointialueiden ehkäisevää päihdetyötä koordinoivat tahot. Tavoitteena on edistää verkostoitumista, hyvien käytäntöjen jakamista sekä tarjota alusta yhteisille pohdintoille ehkäisevästä päihdetyöstä. Kullakin tapaamiskerralla on jokin teema. [Ilmoittautuminen.](#)
- **Keskiviikkona 25.10.2023 klo 12.00–12.30 Vajaaravitsemuksen arviointi ja uudet ravitsemushoitosuositukset osana kaatumisten ehkäisyä?** Luennon pitää professori Ursula Schwab, Itä-Suomen Yliopiston Lääketieteen laitokselta, Kansanterveystieteen ja kliinisen ravitsemustieteen yksiköstä. [Liity tästä.](#)
- **27.10.2023 klo 12.00–12.30 MARAK-toimintamallin esittely.** MARAK on vakavan parisuhdeväkivallan riskinarvioinnin ja uhrin auttamisen moniammatillinen menetelmä. MARAK-toimintamallista tulee kertomaan Tuija Heimonen, erikoissuunnittelija. Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos. Väkivallan vastaisen työn osaamiskeskittymä. [Liity tästä.](#)
- **Valtion ravitsemusneuvottelukunnan hankkeen Vireyttä seniorivuosiin valtakunnallinen ”Innostutaan yhdessä ikääntyneiden ravitsemuksesta- helmiä hankkeen ajalta” - seminaari 31.10.2023,** verkossa. Seminaari on tarkoitettu kaikille, jotka toimivat ikääntyneiden parissa tai suunnittelevat ikääntyneiden palveluja. Koulutuksen tarkempi ohjelma ja linkki julkaistaan syyskuun alussa.

- **Nuorisotilan päihdetoimintamalli -koulutus. 31.10.2023- 9-12.00.** Ehyt. [Lisätiedot](#)
- **Avoin Tulppa-ryhmänohjaajakoulutus** uusille ohjaajille **31.10.-28.11.2023** Teams-yhteydellä. Koulutuksessa osallistujia saa valmiudet järjestää ja ohjata kasvokkain tapaamisiin perustuvaa Tulppa-ryhmäkuntoutusta omalla hyvinvointialueellaan. [Lue lisää ja ilmoittaudu](#)

MARRAS- JOULUKUU

- **Yhteispeli - hyvinvoinnin ja vuorovaikutuksen vahvistaminen koulu yhteisössä 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 koulu yhteisön 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.](#)
- Aluehallintovirastot tekivät yhteistyössä Terveyden ja hyvinvoinninlaitoksen (THL) kanssa keväällä 2023 **kyselyn koskien ehkäisevän päihdetyön tilaa ja rakenteita kunnissa. Tule kuulemaan Pohjois-Savon tuloksista 2.11. klo 13-14.30,** Teams. Luvassa ainakin aluehallintoviraston ja THL:n puheenvuorot. Lisätiedot myöhemmin.
- **Vaikuttava ehkäisevä päihdetyö asuntoloissa -koulutus. 2.11.2023 klo 14.30 -17.00.** Ehyt. [Lisätiedot](#)
- **UKK-terveyskuntotestit – valitut palat tiivistetysti 2.11.2023 kello 9-15.45** Tampere, järjestäjä UKK-instituutti. [Lisätietoja ja ilmoittautuminen.](#)
- **Raskaus- ja vauvavaiheen mielenterveyden edistämisen foorumi. 8.11. kello 12.00-14.00.** (huom.1.11 aika muuttunut) Teams. Järjestäjänä Raskaus – ja vauvavaiheen mielenterveyden edistämisen verkosto. Ohjelma ja ilmoittautuminen julkaistaan myöhemmin.
- **Vulvodynia 8.11.2023 kello 12.00-12.30.** Vulvodynia- viikko 6-12.11.23. Asiantuntija Anna Helminen, Korento ry. [Liity tietoisuuteen tästä.](#) Ei tarvitse ilmoittautua. Linkit tilaisuuksiin ja myöhemmin tallenteet (2vk ajan nähtävissä) [Pohjois-Savon seksuaaliterveyden edistämisen sivulla.](#) Järjestäjänä Pohjois-Savon seksuaaliterveyden edistämisen työryhmä.
- **Miten puhua kannabiksesta -koulutus 8.11.2023 klo 14.00-16.00** verkossa, järjestäjänä Ehyt ry. Kohderyhmä: 2. asteen henkilökunnalle, nuorisopalveluiden työntekijöille, sosiaalialan henkilöstölle sekä kaikille muille aiheesta kiinnostuneille. [Lisätietoja.](#)
- **Teekö älylaitteet lapsista älyttömiä? 8.11.2023 kello 13:00- 15.30.** Teams, Etelä-Suomen aluehallintovirasto. Koulutus varhaiskasvatuksen, lastenneuvoloiden ja alakoulun henkilöstölle sekä kaikille aiheesta kiinnostuneille. Esillä mm. kuinka tutkimustiedon perusteella älylaitteet vaikuttavat lasten itsesäätelyyn, oppimisen ja sosiaalisten taitojen kehitykseen. [Lisätiedot](#)
- **Päihdetyön seminaari: Kohtaamisia päihdetyön arjessa 13. - 14.11.2023.** Kuopion Musiikkikeskus, Kirkkopalvelut, Riippuvuustyön kehittämissyksikkö, Sovatek. Ohjelma ja ilmoittautuminen tarkentuvat syyskuussa. [Lisätiedot.](#)
- **Tunnista ja turvaa – Tutkimusten ja käytännön näkökulmia lapsiin kohdistuvasta seksuaaliväkivallasta. Nettivihjeen seminaari. Pelastakaa Lapset ja Etelä-Suomen aluehallintovirasto järjestävät Helsingissä 15.11.2023 klo 8.30-15.30 seminaarin lapsiin kohdistuvasta seksuaaliväkivallasta.** Seminaaria voi seurata myös striimin välityksellä. Seminaari on avoin kaikille aiheesta kiinnostuneille, niin ammattilaisille ja ammattiin opiskeleville, viranomaisille kuin päättäjillekin. [Lue lisää.](#)

- **Ehkäisevän päihdetyön osaaja -koulutus: päihdeasioiden puheeksiotto sosiaali- ja terveyspalveluissa.16.11.2023 klo 9 -11.00.**
Ehyt. kohderyhmänä ovat hyvinvointi- ja ehkäisevää päihdetyötä tekevät toimijat, sosiaali- ja terveydenhuollon henkilöstö, nuorten kanssa työskentelevät ja muut ehkäisevästä päihdetyöstä kiinnostuneet. [Lisätiedot](#)
- **Koulutuspäivä syöpäsairaahan yhteistyöverkoston luomiseksi 21.11.2023 kello 9.00-15.00** 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 14.00- 16.00 verkossa.** Järjestäjänä Ehyt ry. Tietoa ja konkreettisia vinkkejä, joilla ohjaus- ja opetustyössä voidaan tukea opiskelijoita päihteisiin ja mielen hyvinvointiin liittyvissä kysymyksissä ennen ongelmien syvenemistä. Kohderyhmä: korkeakoulujen opetus- ja ohjaushenkilöstö. Tarkasteltavia teemoja ovat mm. alkoholi, kannabis, psyykkiset vaikeudet, opiskelustressi ja opiskelukyky. [Lisätiedot](#)
- **Itä-Suomen mielenterveys- ja päihdetyön ammattilaisten koulutuspäivät 23.-24.11.2023 Kuopiossa.** Päivillä on tarjolla ajankohtaista tietoa, luentoja erilaisista ammattilaisten työhön liittyvistä aiheista sekä psykososiaalisten menetelmien koordinaatiohankkeen tuloksia. [Lisätiedot](#)
- **Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen päivä 24.11.2023 kello 9.30-15.15.** Tervetuloa mukaan kuulemaan ja keskustelemaan hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistämisen asioista. THL:n perinteinen Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen päivä kokoaa yhteen hyte-asiiantuntijat ja ajankohtaiset teemat. [Lisätiedot.](#)
- **27.11.2023 klo 12.00-12.30 Rikosten uhrien auttaminen.** Rikosuhripäivystys (RIKU). Millaista apua rikoksen uhri, hänen läheisensä ja rikosasian todistaja voi saada matalalla kynnyksellä. Mitä laki sanoo rikosten uhrin auttamisesta? Millainen on rikosprosessi? Aiheesta kertomassa Marjo Häyrynen, toiminnanohjaaja, Pohjois-Savon palvelupiste, Rikosuhripäivystys (RIKU). [Liity tästä.](#)
- **X Valtakunnalliset Tupakka ja terveys -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 kello 9.00-10.00.** ks. 24.10.2023
- **Torstai 14.12.2023 klo 12.00-12.30 Lihaskato ja ikääntymisen näkyminen kehossa, vaikutus kaatumisriskiin ja tietoa lihaskadon kuntoutuksesta.** Dekaan Sarianna Sipilä, Liikuntatieteellinen tiedekunta, Jyväskylän yliopisto. [Liity tästä](#)



OPPAITA, TOIMINTAMALLEJA JA
VERKKOKURSSEJA

- **Aluehallintovirastojen valtakunnallinen ja moniammatillinen maksuton webinaarisarja. Osallisuus, yksinäisyys sekä polarisaatio** erityisesti lasten ja nuorten näkökulmasta puhuttavat edelleen meitä kaikkia. Lisätietoja ohjelmasta ja ilmoittautuminen löytyvät avin tapahtumakalenterista:

- o Yksinäisyys ja kiusaaminen 19.9.2023 [Lue lisää](#)
- o Osallisuus 3.10.2023 [Lue lisää](#).
- **Radikalisoitumiseen liittyvä ilmainen koulutus:** Verkkokoulutus: väkivaltaisen ekstremismin ja radikalisoitumisen kohtaaminen nuorisotyössä (itsenäisesti suoritettava verkkokoulutus) Pelastakaa Lapset ry. [Lue lisää täältä.](#)
- **Liikkuvan mielen tukija -toimintamalli** antaa vapaaehtoisille työkaluja kannustaa ikäihmisiä aktiivisempaan arkeen ja poistaa liikkumisen psyykkisiä ja sosiaalisia esteitä. [Lue lisää.](#)
- **Pysytään pystyssä -oppaat** toimivat kaatumisten ehkäisyn perehdytyksenä ammattilaisille, mutta ennenkaikkea kaatumisten ehkäisyn puheeksioton ja ohjauksen apuvälineenä asiakkaille ja heidän läheisilleen. Oppaan turkinkielinen versio on nyt päivitetty. Opasta on saatavilla viidellä kielellä ja opas on vapaasti tulostettavissa ja luettavissa verkkosivuilta. [Tutustu.](#)
- **Osallisuuden edistäjän opas (THL 2023)** julkaistu. Oppassa on tietoa osallisuuden edistämiseen kunnissa, hyvinvointialueilla, muissa julkisissa organisaatioissa, järjestöissä ja asukasryhmissä. Saat vinkkejä osallisuutta edistävään hallintoon ja johtamiseen, kokemusosaamisen hyödyntämiseen, asiakastyön ja palvelujen uudistamiseen, kansalaisvaikuttamisen tukemiseen ja avoimien tilojen luomiseen. [Tutustu.](#)
- **Omahoitajien mielen tukeminen.** Opas omahoitajia kohtaaville ammattilaisille. Omahoitajaliitto. [Lue lisää.](#)
- **Ikääntyneiden ravitsemus – maksuton verkkokoulutus.** Verkkokoulutus sopii ammatilliseen täydennyskoulutukseen, uusien työntekijöiden perehdytykseen sekä alan oppilaitosten käyttöön oppimateriaaliksi. [Lue lisää](#) ravitsemussuosituksesta. [Siirry koulutukseen.](#)
- **Uusi työkalu liikkumisen puheeksi ottamisen tueksi.** Mallin tarkoituksena on antaa tukea ammattilaiselle liikkumisen puheeksiottoon ja palveluohjaukseen sekä asiakkaalle liikkumismotivaation herättelyyn jo lyhyen keskustelun aikana. [Lisätietoa.](#)
- **Oikeanlainen liikkuminen ja palautuminen osaksi työtä ja työyhteisön käytäntöjä.** Työkalun tarjoaa työterveyslaitos. [Lue lisää.](#)

ASUKKAILLE



Toivomme, että jaat tietoa näistä tapahtumista laajasti verkostoissasi ja viestintäkanavissasi :)

Hyvinvoinnin iltakoulu – Turvattomasta turvalliseen 13.9. kello 17.00–18.30. Aiheena on turvattomasta turvalliseen. Luennolta saat vastauksen kysymyksiin: Mitä kuuluu turvalliseen parisuhteeseen? Mitä jos parisuhde onkin turvaton? Miten lisätä parisuhteen turvallisuutta? Kuopion kaupunginkirjaston Kohtaamossa (Maaherrankatu 12, 70100 Kuopio) ja etänä Teamsin kautta. Luennoitsijat: Katri Kwick & Hanna Thitz, Turvallinen perhe -toiminta, Kuopion kriisikeskus sekä kokemusasiantuntijat. Tilaisuuden järjestävät yhteistyössä: Savon mielenterveysomaiset FinFami ry, SYLI-keskus

Kuopio, Tukipilari, Kuopion ensi- ja turvakoti ry ja Kuopion Kriisikeskus ry.
[Linkki etäosallistujille.](#)

Oma Verkkopuntari itsehoidon tueksi – elintapoihin ja painonhallintaan tukea ilman ohjaajaa. Pääteemat ovat ravitseminen, 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.](#) Lisätietoa: verkkopuntari@sydan.fi, p.050 342 894

Verkkoluentoja lapsiperheiden uneen ja nukkumiseen tarjolla lokamarraskuussa, järjestäjänä Neuvokas perhe. [Tarkemmat aiheet ja ajankohdat.](#)

Elämänmuutoksista eteenpäin -webinaarisarja ikäihmisille 12.9., 7.11., ja 12.12.2023 klo 13-14 Teams (aina eri sisällöt). Ikäinstituutti. [Lisätiedot](#)

28 päivää ilman – tukea Sinulle, joka haluat lopettaa nikotiinin käytön. Verkko-ryhmän keskusteluteemat: Tapa, tottumus vai riippuvuus? Mikä tukee lopettamista? Jaksanko jatkaa? Huolenaiheet ja itsepetokset. Nikotiinin tulevaisuus. Ryhmä 1: 26.9., 3.10., 10.10., 24.10. ja 31.10.2023 kello 17. Ryhmä 2: 14.11., 21.11., 28.11., 5.12. ja 12.12.2023 kello 17. Tapaamiset ovat maksuttomia. Saat linkin sähköpostiisi. [Ilmoittautumiset](#)

Ensihuoli-koulutus. Koulutuksen teemana: päihteet ja pelaaminen 3.10.2023 kello 17.00-19.00 verkossa. Järjestänä: Ehyt ry. Maksuton. Kohderyhmä. henkilöt, jotka kaipaavat välineitä päihteidenkäytön 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.](#)

"Vanhemmat itsenäistyvän nuoren tukena" - avoin keskustelu- ja infotilaisuus verkossa 10.10.2023 kello 17.00-18.30 Järjestäjänä: FinFami ja Nuorten palvelu ry. [Lisätietoja](#)

Työikäisten leskien ja leskiperheiden vertaistukea, kaikille ennen eläkeikää kumppaninsa menettäneille ja toimintaa myös vanhempansa menettäneille lapsille ja nuorille. [Lisätiedot.](#)

Pohjois-Savon HYTE kokoaa kahden viikon välein **Tiesitkö että... vinkkejä asukkaille.** Tällä kertaa aiheena: Tiesitkö että sinun ei tarvitse jäädä yksin, jos olet kokenut seksuaaliväkivaltaa tai -häirintää? [Lue lisää.](#)

SEKSUAALITERVEYDEN EDISTÄMISEN TIETOISKUT

Pohjois-Savon hyvinvointialueen HYTE- ja osallisuuspalvelualue ja Pohjois-Savon seksuaaliterveyden edistämisen työryhmä järjestävät kaikille avoimia tietoiskuja. Tietoiskuihin ei tarvitse ilmoittautua. Ajankohdat ja aiheet:

- **Rintasyövän vaikutukset seksuaalisuudelle sukupuolesta riippumatta** Asiantuntija: Laura Ruti, sairaanhoitaja, seksuaalineuvoja, hyvinvoinnin asiantuntija (YAMK). [Tallenne katsottavissa](#) 8.9. asti

- **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, kätilö, Naisten akuuttikeskus, KYS Seritukikeskus. [Tallenne katsottavissa 12.9.2023 asti.](#)
- **PCOS 6.9.2023 kello 12.00-12.30.** PCOS- viikko 4-10.9.2023. Korento ry on Suomessa valtakunnallisesti toimiva potilasjärjestö, joka edustaa endometriosisin, adenomyosisin, PCOS:n ja vulvodynian kanssa eläviä. Miten PCOS:ä eli munasarjojen monirakkulaoireyhtymä vaikuttaa sen kanssa elävän arkeen ja hyvinvointiin. Asiantuntija Anna Halminen, Korento ry. [Tallenne katsottavissa 21.9.23 asti.](#)
- **Eturauhassyövän vaikutus seksuaalisuudelle 11.10.2023 kello 12-12.30.** Asiantuntija: Laura Ruti, sairaanhoitaja, seksuaalineuvoja, hyvinvoinnin asiantuntija (YAMK). [Liity tietoisuuteen tästä.](#)
- **Vulvodynia 8.11.2023 kello 12-12.30.** Vulvodynia- viikko 6-12.11.23. Asiantuntija Anna Helminen, Korento ry. [Liity tietoisuuteen tästä.](#)

LINKIT TILAISUUKSIIN JA MYÖHEMMIN TALLENTEET (2VK AJAN NÄHTÄVISSÄ) POHJOIS-SAVON SEKSUAALITERVEYDEN EDISTÄMISEN SIVULLA.

VÄKIVALLAN EHKÄISYN TIETOISKUJA TULOSSA

Pohjois-Savon hyvinvointialueen HYTE- ja osallisuus palvelualue ja Pohjois-Savon väkivaltatyön verkosto järjestävät tietoiskuja noin kerran kuukaudessa väkivaltaan liittyvillä teemoilla.



Tulevat tietoiskut:

- **20.9.2023 klo 12.00-12.30 Väkivallan käsitteistö.** Mitä kaikkea väkivalta on käsitteiden näkökulmasta. Aihetta tulee avaamaan rikos- ja prosessioikeuden professori Matti Tolvanen Itä-Suomen Yliopiston Oikeustieteiden laitokselta. [Liity tästä.](#)
- **27.10.2023 klo 12.00-12.30 MARAK-toimintamallin esittely.** MARAK on vakavan parisuhdeväkivallan riskinarvioinnin ja uhrin auttamisen moniammatillinen menetelmä. MARAK-toimintamallista tulee kertomaan Tuija Heimonen, erikoissuunnittelija. Terveiden ja hyvinvoinnin laitos. Väkivallan vastaisen työn osaamiskeskittymä. [Liity tästä.](#)
- **27.11.2023 klo 12.00-12.30 Rikosten uhrin auttaminen.** Rikosuhripäivystys (RIKU). Millaista apua rikoksen uhri, hänen läheisensä ja rikosasian todistaja voi saada matalalla kynnyksellä. Mitä laki sanoo rikosten uhrin auttamisesta? Millainen on rikosprosessi? Aiheesta kertomassa Marjo Häyrynen, toiminnanohjaaja, Pohjois-Savon palvelupiste, Rikosuhripäivystys (RIKU). [Liity tästä.](#)

Linkit ja tallenteet löytyvät HYTE:n sivuilta, alla linkki.

TAPATURMIEN JA VÄKIVALLAN EHKÄISY - HYTE - POHJOIS-SAVO (PSHYVINVOINTIALUE.FI)

KAATUMISVAARAN VÄHENTÄMISEN LUENTOSARJA JATKUU SYKSYLLÄ 2023

Kaatumisvaaran ehkäisyyn luentosarja jatkuu syksyllä. Luennoilla tuodaan esiin erilaisia keinoja vähentää kaatumisvaaraa. Luennot ovat aina klo 12.00–12.30. Ei tarvitse ilmoittautua erikseen.



- **Torstaina 28.9.2023 klo 12.00–12.30 Korjausneuvonta.** Kuka korjausneuvontaa voi saada ja millaista apua on tarjolla? Vanhustyön keskusliiton korjausneuvonta on asuntojen korjaus- ja muutostarpeiden arviointia ja korjausten edistämisen sekä avustusten hakemisessa auttamista yli 65-vuotiaille. Korjausneuvonnasta kertoo Vanhustyön keskusliiton, korjausneuvoja rakennusmestari Timo Pakkanen. [Liity tästä.](#)
- **Keskiviikkona 25.10.2023 klo 12.00–12.30 Vajaaravitsemuksen arviointi ja uudet ravitsemushoitosuosituksen osana kaatumisten ehkäisyä?** Luennon pitää professori Ursula Schwab, Itä-Suomen Yliopiston Lääketieteen laitokselta, Kansanterveystieteen ja kliinisen ravitsemustieteen yksiköstä. [Liity tästä.](#)
- **Tiistai 21.11.2023 klo 12.00–12.30 Liukastumisen estäminen liukusteilla- ja liukuestekengillä.** Liukastumistapaturmia sattuu kaikenikäisille, mutta millaiset liukusteet tulisi hankkia. Liukusteistä ja -kengistä kertomassa suutari Kari Keinänen, Kuopion Kenkä- ja avainapu. [Liity tästä.](#)
- **Torstai 14.12.2023 klo 12.00–12.30 Lihaskato ja ikääntymisen näkyminen kehossa, vaikutus kaatumisriskiin ja tietoa lihaskadon kuntoutuksesta.** Dekaan Sarianna Sipilä, Liikuntatieteellinen tiedekunta, Jyväskylän yliopisto. [Liity tästä](#)

Linkit ja tallenteet löytyvät AKE:n materiaalipankista. Tutustu myös muuhun kaatumisen ehkäisyyn liittyvään materiaaliin.

AKE-MATERIAALIPANKKI - POHJOIS-SAVON HYVINVOINTIALUE -
POHJOIS-SAVO (PSHYVINVOINTIALUE.FI)



AVUSTUKSET

OTA ROHKEASTI
YHTEYTTÄ HYTE- JA
OSALLISUUSTIIMIIN



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 Säde, Helena, Marika, Merja, Sirpa, Anne, Lilli, Heidi, Katja, Merja,
Mirkka ja Susanna

YHTEYSTIEDOT

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

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

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

Merja Kaija, vs. hyvinvointikoordinaattori
044 461 0488
merja.kaija@pshyvinvointialue.fi

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

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

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

Susanna Heinonen, projektisuunnittelija
susanna.heinonen1@pshyvinvointialue.fi

Lilli Martikainen, projektikoordinaattori
044 717 4171

lilli.martikainen@pshyvinvointialue.fi

Yhteisöluotsit:

Katja Nenonen, läntinen alue
044 4610291

katja.nenonen@pshyvinvointialue.fi

Heidi Hartikainen, eteläinen alue
041 730 773

heidi.hartikainen@pshyvinvointialue.fi

Sarijaana Valkola, pohjoinen alue
(11.9.alkaen)

044 4610 290

sarijaana.valkola@pshyvinvointialue.fi

Elisa Soikkola, Keskinen ja koillinen alue
(11.9. alkaen)

puh. 044 4610 289

elisa.soikkola@pshyvinvointialue.fi



Pohjois-Savon
hyvinvointialue



www.pshyvinvointialue.fi

[Tietosuojaseloste](#)

PÄHKINÄNKUORESSA

- 19 kuntaa
- 12 500 työntekijää
- sote- ja pelastuspalveluja noin 250 000 asukkaalle
- erikoissairaanhoidtoa noin miljoonalle suomalaiselle.

[Rekisteriseloste](#)

POWERED BY  liana