

Terveellisten elintapojen edistämisen yhdyspinnat 0.2 6/2024



Terveellisten elintapojen edistäminen (aikuiset ja ikääntyneet)

Kunnan ja hyvinvointialueen yhteistyö

Yhdyspintatyön verkostot
Rajattomasti liikuntaa -
kumppanuusverkosto (Voimaa
vanhuuteen- ja elintapaohjaus-
liikuntaneuvonnan verkostot)
Hyte-koordinaattoriverkosto

* Kokonaisuudesta oma
yhdyspintakuvaus

Luonnos

Harrastamisen mahdollistaminen

Liikuntapalvelut ja -paikat

Kirjasto- ja kulttuuripalvelut

Nuorisopalvelut

Yhdyskuntasuunnittelu

Kävelyn ja pyöräilyn
edistäminen

Kansalais- ja työväenopistot / Vapaa
sivistystyö

Liikunta- ja ravitsemusasiat
kirjataan laajaan
hyvinvointisuunnitelmaan

Voimaa vanhuuteen: voima- ja
tasapainoharjoittelu
Liikuntaneuvonta
Yhdyspintatyöryhmä.
Yhdyspintasopimukset rakenteiden
ylläpitämiseksi ja kehittämiseksi
kulttuuripalveluiden kanssa.

Väkivallan ehkäisy*
Mielenhyvinvointi*
Ehkäisevä päihdetyö*

Ruokatoimiinta (ruoka-apu + hävikki
sekä yhteisöllinen ruokailu)

Tiedon tuottaminen, seuraaminen ja
tiedottaminen

Viestintä ja osaamisen lisääminen

Elintapojen ja kulttuurin
puheeksiottaminen

Liikkumiseen kannustaminen

Kaatumisen ehkäisy

Prosessinomainen
elintapaohjaus

Ravitsemusneuvonta

Lääkkeetön
unettomuuden hoito

Digitaaliset omahoitopalvelut

Ennaltaehkäisevät terveystarkastukset

Elintapasairauksien hoito

Fysioterapia

Ravitsemusterapia

Ylipainoisen hoitopolku

Lihavuusleikkaus

KUNTA

Yhteistyö 3.sektorin toimijoiden kanssa

varha

Terveellisten elintapojen edistäminen (aikuiset ja ikääntyneet):











yhdyspinta (1/2)

Toiminto	Kunnan rooli ja tehtävät	Varhan rooli ja tehtävät
Hyte-koordinaattoriverkosto	Kunta nimeää jäsenen ja varajäsenen verkostoon ja tuo yhdyspinta-asioita verkostoon keskusteltaviksi	Kutsuu verkoston koolle ja tuo käsittelyyn yhdyspinnalla tapahtuvia asioita
Palveluohjaus	Tarvittaessa kunta ohjaa asiakkaan Varhan ja 3. sektorin palveluihin, esim. liikuntaneuvonnasta. PTV ylläpito.	Varhan ammattilaiset palveluohjaavat asiakkaita kuntien ja 3.sektorin palveluihin. PTV ylläpito. Palvelupolkujen kehittäminen ja kunnan sekä 3.sektorin toimijoiden kytkeminen niihin.
Elintapojen ja kulttuurihyvinvoinnin puheeksiottaminen	Elintavat (ml. ravitsemus, liikunta, uni, päihteet) otetaan asiakkaan kanssa puheeksi kunnan palveluissa (esim. matalan kynnyksen kohtaamispaikat, työllisyyspalvelut, palvelukeskukset, nuorisotyö), yleisöluennot elintavoista, esim. kirjastoissa. Paikallisten kulttuurihyvinvoinnin palveluiden järjestäminen ja esille tuominen. Toimivien palvelupolkujen rakentaminen Varhan, kuntien ja järjestöjen välisessä yhteistyössä.	Elintavat (ml.ravitsemus, liikunta, uni, päihteet) otetaan systemaattisesti asiakkaan kanssa puheeksi Varhan palveluissa. Kulttuurihyvinvoinnin puheeksioton mallin vakiinnuttaminen: kysytään asiakkailta luovuudesta, kulttuuri toiminnasta ja taiteesta sekä ohjataan tarvittaessa luovan toiminnan pariin.
Liikkumisen kannustaminen edistäminen	Kunta luo puitteet liikkumiselle eri kohderyhmät huomioiden, järjestämällä esim. liikuntaolosuhteita, liikuntaryhmiä tai (prosessinomaista) liikuntaneuvontaa. Kuntien avustukset järjestöille ja seuroille.	Liikkuminen otetaan puheeksi ja ohjataan asiakas kunnan liikuntapalveluihin/kannustetaan omaehtoiseen liikkumiseen. Liikkuminen on huomioitu kaikissa hoitopoluissa Käypä hoito -suosituksen mukaisesti. Asiakkaiden kuntoutuksen järjestäminen.
Kaatumisen ehkäisy	Liikenneturvallisuuustyö, (liukuesteiden jako). Liikkumiseen kannustaminen. Asukkaiden tiedottaminen miten kaatumisia voi ehkäistä. Voima- ja tasapainoharjoittelu. Liikenneturvallisuuustyöryhmät.	Kysytään asiakkaalta kaatumisista ja suunnitella tarvittaessa yksilöllinen interventio. Asiakkaiden tiedottaminen miten kaatumisia voi ehkäistä ja ohjaus kunnan liikuntapalveluihin.
Voimaa vanhuuteen	Kunta organisoii ja markkinoi voima- ja tasapainoharjoitteluryhmiä. Kunta ja Varha rakentavat yhdessä palveluketjut ja varmistavat asiakkaiden ohjautumisen palveluihin	Osana hyte-palvelutarjontaa. Varhan ammattilaiset ohjaavat asiakkaita kuntien ryhmiin. Palvelupolun ja asiakasohjauksen kehittäminen.
Liikuntaneuvonta	Kunta järjestää palvelun. Kunnat ja Varha rakentavat paikalliset palveluketjut yhteistyössä.	Osana hyte-palvelutarjontaa. Varhan ammattilaiset ohjaavat asiakkaita kuntien palveluihin. Palvelupolun ja asiakasohjauksen kehittäminen osana monialaisen hytepalvelukonseptin toimenpiteitä.

Terveellisten elintapojen edistäminen (aikuiset ja ikääntyneet): yhdyspinta (2/2)

Toiminto	Kunnan rooli ja tehtävät	Varhan rooli ja tehtävät
Prosessinomainen elintapaohjaus	Kunnan palveluista ohjataan asiakas tarvittaessa Varhan palveluihin.	Varha tunnistaa prosessinomaiseen elintapaohjaukseen soveltuvat henkilöt ja järjestää palvelun.
Ruokatoiminta (ruoka-apu, hävikki, yhteisöllinen ruokailu)	Koulujen ylijäämäruoka jaetaan. Yhteisöllistä ruokailua järjestetään yhteistyössä esim. seurakunnan tai järjestön kanssa. Toiminnot kuvattu PTV:hen.	Löytää keinoja hyödyntää omassa toiminnassa syntyvää ruokahävikkiä, jalkautua ruokajonoihin, palvelu- ja asiakasohjata ruokajonoissa olevia ihmisiä heitä auttaviin palveluihin ja osallistua vs-alueen ruokatoiminnan verkoston toimintaan.
Tiedon tuottaminen, seuraaminen ja tiedottaminen	Elintapaohjaus ja kunnan liikuntaneuvonnan pilotin eteneminen ja vaikuttavuuden seuraaminen, yhteinen hyte-tietokanta. Ikääntyneiden osalta erityisesti kaatumisten yhteinen seuranta.	Elintapaohjaus ja kunnan liikuntaneuvonnan pilotin eteneminen ja vaikuttavuuden seuraaminen, yhteinen hyte-tietokanta. Ikääntyneiden osalta erityisesti kaatumisten yhteinen seuranta.
Viestintä ja osaamisen lisääminen	Yhteiset koulutukset elintapaohjauksen parissa työskenteleville. Viestiä kuntalaisille elintapoihin liittyvistä asioista ja palveluista.	Yhteiset koulutukset elintapaohjauksen parissa työskenteleville. Viestiä asukkaille elintapoihin liittyvistä asioista ja palveluista
Yhteistyö 3. sektorin kanssa	Viestiä kuntalaisille 3. sektorin toimijoiden palveluista. Tarjota tiloja 3. sektorille ja muille kumppaneille.	Viestiä asiakkaille 3. sektorin palveluista ja tarvittaessa palveluohjata asiakkaita näiden piiriin. Tarjota tiloja 3.sektorille ja muille kumppaneille.
Johtaminen		

Terveellisten elintapojen edistäminen (aikuiset ja ikääntyneet): Varhan palvelut

Toiminto/palvelu	Ehkäisevä/ korjaava
Digitaaliset omahoitopalvelut	
Ennaltaehkäisevät terveystarkastukset	
Lääkkeetön unettomuuden hoito	
Ravitsemusneuvonta	
Prosessinomaisen elintapahoito	
Fysioterapia	
Ravitsemusterapia	
Ylipainoisen hoitopolku	
Elintapasairauksien hoito	
Lihavuusleikkaus	

Terveellisten elintapojen edistäminen (aikuiset ja ikääntyneet): kuntien palvelut (esimerkkejä)

Toiminto/palvelu	Esimerkkejä toteutuksesta
Harrastamisen mahdollistaminen	Harrastusseurojen ja yhteisöiden tukeminen taloudellisesti. Matalan kynnyksen liikuntapalvelut. Harrastetilojen tarjoaminen maksutta. Omaehtoisen liikunnan mahdollisuudet, joihin asiakastyötä tekevät Varhalta voivat asiakkaita ohjata. Toiminnot kuvattu PTV:hen.
Liikuntapalvelut ja -paikat	Kunta tuottaa liikuntapalveluita ja luo toimintaedellytyksiä liikunnalle
Kirjasto ja kulttuuripalvelut	Toiminnot kuvattu PTV:hen ja tiedottaminen kunnan omilla kanavissa.
Nuorisopalvelut	Etsivä nuorisotyö, toiminnot kuvattu PTV:hen
Yhdyskuntasuunnittelu	Liikkuminen on turvallista ja kevyen liikenteen väylien talvikunnossapidosta on huolehdittu. Kaavoituksessa kevyt liikenne huomioitu. Tapaturmien ehkäisy. Kunnan liikuntaolosuhteiden luominen ja ylläpito. Liikenneturvallisuustyöryhmät. Liikuntaolosuhteiden luominen ja ylläpito.
Kansalais- ja työväenopistot/ Vapaa sivistystyö	Kunnat rahoittavat toimintaa. Toiminnot kuvattu PTV:hen.
Liikunta- ja ravitsemusasiat kirjattu kunnan laajaan hyvinvointisuunnitelmaan	Esimerkkejä asioista, joihin liittyviä asioista voidaan kirjata hyvinvointikertomukseen; liikuntaneuvonnan toteutus ja arviointi, seurataan aikuisväestön liikkumis- ja ruokailutottumuksia, ravitsemusneuvonta, ruokapalvelut, koordinointi ja osaaminen, joukkotiedotus, ruokakasvatus sekä ruokaympäristön muokkaaminen

Terveellisten elintapojen edistäminen (lapset, nuoret ja perheet)

Kunnan ja hyvinvointialueen yhteistyönä

Hyte-koordinaattoriverkosto

Lasten ja nuorten hyvinvointiryhmä

* Kokonaisuudesta oma yhdyspintakuvaus

Luonnos

Digitaaliset omahoitopalvelut

Harrastamisen mahdollistaminen ja liikkumisen edistäminen

Vapaa-ajan ja liikuntapalvelut

Kirjasto- ja kulttuuripalvelut

Nuorisopalvelut

Liikennesuunnittelu

Kansalaisopistot / Vapaa sivistystyö

Koulu- ja varhaiskasvatusruokailu sekä ruokakasvatus

Liikkuvat-ohjelmat

Väkivallan ehkäisy*
Mielenhyvinvointi*
Ehkäisevä päihdetyö*

(Lasten laajat) terveystarkastukset
Palveluohjaus (sote, kunnat ja 3.sektori)

Kouluterveyskyselyn tulosten hyödyntäminen

Move-tulosten hyödyntäminen

Elintapojen ja kulttuurin puheeksiotto

Paikalliset työryhmät

Opiskeluhoitotyö

Oppilashuoltotyö

Wilma-viestintä

Viestintä ja kampanjat
Koulutukset ammattilaisille

Perhekeskuspalvelut/sähköinen

Neuvolapalvelut

Kouluterveydenhuolto

Opiskelijaterveydenhuolto

Perhetyö

Ravitsemusterapia

Fysioterapia

Tarvittaessa erikoissairaanhoidon konsultaatio

KUNTA

Yhteistyö 3.sektorin toimijoiden kanssa

varha

Terveellisten elintapojen edistäminen(lapset, nuoret ja perheet): yhdyspinta Varha ja kunnat (1/2)

Toiminto	Kunnan rooli ja tehtävät	Varhan rooli ja tehtävät
Hyte-koordinaattoriverkosto	Kunta nimeää jäsenen ja varajäsenen verkostoon ja tuo yhdyspinta-asioita verkostoon keskusteltaviksi	Kutsua verkosto koolle ja tuoda yhdyspinnoilla tapahtuvia asioita käsittelyyn
Lasten ja nuorten hyvinvointiryhmä	Nimeää ryhmään jäsenen	Kokoaa ja kutsuu koolle ryhmän. Lasten ja nuorten integraatiopäällikkö on puheenjohtaja.
Lasten laajat terveystarkastukset	Varhaiskasvatuksen tai opetuksen henkilökunta täyttää arvion lapsen kehityksestä ennen terveystarkastusta	Tekee terveystarkastukset ja huolehtii tarvittaessa lapsen jatkohoidosta
Palveluohjaus	Tarvittaessa kunta ohjaa asiakkaan omiin palveluihin, 3.sektorin palveluihin, Varhan palveluihin tai yksityisiin palveluihin. Palveluita esim. liikuntapalvelut, Suomen harrastamisen mallin toiminnot, kirjasto- ja kulttuuripalvelut	Varhan ammattilaiset palveluohjaavat asiakkaita kuntien ja 3.sektorin palveluihin
Kouluterveyskyselyn tulosten hyödyntäminen	Huoltajien viestiminen kouluterveyskyselyn tuloksista ja tulosten hyödyntäminen esim. opetuksessa. Tiedolla johtamisen tukena kaupunki-/alue-/koulutasolla. Toiminnan tarpeen ja kohdentamisen apuvälineenä.	Kyselyn seuraaminen ja tuloksista tiedottaminen kuntiin. Yhteisten interventioiden suunnittelu. Tulosten hyödyntäminen yhteisöllisessä oppilashuoltotyössä.
Move-tulosten hyödyntäminen	Tulosten hyödyntäminen opetuksen suunnittelussa sekä liikunta ja nuorisopalveluissa.	Tulosten hyödyntäminen kouluterveydenhuollossa ja tuloksen liittäminen osaksi terveystarkastuksia
Elintapojen ja kulttuurin puheeksiottaminen	Ravitsemustottumukset, liikkuminen, uni ja päihteet otetaan systemaattisesti puheeksi esimerkiksi varhaiskasvatuksessa, koulussa tai perheille suunnatuissa palveluissa.	Ravitsemustottumukset, liikkuminen, uni, päihteet ja kulttuuri otetaan systemaattisesti puheeksi kouluterveydenhuollossa. Tarvittaessa asiakas ohjataan eteenpäin. Liikenneturvallisuuteen liittyvä ohjeistus lapsiperheille










Terveellisten elintapojen edistäminen (lapset, nuoret ja perheet): yhdyspinta

Varha ja kunnat (2/2)

Toiminto	Kunnan rooli ja tehtävät	Varhan rooli ja tehtävät
Paikalliset työryhmät	Tarvittaessa kunta nimeää paikallisen työryhmän, joka edistää lasten, nuorten ja perheiden hyvinvointia.	Varha nimeää tarvittaessa yhteys henkilön toiminnoistaan työryhmään.
Opiskeluhoultotyö	Johtaa opiskeluhoultotyötä ja nimetä opiskeluhoultoryhmä	Nimetä Varhan edustaja työhön
Oppilashuoltotyö	Laatia oppilashuoltosuunnitelma ja kutsua oppilashuoltoryhmä säännöllisesti koolle	Terveydenhoitaja, koulupsykologi ja/tai kuraattori osana yhteisöllistä ja yksilöllistä oppilashuoltotyötä
Wilma-viestintä	Viestii vanhempia tarvittaessa elintapoihin liittyvistä asioista	
Viestintä ja kampanja	Viestii hyte-teemoista sekä vanhempia että oppilaita. Kunnan ennaltaehkäisevistä palveluista tiedottaminen asiakastyötä tekeville Varhaan, mm. infotilaisuuksien kautta ja esitteillä.	Tukea koulun viestintää ja tuoda esiin esim. kouluterveyskyselyn tuloksia.
Koulutukset ammattilaisille	Yhteiset koulutukset kunnan ja Varhan henkilökunnalle esim. puhekesiötosta	Yhteiset koulutukset kunnan ja Varhan henkilökunnalle esim. puhekesiötosta
Yhteistyö 3. sektorin kanssa	Viestii kuntalaisille 3. sektorin toimijoiden palveluista. Mahdollistaa 3. sektorin toimijoille tilojen käyttö.	Viestii asiakkaille 3. sektorin palveluista ja tarvittaessa ohjata asiakkaita näiden piiriin. Mahdollistaa 3. sektorin toimijoille tilojen käyttö.
Johtaminen		



Terveellisten elintapojen edistäminen (lapset, nuoret ja perheet: Varhan palvelut

Palvelu	Ehkäisevä/ korjaava
Digitaaliset omahoitopalvelut	
Perhekeskuspalvelut	
Neuvolapalvelut	
Kouluterveydenhuolto	
Opiskelijaterveydenhuolto	 
Ravitsemusterapia	
Fysioterapia	
Tarvittaessa erikoissairaanhoidon konsultaatio	

Terveellisten elintapojen edistäminen (lapset, nuoret ja perheet): esimerkkejä kuntien palveluista

Toiminto/palvelu	Esimerkkejä toteutuksesta
Harrastamisen mahdollistaminen ja liikumisen edistäminen	Harrastamisen Suomen malli, harrastustoimintaan ohjaaminen ja tukeminen taloudellisesti, matalan kynnyksen liikuntapaikat, koulu-PT, perheiden liikuntaneuvonta. Palvelut kuvattu PTV:hen.
Vapaa-ajan, nuoriso- ja liikuntapalvelut	Liikuntaryhmät ja -paikat, nuorisotilat, kunnan järjestämät retket, leirit ja tapahtumat
Kirjasto- ja kulttuuripalvelut	Kulttuurikasvatussuunnitelma ja taiteen perusopetus. Kaikille avoimet kulttuurisen hyvinvoinnin palvelut kirjastoissa ja kulttuurilaitoksissa palvelevat lapsia, nuoria ja perheitä monipuolisilla sisällöillä. Palvelut kuvattu palvelutietovarantoon (PTV).
Nuorisopalvelut	Etsivä nuorisotyö, koulunuorisotyö, alueellinen nuorisotyö, kulttuurinen nuorisotyö. Tilojen tarjoaminen nuorille.
Liikennesuunnittelu	Jalankulun ja pyöräilyn väylät turvallisia ja myös niiden talvikunnossapidosta on huolehdittu. Liikenneturvallisuustyöryhmät.
Kansalaisopistot/ Vapaa sivistystyö	Kunta rahoittaa toimintaa. Yhteistyö oppilaitosten kanssa ja perheiden tiedottaminen toiminnasta.
Koulu- ja varhaiskasvatusruokailu sekä ruokakasvatus	Ruokapalveluissa on käytössä VRN:n ravitsemussuositukset. Ruokapalvelut tuovat viestinnällisesti esiin terveyttä edistäviä ruokailutottumuksia. Ruokaympäristöön vaikuttaminen. Valvottu ruokailu varhaiskasvatuksessa ja kouluissa. Osallisuuden lisääminen ruokailussa. Nuorten osallistaminen kouluruokailun kehittämiseen esim. makuraadeissa. Kouluruuan houkuttelun lisääminen. Ylijäämäruuan jakaminen. Ruokakasvatuksen nykytilan arvio-työkalu käytössä. Ravitsemussuunnitelman laatiminen.
Liikkuvat-ohjelmat	Päiväkodeissa, perusopetuksessa ja 2. asteella on käytössä Liikkuvat ohjelmat