

Alueellinen hyvinvointi- suunnitelma 2024–2025

Aluehallitus 5.3.2024



Sisälllys

1 Johdanto.....	3
2 Hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistäminen hyvinvointialueella	6
2.1. Hyvinvointia suojaavat tekijät sekä riskitekijät.....	6
2.2. Edistävä ja ehkäisevä - promootio ja preventio.....	7
2.3. Esteettömyyden huomioiminen hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistämässä.....	8
3 Hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistäminen yhdyspintatyössä.....	10
4 Yhteisövaikuttavuus yhteistyön varmistajana	11
5 Hyvinvointitalousajattelu ja kustannusvaikutukset	14
6 Arjen turvallisuuden, mielen hyvinvoinnin sekä liikunnallisen elämäntavan edistämisen painopisteet valtuustokaudella	16
6.1. Arjen turvallisuuden edistäminen	16
6.1.1. Arjen turvallisuus käsitteenä	16
6.1.2. Arjen turvallisuuden edistäminen lähisuhde- ja kouluväkivaltaa ehkäisemällä...	17
6.1.3. Tavoitteet ja toimenpiteet.....	18
6.2. Mielen hyvinvoinnin edistäminen.....	21
6.2.1. Mielen hyvinvoinnin edistäminen ehkäisevän päihdetyön kautta.....	21
6.2.2. Mielen hyvinvoinnin edistämisen tavoitteet hyvinvointialueella ja monialaisessa yhdyspintatyössä	22
6.3. Liikunnallisen elämäntavan edistäminen	25
6.3.1. Elämäntapaohjaus liikunnallisen elämäntavan edistäjänä.....	25
6.3.2. Liikunnallisen elämäntavan edistämisen tavoitteet hyvinvointialueella ja monialaisessa yhdyspintatyössä	27
7 Linjaukset, tavoitteet ja toimenpiteet hyvinvointialueen rakenteissa sekä yhdyspinnalla.....	32
8 Suunnitelman seuranta ja arviointi.....	36
Lähteet	37

1 Johdanto

Asukkaiden hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen kuuluu ensisijaisesti kunnille, mutta hyvinvointialueen on lain mukaan edistettävä asukkaiden hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistämistä siltä osin, kun tämä tehtävä kytkeytyy hyvinvointialueen muihin lakisääteisiin tehtäviin¹.

Hyvinvointialueen vastuulla olevia tehtäviä ovat mm.

- Perusterveydenhuolto
- Erikoissairaanhoido
- Sosiaalihuolto
- Lasten, nuorten ja perheiden palvelut
- Työikäisten palvelut
- Mielenterveys- ja päihdepalvelut
- Vammaispalvelut
- Opiskeluhoito
- Pelastustoimi
- Ensihoito²

Jotta asukkaalla olisi mahdollisimman kattava tuki hyvinvoinnin edistämiseen, edellä mainittujen palvelujen lisäksi tulee hyvinvointialueen ja kuntien sekä muiden kumppaneiden välisestä hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistämisen yhteistyöstä sopia, kuvata ja tehdä työtä systemaattisesti tavoitteiden saavuttamiseksi.

Laki sosiaali- ja terveydenhuollon järjestämisestä (29.6.2021/612) määrittelee, että hyvinvointialueen on seurattava asukkaiden elinoloja, hyvinvointia ja terveyttä sekä niihin vaikuttavia tekijöitä alueittain ja väestöryhmittäin. Näitä tekijöitä kuvataan alueellisessa hyvinvointikertomuksessa. Hyvinvointialueen on lain mukaan valmisteltava aluevaltuustolle valtuustokausittain alueellisen hyvinvointikertomuksen lisäksi alueellinen hyvinvointisuunnitelma yhteistyössä alueensa kuntien kanssa.

Keski-Suomen hyvinvointialueen strategiset tavoitteet vuodelle 2030 ovat:

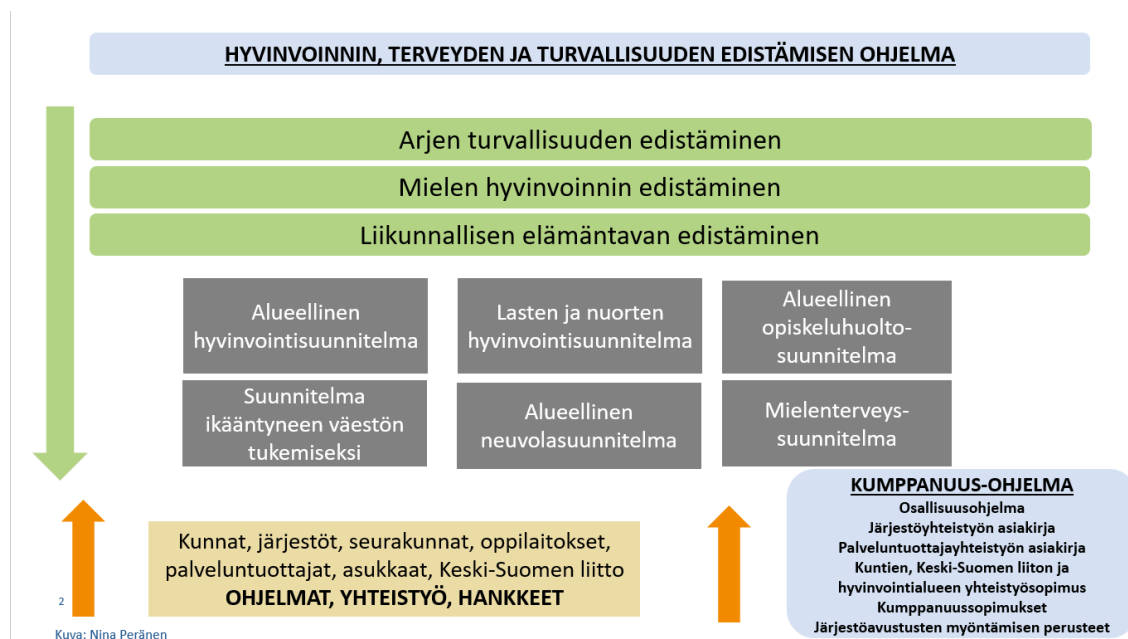
- keskisuomalaisten kokemus omasta hyvinvoinnistaan, terveydestään ja turvallisuudestaan vahvistuu.
- keskisuomalaisten hyvinvointi- ja terveyserot kaventuvat.
- palveluiden yhdenvertaisuus, saatavuus ja saavutettavuus paranevat.
- toiminnan vaikuttavuus ja kustannustehokkuus vahvistuvat³.

¹ Laki sosiaali- ja terveydenhuollon järjestämisestä. Luettu: 23.1.2024 <https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2021/20210612#L1P6>

² Hyvinvointialueen tehtävät. STM. Luettu 23.1.2024 <https://stm.fi/hyvinvointialueet>

³ https://hyvaks.fi/sites/default/files/2023-02/Strategiakuva_hyvaks.pdf

Keski-Suomen hyvinvointialueen hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden (Hy-Te-Tu) ohjelmakokonaisuus toimeenpanee hyvinvointialueen strategiaa tukemalla asukkaiden hyvinvointia, terveyttä ja turvallisuutta edistäviä toimenpiteitä. Ohjelmakokonaisuus kattaa alueellisen hyvinvointisuunnitelman lisäksi viisi aliohjelmaa; lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma, suunnitelma ikääntyneen väestön hyvinvoinnin tukemiseksi, alueellinen hyvinvointisuunnitelma, alueellinen neuvolasuunnitelma, alueellinen opiskeluhoitosuunnitelma sekä mielen-terveys-suunnitelma Kuva 1. Väkivallan ehkäisytyö sekä ehkäisevä päihdetyö sisältyvät alueelliseen hyvinvointisuunnitelmaan.



Kuva 1 Hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistämisen ohjelmakokonaisuudet

Keski-Suomen väestön hyvinvoinnin tilannekuvaa on esitelty aluevaltuustolle huhtikuussa 2022 strategiatyön yhteydessä sekä aluehallituksen iltakoulussa 14.3.2023. Tämän perusteella aluehallitus nosti kokouksessaan 15.8.2023 kolme painopistettä, joihin Hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistämisen ohjelman suunnitelmissa tulee kiinnittää erityistä huomiota: arjen turvallisuuden, mielen hyvinvoinnin sekä liikunnallisen elämäntavan edistämiseen. Painopisteet on nostettu esille myös kuntien kanssa käydyissä lakisääteisissä (§6 - §7) neuvotteluissa vuonna 2023 syksyllä. Tällöin on keskusteltu kuntien näkökulmista suhteessa valittuihin painopisteisiin.

Muut hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden ohjelmakokonaisuuden ohjelmat täydentävät omalta osaltaan kolmea painopistettä. Näiltä osin tässä ohjelmassa niitä ei ole alettu toistamaan.

Hyvinvointialueen asukkaiden ja palvelujenkäyttäjien osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuuksista hyvinvointikertomuksen ja -suunnitelman laadinnassa säädetään hyvinvointialueesta annetun lain 29 §. Hyvinvointisuunnitelman painopisteistä on keskusteltu kuntien lakisääteisten §6 ja §7 neuvottelujen lisäksi jokaisessa hyvinvointialueen vaikuttamistoimielimessä sekä lautakunnissa. Kuntalaisten näkemyksiä väkivallan ehkäisytyön sekä ehkäisevän päihdetyön painopisteistä on kartoitettu kaikille avoimella kyselyllä (Polis-alusta) syksyllä 2023.

Tämä alueellinen hyvinvointisuunnitelma kokoaa alueen hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistämisen tavoitteita painopisteittäin sekä niitä toimenpiteitä, joilla tavoitteisiin päästään. Laki sosiaali- ja terveydenhuollon järjestämisestä määrittelee myös, että alueellisen hyvinvointikertomuksen ja -suunnitelman tekee hyvinvointialueen nimeämä hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen vastuutaho. Käytännössä työ on tällä valtuustokaudella koordinoitu hyvinvointi ja kumppanuudet palvelualueelta.



2 Hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistäminen hyvinvointialueella

Laki sosiaali- ja terveydenhuollon järjestämisestä (29.6.2021/612) määrittelee, että hyvinvointialueen on seurattava asukkaittensa elinoloja, hyvinvointia ja terveyttä sekä niihin vaikuttavia tekijöitä alueittain ja väestöryhmittäin⁴. Sen on strategisessa suunnittelussa asetettava hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseksi tavoitteet ja määriteltävä tavoitteita tukevat toimenpiteet. Palvelutason päätöksenteossa on otettava huomioon päätösten arvioidut vaikutukset ihmisten hyvinvointiin ja terveyteen väestöryhmittäin. Päätösten vaikutusten ennakoarvioinnissa tulee jatkossa huomioida se, miten palveluissa tapahtuvat muutokset voivat vaikuttaa asiakkaan, asukkaan tai yhteisön hyvinvointiin ja terveyteen. Hyvinvointialueiden ja kuntien hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen lainmukaisuutta valvoo ja ohjaa aluehallintovirasto⁵.

Ehkäisevää päihdetyötä ohjaa lainsäädäntö, erityisesti laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä (523/2015). Laissa päihteillä tarkoitetaan alkoholi-, huumausaine-, tupakka- ja nikotiinituotteita sekä rahapelaamista. Lain tavoitteena on vähentää päihteiden käyttöä sekä siitä aiheutuvia haittoja. Arjen turvallisuuden edistämiseen strategian painopisteenä vastataan lähisuhde- ja kouluväkivallan ehkäisyn tavoitteilla sekä toimenpiteillä. Samalla vastataan hyvinvointialueen ja kuntien velvoitteeseen ehkäistä väkivaltaa. Velvoite perustuu Suomea velvoitaviin kansainvälisiin ihmisoikeussopimuksiin (3)^{6 7 8} sekä perustuslakiin. Alueellinen hyvinvointisuunnitelma huomioi hallitusohjelman⁹ linjaukset sekä hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistämisen valtioneuvoston periaatepäätöksen¹⁰ linjauksia.

2.1. Hyvinvointia suojaavat tekijät sekä riskitekijät

Erilaiset ihmisen ja ympäristönsä ominaisuudet ja tekijät voivat olla hyvinvointia suojaavia tekijöitä, ja ne voivat myös muodostaa sille riskin. Suojaavat- ja riskitekijät voivat olla ihmisen sisäisiä ominaisuuksia, taitoja tai yksilöllisiä kykyjä tai ne voivat olla ihmisen ulkopuolisia ympäristön tiloja tai ominaisuuksia¹¹. Ihmisen sisäisiä tekijöitä ovat esimerkiksi geneettiset tekijät ja perimä, tunne-, vuorovaikutus- ja ihmissuhdetaidot, itsetunto, ongelmanratkaisu- ja sopeutumiskyky, arjessa tehtävät valinnat ja käyttäytyminen. Ulkoisia tekijöitä voivat olla esimerkiksi ihmissuhteet, sosiaalinen ympäristö ja siltä saatava tuki, koulutusmahdollisuudet, työ ja

⁴ <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2021/20210612>

⁵ Aluehallintovirasto www.avi.fi Luettu 6.2.2024. <https://avi.fi/asioi/henkilöasiakas/valvonta-ja-kantelut/sosiaali-ja-terveyspalvelut/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistaminen>

⁶ Laki naisiin kohdistuvan väkivallan ja perheväkivallan ehkäisemisestä ja torjumisesta tehdyn Euroopan neuvoston yleissopimuksen lainsäädännön alaan kuuluvien määräysten voimaansaattamisesta

⁷ Laki lasten suojelemisesta seksuaalista riistoa ja seksuaalista hyväksikäyttöä vastaan tehdyn Euroopan neuvoston yleissopimuksen lainsäädännön alaan kuuluvien määräysten voimaansaattamisesta

⁸ Asetus lasten oikeuksien käyttöä koskevan eurooppalaisen yleissopimuksen voimaansaattamisesta sekä yleissopimuksen lainsäädännön alaan kuuluvien määräysten voimaansaattamisesta annetun lain voimaantulosta

⁹ <https://valtioneuvosto.fi/hallitukset/hallitusohjelma/>

¹⁰ <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/handle/10024/162913>

¹¹ Aalto-Setälä, Huikko, Appelqvist-Schmidlechner, Haravuori, Marttunen. 2020. Kouluikäisten mielenterveysongelmien tuki ja hoito perustason palveluissa. Opas tutkimiseen, hoitoon ja vaikuttavien menetelmien käyttöön. Ohjaus 6. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL).

toimeentulo, osallisuus tai syrjintä sekä ympäristön turvallisuus tai turvattomuus. Suojaavat tekijät sekä riskitekijät ovat monelta osin yhteisiä hyvinvoinnin eri osa-alueille ja ulottuvuuksille, kuten mielen hyvinvointi, terveyden edistäminen, turvallisuus sekä ehkäisevän työn teemat.

2.2. Edistävä ja ehkäisevä - promootio ja preventio

Patja ym¹². määrittelevät hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen arvoihin perustuvaksi, tavoitteelliseksi toiminnaksi asukkaiden terveyden ja hyvinvoinnin aikaansaamiseksi ja sairauksien ehkäisemiseksi. Siihen sisältyy hyvinvointia ja terveyttä edistäviä (promootio) ja sairauksia ehkäiseviä (preventio) toimintamuotoja. Tuloksina voidaan pitää terveyttä suojaavien sisäisten ja ulkoisten tekijöiden vahvistuminen, elämäntapojen muutos terveellisempään muotoon sekä (terveys) palvelujen kehittyminen.

Promootiolla mahdollistetaan yksilöiden sekä yhteisöjen kykyä huolehtia omasta sekä ympäristön hyvinvoinnista ja terveydestä. Preventio jakautuu kolmeen osaan, primaari-, sekundaari- ja tertiari-preventioon prevention tarkoittaessa erityisesti sairauksia ehkäisevää työtä. Terveyden edistämisen kokonaisuus sisältää siis mahdollisuuksien luomisen terveyden edistämiseksi, riskitekijöiden tunnistamisen, hoidon sekä kuntoutuksen näkökulmat¹³.

Hyvinvointia ja terveyttä edistävien toimenpiteiden kautta voidaan vahvistaa ja suojata asukkaan elinympäristössä tapahtuvia myönteisiä asioita, joiden avulla hän voi itse vaikuttaa omien elämäntapojen hallintaan ja edistämiseen ennen tunnistettavien sairausriskien syntymistä. Ehkäisevien toimintamuotojen avulla voidaan ehkäistä sairauksien riskejä sekä jo ilmenneiden sairauksien seurausten mahdollisuutta.

Jotta edistävä ja ehkäisevä toiminta tapahtuisivat vaikuttavasti ja mahdollisimman tehokkaasti, tarvitaan tähän monien toimijoiden yhteistä panostusta, toiminnan kuvaamista ja vastuiden sopimista. Tavoitteiden ja konkreettisten toimenpiteiden määrittelemisessä painopisteiden (arjen turvallisuuden, mielen hyvinvoinnin ja liikunnallisen elämäntavan edistämisen) mukaiset linjaukset tulisi käsitellä sekä hyvinvointialueen vastuualueilla, kuntien hyvinvointityöstä vastaavien, järjestötoimijoiden ja muiden kumppaneiden ja yritysten kanssa. Tarkempia konkreettisia painopisteiden mukaisia tavoitteita ja toimenpiteitä on kuvattu Hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistämisen ohjelman kuudessa alasuunnitelmassa.

Lisäksi hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistäminen hyvinvointialueella tarkoittaa erityisesti niitä asioita, joilla turvataan asukkaiden yhdenvertainen ja arvostava kohtaaminen, turvallisuuden tunteen edistäminen sekä hallinnan tunne omasta terveydestä ja hyvinvoinnista kaikissa palveluprosesseissa ja elinympäristöissä. Erityisesti on kohdennettava huomiota eriarvoisuuden ja syrjäytymisen ehkäisyyn sekä yhdenvertaisuuden ja osallisuuden edistämiseen. Näitä tuetaan henkilöstön osaamisen, palveluprosessien kehittämisen sekä yhteistyön keinoin eri toimijoiden ja yhteistyökumppaneiden kanssa tutkittuun tietoon sekä erilaisten menetelmien käyttöön perustuen. Jotta yllä mainitut tavoitteet voisivat toteutua, on tärkeää huomioida palvelujen sekä asukkaiden elinympäristön osalta esteettömyyttä tukevia

¹² Patja, K. Absetz P. ja Rautavaara P. (toim). Terveyden edistäminen 2022. Duodecim.

¹³ Koskinen-Ollonqvist P. & Savola E. 2005. Terveyden edistäminen esimerkein. Käsitteitä ja selityksiä. Terveyden edistämisen keskus.

ratkaisuja, jotta hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistämisen toiminta on ylipäättään mahdollista.

2.3 Esteettömyyden huomioiminen hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistämisessä

Esteettömyyden arvioimiseen, oli kyseessä sitten fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen esteettömyys, liittyy monia näkökulmia ja käytäntöjä. Jokainen näistä ulottuvuuksista vaatii erilaisia arviointimenetelmiä ja siksi tulisi näitä tulisi huomioida kaikissa palvelurakenteissa toiminnallisuuden ja asiakkuuksien lähtökohdista. Esteettömyyden edistäminen mahdollistaa kaikkien yhdenvertaisen osallistumisen yhteiskuntaan. Esteettömyysvaatimukset eli esteettömyysdirektiivin soveltaminen Suomessa alkaa vuonna 2025, jonka jälkeen kaikkien markkinoille tulevien tuotteiden ja palvelujen tulee olla esteettömyysvaatimusten mukaisia. Esteettömyyden lisäksi puhutaan myös saavutettavuudesta, joka mahdollistaa kaikkien palvelujen, kuten verkosivujen, mobiilisovellusten käytön myös vammaisten henkilöiden toimesta¹⁴. Alla esimerkkejä esteettömyyden huomioimisesta eri näkökulmista.

Fyysisen esteettömyyden osalta keskeisiä arvioitavia asioita:

- Arviointi kohdentuu rakennusten ja tilojen esteettömyyden kartoittamiseen. Tämä sisältää arviota siitä, miten helppokulkuisia erilaiset tilat ovat ja miten ne vaikuttavat ihmisten arkeen.
- Esteettömyyttä edistävät myös rakennusten sisäilmaan liittyvät haasteet ja niiden ratkaisut. Hyvän ja puhtaan sisäilman edistäminen niitä ylläpitävillä ratkaisuilla on tärkeää.
- Liikenteessä ja yritysten piha-alueilla tulee huomioida erilaiset liikkujat ja opasteet niin, että ne ovat selkeitä ja helposti luettavia. Kontrastien ja selkeän tekstin käyttö voi parantaa näkyvyyttä ja turvallista kulkemista.

Psyykkisen esteettömyyden osalta keskeisiä arvioitavia asioita:

- Arviointi kohdentuu tilojen ja palveluiden käytettävyyteen, mikä hyvin toteutuessaan luo turvallisuuden tuntua. Tämä voi liittyä esimerkiksi melutasoon, valaistukseen, tilojen selkeyteen ja rauhallisuuteen.
- Palvelujen saatavuus ja saavutettavuus sekä palveluista kertova viestintä vaikuttavat merkittävästi psyykkisen esteettömyyden tunteeseen.
- Palveluprosesseissa vaikutetaan siihen, miten asiakkaat kohdataan ja tarjotaan tukea erilaisissa psyykkisissä tarpeissa ja miten huomioidaan palvelujen jatkuvuus tarpeen mukaisesti.

Sosiaalisen esteettömyyden osalta keskeisiä arvioitavia asioita:

- Arviointi kohdentuu tilojen ja palveluiden sosiaalisen ilmapiirin ja kohtaamisen käytäntöihin - henkilökunnan toiminta, arvostava kohtaaminen sekä kommunikointi edistävät onnistuessaan asukkaiden ja asiakkaiden psyykkistä hyvinvointia palveluissa.

¹⁴ Esteettömyysdirektiivi <https://stm.fi/esteettomyysdirektiivi>. Luettu 12.2.2024

- Palveluja tulisi suunnitella siten, että ne mahdollistavat sosiaalisen osallisuuden erilaisille ihmisille. Tästä on hyvä käydä keskustelua kohderyhmien kanssa.

Yleisesti ottaen on tärkeää ottaa huomioon esimerkiksi palvelujen käyttäjien moninaisuus ja kuulla eri sidosryhmiä esteettömyyden arvioinnissa. Käytännön arviointityö voi sisältää käyttäjäkyselyitä, tarkastuskäyntejä, haastatteluja ja palautteenkeruuta. Myös alan asiantuntijoiden, kuten esteettömyyssuunnittelijoiden ja vammaisjärjestöjen, käyttäminen on hyödyllistä.

3 Hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistäminen yhdyspintatyössä

Yhdyspinnoilla tarkoitetaan kahden tai useamman organisaation toiminnallisia rajoja ja tilanteita, joissa yhteistyötä on tehtävä asukkaiden palvelujen sujuvan työn edistämiseksi. Hyvinvoinnin ja terveyden edistämässä yhteistyön yhteistä pintaa on ainakin **alueellisten toimijoiden sekä kuntien, palveluntuottajien ja järjestöjen** välillä. Yhdyspintaratkaisuja voi olla monenlaisia, mutta tärkeintä on, että yhdyspinnat takaavat sujuvat palvelut ja palveluntuottajien välisen välittömän vuorovaikutuksen ja viestin välityksen ¹⁵.

Hyvinvointialueilla ja kunnilla on jaettu ja yhteinen vastuu asukkaidensa hyvinvoinnin ja terveyden edistämisestä, jolloin se vaatii yhteistä keskustelua ja sopimusta siitä, mitä se tarkoittaa kussakin organisaatiossa ja mitä se tarkoittaa yhteisessä työskentelyssä. Perussäännös hyvinvointialueen ja kuntien yhteistyöstä sisältyy hyvinvointialuelakiin (§14), jonka mukaan ”Hyvinvointialueen ja sen alueen kuntien on neuvoteltava vähintään valtuustokausittain tehtäviensä hoitamiseen liittyvästä yhteistyöstä, tavoitteista ja työnjaosta. Neuvottelussa voidaan sopia ainakin yhteistyön edellyttämistä yhteistoimintarakenteista, toimintamalleista ja yhteistyön edellyttämästä tiedonkulusta.”

Merkittävä osa hyvinvointialueen ja kuntien yhteistyövelvoitteista koskee juuri hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistämistä. Keskeistä on, että yhteistyöprosessit ovat sekä hyvinvointialueiden ja kuntien kannalta yhteensopivia ja että hyvinvointialueella ja sen kunnilla on riittävästi liikkumavaraa suunnitelmien käytäntöön viemisessä. Tältä osin tämä suunnitelma kattaa strategiatason linjaukset ja sen alla määritellään yhteistyöverkostoissa tarkempi kuvaus yhteistyöstä linjausten mukaisesti. Yksi selkeä yhteistyötä vaativa työ on yhdyspinnan kuvaaminen ja sen kautta tavoitteiden ja toimenpiteiden sopiminen ¹⁶.

¹⁵ THL <https://thl.fi/aiheet/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/hyvinvointijohtaminen/yhdyspinnat-hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisessa>

Luettu 7.2.2024

¹⁶ Kuntaliitto 2022 <https://www.kuntaliitto.fi/yhteistyö-ja-yhdyspinnat> viitattu 1.11.2023

4 Yhteisövaikuttavuus yhteistyön varmistajana

Hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistämisen ohjelmalla edistetään hyvinvointialueen strategisesti tärkeitä linjauksia.¹⁷ Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen mukaan hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen alueella toteutuu eri toimijoiden kanssa yhteistyössä, kuten kuntien, järjestöjen ja alueliittojen kanssa¹⁸. Yhteistyön ja yhteisesti valittujen hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden toimenpiteiden tavoitteena on vaikuttaa alueen asukkaiden sosiaali- ja terveyseroihin, vahvistaa ehkäisevää työtä hyvinvointialueella sekä vahvistaa asiakkaan hyvinvointia edistäviä palveluprosessin vaiheita eri tilanteissa.

Yhteistyötä rakennetaan yhteisövaikuttavuuden periaatteiden¹⁹ mukaisesti, jolloin yhteistyötä tehdään tavoitteellisesti yhdessä toimialoista ja -tahoista riippumatta. Yhteisövaikuttavuuden viitekehityksessä on viisi toimintaperiaatetta, joiden kaikkien tulee täytyä: yhteinen agenda ja tavoite, jaetut yhteiset mittarit, toisiaan vahvistavat toiminnot, jatkuva kommunikointi sekä taustatukiorganisaatio. Tätä tehdään käytännössä esimerkiksi kuntaneuvotteluissa sekä yhdyspintatyöskentelyn kautta päätöksentekijöiden ohjausta unohtamatta.

Tärkeimmät hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen tavoitteet ja toimenpiteet kohdentuvat niihin toimintoihin, joilla ennaltaehkäistään asukkaiden kansansairauksien syntymistä sekä sairauksien aiheuttaminen lisäongelmien syntymistä. Näitä tulee tarkastella hyvinvointialueella erityisesti nyt eri palvelutuotannon vaiheissa sekä eri toimijoiden välisellä yhdyspinnalla.

Jotta toiminta olisi systemaattista, arvioitavaa ja vaikuttavaa, tulee hyvinvoinnin edistämistä toteuttaa rakenteellisesti ja strategisesti. Toimintaa tukeva rakenne auttaa hahmottamaan tiedon, tavoitteiden, toimenpiteiden ja arvioinnin osalta kokonaisuutta sekä tuottaa tietoa päätöksenteon suuntaan vaikuttavista ilmiöistä valtuustokauden aikana. Hyvinvointityön rakenteen mukaista etenemistä on kuvattu Keski-Suomen hyvinvointialueella kuvassa 2. Kuva 2.

¹⁷ Keski-Suomen hyvinvointialueen strategia Luettu 29.1.2024 <https://www.hyvaks.fi/hyvinvointialue/strategia>

¹⁸ Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. <https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/hyvinvointijohtaminen/alueellinen-hyvinvointijohtaminen> Luettu 7.12.2023

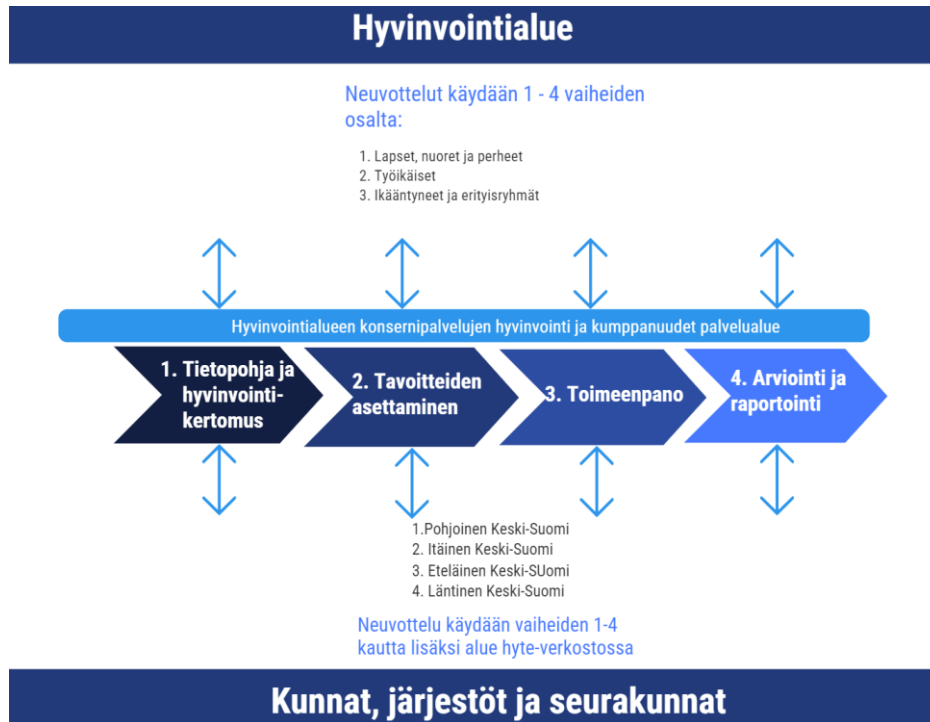
¹⁹ Kania J. & Kramer J. Collective Impact. Luettu 5.12.2023 https://ssir.org/articles/entry/collective_impact



Kuva 2 Hyvinvointityön etenemissuunnitelma valtuustokaudella 2023–2024.

Rakenteen mukainen työskentely sisältää hyvinvointikertomus- ja -suunnitelmatyön lisäksi la-
kisääteiset neuvottelut kuntien, järjestöjen sekä hyvinvointialueen kesken yhteisten tavoittei-
den ja toimenpiteiden asettamiseksi. Hyvinvointi ja kumppanuudet palvelualue on rakenteen

mukaisen työskentelyn fasilitaattori ja hoitaa yhteistyövelvoitteet hytetu-edistämisen osalta.
Kuva 3



Kuva 3 Hyvinvointityön toimintasuunnitelman toteuttaminen eri yhdyspinnoilla.

Tällä valtuustokaudella on toteutettu lakisääteiset §6 ja §7 neuvottelut syksyllä 2023, joissa hytetu-edistämisen asioista keskusteltu Keski-Suomen kuntien ja järjestöjen sekä seurakuntien kanssa. Jatkossa neuvottelut toteutetaan §14 osalta kerran valtuustokauden aikana ja §6 ja §7 neuvottelut joka vuosi. Vuoden 2024 tavoitteena on rakentaa hytetu-rakenteen mukaista työskentelyä ja edistää sen alla käytävien keskustelujen toteuttamista. Lisäksi toiminnan tarkentamista toteutetaan yhdyspintakuvauksen kautta hyvinvointialueen sekä kuntien ja järjestöjen osalta painopisteiden mukaisten toimintojen osalta.

Valittuja painopisteitä käsitellään eri toimijoiden kanssa yhteisövaikuttavuuden periaatteiden mukaisesti. Tarkoituksena on konkreettisten yhteistyömenetelmien ja toimenpiteiden avulla toteuttaa yhteisesti asetettuja tavoitteita



Kuva 4 Kumppanuuksista yhteisövaikuttavuuteen.

5 Hyvinvointitalousajattelu ja kustannusvaikutukset

Hyvinvointitalous tarkoittaa päätöksentekoa, jossa talouden ja hyvinvoinnin eri osatekijöiden yhteyksien tarkastelun avulla haetut ratkaisut tuottavat parempaa taloudellista, sosiaalista ja ekologista kestävyys tasapainoa. Suomen kansallinen hyvinvointitalouden toimintaohjelma 2023–2025 nostaa suosituksiksi muun muassa hyvinvoinnin seurannan osaksi kestävyysajattelua sekä osallisuuden vahvistamisen. ²⁰

Hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistämässä on tärkeää huomioida kustannusten ja talouden yhteys suunnitelmiin, päätöksentekoon ja niiden vaikutuksiin. Päämääränä on luoda ympäristö ja yhteiskunta, joka tarjoaa kaikille jäsenilleen hyvän elämän edellytykset. Ajatuksena on, että hyvinvointiin panostaminen vahvistaa taloutta ja toisinpäin. Hyvinvointia ja hyvinvoinnin edellytyksiä lisääviä panostuksia kutsutaan hyvinvointi-investoinneiksi. Hyvinvoinnin edistämisen suunnitteluun ja arviointiin tarvitaan eri mittareiden ja indikaattoreiden avulla tuotettua tietoa väestön terveydestä ja hyvinvoinnista. Näin voidaan seurata hyvinvoinnin kehitystä sekä siihen käytettyjä resursseja. ²¹

²⁰ Suomen kansallinen hyvinvointitalouden toimintaohjelma 2023-2025 <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/handle/10024/164703>. Luettu 12.2.2024

²¹ [Hyvinvointijohtamisella hyvinvointitaloutta - THL](#)

Hyvinvointitaloutta tavoitellaan hyvinvointijohtamisen avulla ja sen päämääränä ovat hyvinvoivat, terveet ja työkykyiset asukkaat. Kunnan ja maakunnan kaikessa päätöksenteossa tulisi näkyä hyvinvointia ja terveyttä tukevat tavoitteet ja toimenpiteet. Lisäksi hyvinvointijohtamisella tarjotaan mahdollisuuksia ja luodaan olosuhteita asukkaille vahvistaa hyvinvointia ja terveyttä, kuten esimerkiksi turvallisten ja terveellisten elinympäristöjen kautta. Hyvinvointi-investointi mahdollistaa hyvinvointia luovat toimenpiteet, jotka nähdään investointeina tulevaisuuden hyvinvoinnille. Yksi hyvinvointitalouden käytännön sovellus on vaikuttavuusinvestointi.²²

Ihmisten elinoloja, sosiaalista ympäristöä ja hyvinvointia edistävien toimien kustannuksia ja mahdollisia kustannusvaikutuksia on tärkeää arvioida asetettujen tavoitteiden ja toimenpiteiden taustalle. Tähän arviointiin on Keski-Suomen hyvinvointialueella kehitetty Sola-laskentatyökalu, jonka avulla voidaan arvioida yhteiskunnan sosiaalista laatua, hyvinvoinnin vahvistamista ja kustannusvaikutuksia. Työkalun avulla on mahdollista hahmottaa hyvinvoinnin vahvistamisen tekijöitä, edellytyksiä ja vahvistamistyöstä koituvia kustannuksia ja säästöjä.²³

Sola-laskentatyökalu mahdollistaa lyhyt- ja pitkäaikaisten vaikutusten arvioimista ja arvottamista, eli kustannusvaikuttavuuden suunnan hahmottamista. Sosiaalisesti laadukkaassa yhteiskunnassa sen jäsenillä on riittävä suoja köyhyyttä ja muita materiaalisia riskejä vastaan (sosioekonominen turvallisuus) sekä mahdollisuudet käyttää tietoaan ja taitojaan (valtaistuminen) oman elämänsä ja hyvinvointinsa hallitsemiseksi ja osallistua yhteiskunnan avaintoimintoihin (osallisuus). Lisäksi he voivat luottaa toisiin ihmisiin ja julkiseen valtaan ja heillä on ilmaisun vapaus (koheesio). Esimerkiksi Sola -laskentamatriisin avulla voidaan arvioida hyvinvoinnin edistämiseen tähtäävien toimenpiteiden yhteiskunnallista säästöpotentiaalia ja hyvinvointivaikutuksia lyhyellä ja pitkällä aikavälillä yksilön, läheisten ja yhteisön näkökulmasta²⁴.

Sola-työkalu sisältää 23 sosiaalisen laadun prosessi-indikaattoria ja kaksi tulosindikaattoria, jotka toimivat ilmiönä. Jokaisen ilmiön kohdalla lukuisia hyvinvointivaikutuksia on arvioitu ja arvotettu yksilön, läheisten ja yhteisön näkökulmasta. Vaikutusten monitasoinen hahmottaminen yksilön lisäksi läheisten ja yhteisön näkökulmasta vahvistaa ilmiöiden vaikutusten hahmottamista vuoden, viiden vuoden ja kymmenen vuoden aikana. Arvotettu sosiaalikorkeus mahdollistaa ilmiöiden kustannusvaikuttavuuden arviointia keski- ja pitkäaikaisesti sekä vaikutusten kautta syntyviä säästöjä tai kustannuksia.

Hyvinvointitalouden johtamisen välineitä on mainittu hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen yhteydessä. Ne ovat strategia, hyvinvointikertomus ja -suunnitelma. Kustannusvaikuttavuutta seurataan vastaamalla mm. seuraaviin kysymyksiin: Minkä väestöryhmien hyvinvointia ne edustavat? Mitä asukkaiden hyvinvoinnin ja terveyden ylläpitäminen tai vahvistaminen maksaa? Ja voivatko toimet säästää tulevaisuudesta menoja?²⁵

²² [Hyvinvointijohtamisella hyvinvointitaloutta - THL](#)

²³ [Sola-hanke | Keski-Suomen hyvinvointialue \(hyvaks.fi\)](#)

²⁴ Hyvinvointipolitiikan vaikuttavuutta voidaan tutkia ja hyödyntää päätöksenteon tukena [duo17662.pdf \(duodecimlehti.fi\)](#)

²⁵ [Hyvinvointijohtamisella hyvinvointitaloutta - THL](#)

6 Arjen turvallisuuden, mielen hyvinvoinnin sekä liikunnallisen elämäntavan edistämisen painopisteet valtuustokaudella

6.1. Arjen turvallisuuden edistäminen

Tässä osuudessa avataan lyhyesti arjen turvallisuutta käsitteenä, arjen turvallisuuden edistämistä lähisuhte- ja kouluväkivaltaa ehkäisemällä sekä taulukoituna siihen liittyvät tavoitteet ja toimenpiteet.

6.1.1. Arjen turvallisuus käsitteenä

Arjen turvallisuus kuvaa sitä, mitä toistuvia ja tavanomaisia häiriöitä, rikoksia, tapaturmia ja onnettomuuksia tapahtuu, kuinka usein ja kenelle Sisäisen turvallisuuden tila muodostuu täten eri ulottuvuuksista. Lisäksi turvallisuuden tunne, vakaus ja yhteiskuntarauha ovat tärkeä osa arjen turvallisuutta. Palvelujen saanti kuvaa sitä, millaisia palveluja ihmiset saavat, kun jotain turvallisuutta uhkaavaa tapahtuu. Vakavat ja laajat häiriöt sekä niihin varautuminen kuvaa erilaisten laajamittaisten uhkien kuten suuronnettomuuksien, laajamittaisten väkivallantekeijien ja sään ääri-ilmiöiden todennäköisyyttä ja vahingollisuutta niiden tapahtuessa. Varautumisella pystytään vähentämään näiden uhkien aiheuttamaa vahinkoa ja nopeuttamaan niistä palautumista. Parhaimmillaan sisäinen turvallisuus koostuu turvattomuuden vähentämisestä, riskien ja uhkien poistamisesta ja arjen turvallisuuden tunteen lisäämisestä.

Arjen turvallisuuden ja turvallisuuden tunteen varmistaminen kaikille kuntalaisille on sosiaalisesti kestävä yhteiskunnan ydintä. Tämän perusedellytys on arjen turvallisuuden oikeudenmukainen jakautuminen. Rikosten tekeminen, niiden uhriksi joutuminen sekä tapaturmat ja onnettomuudet liittyvät usein huono-osaisuuteen. Sisäinen turvallisuus on usein henkilökohtaista. Se, millaisia turvallisuusongelmia keskisuomalainen arjessaan kohtaa, tai mitä hän pelkää, riippuu usein henkilön omista henkilökohtaisista ominaisuuksista, olosuhteistaan tai kokemuksistaan (mm. ikä, sukupuoli, alkuperä, terveys, äidinkieli, asuinpaikka, sosioekonominen asema ym. henkilöä määrittävät tekijät). Keskeisiksi turvallisuuteen kytkeytyviksi peloiksi määritellään väkivallan pelko, päihdeiden käytön aiheuttama turvattomuus, rikollisuuden pelko, onnettomuuksien ja tapaturmien pelko, liikenneonnettomuuksien pelko sekä terrorismin pelko.

Sosioekonomiset sekä päihde- ja mielenterveysongelmat kasautuvat edelleen samoille väestöryhmille, samoin turvattomuuden kokemukset, väkivalta, rasismi ja sekä etnisten vähemmistöjen kohtaama asenneilmapiiiri. Nämä kaikki ruokkivat arjen turvattomuuden tunnettaan. Arjen turvallisuuden tunteeseen vaikutetaan usein enemmän hyvinvointitoimenpiteillä kuin turvallisuustoimenpiteillä ^{26 27}

Hyvinvointialueen palveluissa sekä eri yhdyspinnoilla monitoimijaisella yhteistyöllä, tavoitteellisella suunnittelulla, seurannalla sekä arvioinnilla voidaan edistää arjen turvallisuutta sekä

²⁶ Sisäministeriö. (2021). Valtioneuvoston selonteko sisäisestä turvallisuudesta. Valtioneuvosto.

²⁷ TUOVI sisäisen turvallisuuden portaali

tunnistaa ja ehkäistä sitä heikentäviä tai uhkaavia tekijöitä. Yhteisövaikuttavuuden periaatteita hyödyntäen on edellytyksiä myös olettaa saavutettavia vaikutuksia ja pidemmällä aikavälillä vaikuttavuutta. Keski-Suomen hyvinvointialueella arjen turvallisuutta edistämään keskitytään lähisuhdeväkivallan ja kouluväkivallan ehkäisyyn.

6.1.2. Arjen turvallisuuden edistäminen lähisuhde- ja kouluväkivaltaa ehkäisemällä

Keskisuomalaisen arjen turvallisuuden edistämisen on yksi hyvinvointialueen strategian painopisteistä, jonka tavoitteisiin tässä suunnitelmassa vastataan edistämällä *lähisuhdeväkivallan ehkäisyä sekä kouluväkivallan ehkäisyä*. Toimenpiteillä vastataan samalla myös Suomen ratifioiden ihmisoikeussopimusten velvoitteisiin (3), jotka ovat lakina voimassa sellaisina kuin Suomi on niihin sitoutunut. Ihmisoikeussopimusten täytäntöönpanoa ohjaa toimeenpanosuunnitelmat, hallitusohjelma sekä ohjeet kunnille ja hyvinvointialueille lähisuhdeväkivallan ehkäisyn koordinaatio rakenteiden ja lähisuhdeväkivallan vastaisen toiminnan järjestämiseksi²⁸. Laki ja asetusveloitteiden täytäntöönpanoa ohjeistaa Sosiaali- ja terveysministeriö (STM), Terveystieteiden tutkimuskeskus (THL) ja valvoo aluehallintovirasto (AVI).

Hyvinvointikertomuksessa nousee esiin muun muassa huoltajien lapseen ja nuoreen kohdistama fyysinen ja henkinen väkivalta perheessä. Seksuaalisen ahdistelu sekä seksuaaliväkivallan kokemukset erityisesti tytöillä ovat edelleen kasvaneet. Koulukiusaaminen on tekemistä muuttanut fyysisemmäksi erityisesti poikien kohdalla, kun tytöt käyttävät taas enemmän keinoja henkistä väkivaltaa sekä yhteisöstä eristämistä²⁹. Lapset ja nuoret, jotka tekevät paljon rikoksia, ovat usein myös itse rikoksen uhreja. Lapsuudessa ja nuoruudessa koettu rikollisuus, traumat ja kaltoinkohtelu, kuten perheväkivalta tai kiusaaminen, kohottavat riskiä rikosten tekemiselle ja uhriksi joutumiselle myös aikuisiässä³⁰. Työikäisistä lähisuhdeväkivallan kohteena on pääosin nainen. Erityistä huomioita vaatii myös yli 65-vuotiaat keskisuomalaiset naiset, jotka raportoivat lähisuhdeväkivaltaa maan keskiarvoa enemmän³¹.

Arjen turvallisuuden edistämisen tavoitteet hyvinvointialueella sekä monialaisessa yhdyspintatyössä:

1. Asukkaiden kokemus arjen turvallisuudesta lisääntyy. Huomioidaan arjen turvallisuutta tukevat eri ympäristöt ja yhteisöt.
2. Asukkailla on keinoja tunnistaa ja ehkäistä omaa hyvinvointia ja turvallisuutta heikentäviä tekijöitä sekä vahvistaa suojaavia tekijöitä.
3. Hyvinvointia, terveyttä ja turvallisuutta heikentäviä tekijöitä tunnistetaan palveluissa hyödyntämällä erilaisia puheeksi ottamisen keinoja.
4. Palvelutarjonnassa huomioidaan yhdenvertaisuus, tarpeenmukaisuus sekä saavutettavuus. Asukkaille viestitään palvelujen saatavuudesta ja saavutettavuudesta.
5. Asukkaiden osallisuutta tuetaan mahdollistamalla heille osallistuminen ja vaikuttaminen palveluiden suunnitteluun, kehittämiseen, toteutukseen tai arviointiin.

²⁸ [Ohjeet](#) kunnille ja hyvinvointialueille lähisuhdeväkivallan ehkäisyn koordinaatorakenteiden ja lähisuhdeväkivallan vastaisen toiminnan järjestämiseksi

²⁹ [Kouluterveyskyselyn tulokset \(THL\)](#)

³⁰ [Sisäministeriö. \(2021\). Valtioneuvoston selonteko sisäisestä turvallisuudesta. Valtioneuvosto.](#)

³¹ [Sotkanet](#)

6. Yhdyspintatyössä monilaisen yhteistyön avulla kuntien, yksityisten palveluntuottajien, valtion palvelujen (oikeustoimijat, poliisi), kolmannen sektorin sekä oppilaitosten (tulevat ammattilaiset) kanssa määritellään yhteistyön tarve, jonka myötä vaikutetaan arjen turvallisuuden edistämiseksi ja lähisuhdeväkivallan sekä kouluväkivallan ehkäisemiseksi.

6.1.3. Tavoitteet ja toimenpiteet

Samassa kokonaisuudessa *lähisuhdeväkivallan ehkäisyn ja kouluväkivallan ehkäisyn* tavoitteiden ja toimenpiteiden asettelun osalta on huomioitu Keski-Suomen hyvinvointialueen strategian painopiste *arjen turvallisuuden edistäminen, ihmisoikeussopimusten* velvoitteisiin vastaaminen sekä Keski-Suomen *tilannekuvan* tuottama tieto. Suunnittelua tukemassa on ollut hyvinvointialueen strategiset menestystekijät; ihmislähtöiset palvelut, kumppanuus, asukkaat, tieto, uudistuminen sekä henkilöstö. Tavoitteet toimenpiteineen löytyvät tiivistetysti alla olevasta taulukosta.

Hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistämisen ohjelmakokonaisuuden muissa alaohjelmissa, kuten lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma, suunnitelma ikääntyneen väestön hyvinvoinnin tukemiseksi, alueellinen neuvolasuunnitelma, alueellinen opiskeluhoitosuunnitelma sekä mielenterveyssuunnitelma, tavoitteena on huomioida väkivallan ehkäisy yleisemmällä tasolla. Konkreettiset ja tarkemmat toimenpiteet tavoitteineen sovitaan esihenkilöiden ja muiden oleellisten toimijoiden kanssa.

Kokonaisuus jakautuu kolmeen pääteemaan seuraavasti:

- I. Arjen turvallisuutta edistävä ja väkivallan ehkäisytyötä tukeva koordinaatio, rakenne sekä tiedolla johtaminen
- II. Työvälineet ja toimintamallit, hoito- ja palveluketjut, osaamisen vahvistaminen sekä monialainen yhteistyö
- III. Tietoisuuden lisääminen ja osallisuus



Taulukko 1 Lähisuhde- ja kouluväkivallan ehkäisyn tavoitteet ja toimenpiteet

Lähisuhde- ja kouluväkivallan ehkäisy	Tavoitteet	Toimenpiteet	Mittarit	Aikataulu, vastuut, raportointi
Arjen turvallisuutta edistävä ja väkivallan ehkäisyä tukeva koordinaatio, rakenne sekä tiedolla johtaminen	<ol style="list-style-type: none">Alueellinen väkivallan ehkäisyä koordinoiva työryhmä sekä väkivallan ehkäisyn koordinaattori edistävät arjen turvallisuutta alueellisen hyvinvointisuunnitelman tavoitteiden mukaisesti. Lähisuhde- ja kouluväkivallan ehkäisyn tavoitteita yhteensovitetaan hyväksyin muiden toimintaohjelmien kanssa.Strateginen johtaminen ja järjestäminen, Hyku sekä soten esihenkilötuki edistävät lähisuhde- ja kouluväkivallan ehkäisyn tavoitteiden saavuttamista tukemalla suunnitelman käytäntöön vieniä.Lähisuhde- ja kouluväkivallan ehkäisyn ymmärrystä lisätään luottamus- ja esihenkilöiden osalta.Palveluverkko mahdollistaa perus- ja erityistason sekä akuutti ja pidempi kestoisia palveluja väkivallan kohteena oleville sekä väkivaltaa käyttäville henkilöille huomioiden yhdenvertaisuuden ja eri palvelukanavat (kivijalka, liikkuvat, sähköiset).Tiedon keruu sekä hyödyntäminen on pitkäjänteistä ja suunnitelmallista perustuen tietotarpeisiin. Tutkimustieto, ammattilaisten kokemustieto ja asiakaspalaute on integroitu muuhun tietoon ja kehittämiseen. Monialainen yhteistyö toimii perustana tiedolla johtamiselle.Tiedon dokumentointi, avoimuus sekä tarkoituksenmukainen jakaminen, huomioiden raportoinnin tarve eri toimijoiden näkökulmasta, on suunnitelmallista. Henkilöstön osallisuuden ja tietoisuuden vahvistaminen tiedon eri näkökulmista ja merkityksestä on tukemassa arjen työtä sekä päätöksentekoa.Vaikuttavuus- ja hyvinvointitalousajattelua sekä yhteisövaikuttavuuden periaatteita tukemaan hyödynnetään Sola laskentatyökalua.	<ol style="list-style-type: none">Lähisuhde- ja kouluväkivallan ehkäisyä koordinoivan asiantuntijaryhmän kokoaminen. Toiminnan aloitus 2024. Väkivallan ehkäisyn rakenteiden ja roolin selkeyttäminen sekä kirjaaminen hyväksivustolle. Vuosikello rakennetaan ohjaamaan toimintaa.Lähisuhde- ja kouluväkivallan ehkäisyn käytänteiden, jalkauttamisen ja viestinnän suunnittelu esihenkilöiden sekä kunta- ym. oleellisten yhdyspintaverkoston kanssa.Lähisuhde- ja kouluväkivallan ehkäisyn perehdytyspaketin rakentaminen. Toteutus valtuustokausittainPalveluverkon selkeyttäminen tehdään yhteistyössä esihenkilöiden sekä muiden palvelua tarjoavien tahojen kanssa. Erityisesti MARAK riskinarviointi, Ankkuri- ja Tukiklinikka toimintojen suunnittelu hyvinvointialueen kattavaksi. Palvelukanavista sähköisten osalta kiinnitetään erityisesti huomio turvallisuuteen asiakkaan asioidessa kotona tai toimipisteellä väkivaltateemassa.Selkeät toimintamallit tiedon hyödyntämiseen rakennetaan monialaisessa yhteistyössä; havaintojen toiminnallistamiseksi rakennetaan konkreettiset ehdotukset toimenpiteistä (mm. tietorapeiden määrittely, tiedon saanti eri järjestelmistä, laatu ja ajantasaisuus, raportointi, hyödyntäminen päätöksenteossa). Ehkäisevän työn kuntaverkosto otetaan mukaan käytännön toimenpiteiden rakentamisessa ja huomioidaan toiminnan uudistuminen.Toimiva tallennusala palveluissa rakennetaan yhteistyössä tietohallinnon kanssa. Rakennetaan myös palaute ammatillisille siittä, miten palveluista kerättyä tietoa on hyödynnetty.Sola laskentatyökalun käyttöönotto tuetaan koulutuksilla sekä sovitetaan käytänteistä ja väkivaltailmiötä kuvaavista mittareista esihenkilöiden kanssa	1.-8. Toteutunut/ei toteutunut	Aikataulu: 1. 2023-2024 2. 2023-2024 3. 2024-2025 4. 2024-2025 5. 2024-2025 6. 2024-2025 7. 2024-2025 Vastuut: Hyvinvointi ja kumppanuudet, väkivallan ehkäisyn koordinaatio. Raportointi: Tarkentuu myöhemmin saatavien ohjeiden myötä.
Työvälineet ja toimintamallit,	<ol style="list-style-type: none">Ammattilaisilla on tehtävässään riittävä osaaminen vahvistaa keski-suomalaisten suojaavia tekijöitä ja tunnistaa riskitekijöitä sekä ylisukupolvisuuden merkitystä väkivallattoman arjen edistämiseksi (promootio). Heillä on myös tieto väkivallan ehkäisyn	<ol style="list-style-type: none">Sovitaan esihenkilöiden kanssa arjen turvallisuuden edistämisen sekä lähisuhdeväkivallan ehkäisyn konkreettisista työvälineistä sekä toimintamalleista työntekijän perustehtävä huomioiden. Perhekeskustoiminta on osa kokonaisuutta. Osaamisen vahvistaminen:	1.-6. Toteutunut/ei toteutunut	Aikataulu 1. 2024-2025 2. 2024-2025 3. 2024



Lähisuhde- ja kouluväkivallan ehkäisy	Tavoitteet	Toimenpiteet	Mittarit	Aikataulu, vastuut, raportointi
hoito- ja palveluketjut, osaamisen vahvistaminen sekä monialainen yhteistyö	<p>(preventio) velvoitteista sekä toimintakäytännöistä. Toimintamallit ovat sovittuina, jolloin on selkeä käsitys työtehtävän mukaisesta roolista väkivallan ehkäisyssä. Perhekeskustoiminta huomioidaan kokonaisuudessa merkittävä ehkäisevän työn toteuttajana; erityisesti turvallisuuden edistämisen, väkivallan ehkäisyn, varhaisen tuen ja tunnistamisen rooli. Osaamisen vahvistamisella turvataan palvelujen hyvä toteutuminen ja laatu</p> <ol style="list-style-type: none">Lähisuhdeväkivallan tunnistaminen sovittujen työvälineiden (mm. lähisuhdeväkivallan suodatin- ja kartoituslomake) avulla on systemaattinen osa kerättävää mittaritietoa. Tilastointia kehitetään myös informatiivisemmaksi osana tiedolla johtamista.Ammattilaisista kootaan lähisuhdeväkivallan ehkäisyn avainkouluttajaverkosto tukemaan lähisuhdeväkivallan ehkäisytyötä, osaamisen vahvistamista sekä koordinaatiota.Hoito- ja palveluketjut, joissa huomioidaan väkivallan kohteena olevan sekä väkivallan tekijän palvelujen tasavertaisuus ja ihmislähtöisyys, rakentuvat Drupal alustalle. Ammattilaisohjeet (SAMPO alusta) päivitetään.Monialaiset yhteistyön sekä konsultaation käytänteet on sovittuina lähisuhde- ja kouluväkivallan ehkäisyn eri verkostoissa.Varmistetaan osaava ja jaksava henkilöstö sekä väkivallan ehkäisytyön jatkuminen sopimalla eri tukimuodoista.	<p>Vakiinnutetaan THL:n verkkopohjaiset lähisuhde- ja kouluväkivallan ehkäisy -koulutukset, jota tuetaan lähitapaamisella, osaksi ammattilaisten perus- ja lisäkoulutusta. Vahvistetaan tietoisuutta ja ohjainta keinoja hyödyntää MARAK, Ankkuri ja Tukiklinikka toimintaa osana verkkokouluja. Ehkäisevän työn kuntaverkostossa suunnitellaan kouluväkivallan ehkäisyn toimintamalli, joka huomioi yhdyspintatyön kokonaisuuden</p> <ol style="list-style-type: none">Tilastointi rakennetaan osaksi käytänteitä huomioiden eri alustojen käyttömahdollisuudet (Life Care, Mediatri, Pegasos, Saga)Hyvaks osallistuu THL:n toteuttamaan avainkouluttajapilottiin kevään 2024 aikana, jonka myötä rakennetaan avainhenkilöverkosto.Lähisuhdeväkivallan ehkäisyn sekä Lapsikohtainen seksuaalisuus (SERI, tekijänäkökulma); hoito- ja palveluketjujen rakentaminen monialaisessa yhteistyössä huomioiden eri-ikäryhmät.Monialaisen yhteistyön käytänteitä vahvistetaan yhteisövaikuttavuuden periaatteita hyödyntäen. Sovitaan konsultaatiokäytänteistä niihin liittyvissä verkostoissa.Ammattilaisten tuen käytänteet sovitaan hyvinvointialueen henkilöstön tuen palvelujen kanssa; A) Hetipurku = työyksikön sisällä, B) Ensipurku = esihenkilön ja tarvittaessa koulutetun ensipurkuohjaajan (defusing) kanssa välitön keskustelu, C) Jälkipuinti = koulutetun jälkipuintiohjaajaparin (debriefing) tukema keskustelu		<p>4. 2024 5. 2024 6. 2024</p> <p>Vastuut: Hyvinvointi ja kumppanuudet, väkivallan ehkäisytyön koordinaatio</p> <p>Raportointi: Tarkentuu myöhemmin saatavien ohjeiden myötä.</p>
Tietoisuuden lisääminen ja osallisuus	<ol style="list-style-type: none">Tiedottaminen ja viestintä eri kanavilla on ajantasaista ja suunnitelmallista. Hyvaks nettisivuilta kuntalaiset saavat tietoa lähisuhde- ja kouluväkivallasta, palveluista ja muista ajankohtaisista asioista. Matalan kynnyksen viestinnällä vaikutetaan myös asenteisiin ja käyttäytymismalleihin.Järjestetään kampanjoita ja tapahtumia sekä otetaan kantaa tietoisuuden vahvistamiseksi kuntalaisille, ammattilaisille sekä muille teemaan liittyville toimijoille.Kerätään kuntalais- ja ammattilaiskyselyjen avulla tietoa mm. arjen turvallisuuteen liittyvistä teemoista turvallisuutta edistävien toimien suunnittelun tueksi.	<ol style="list-style-type: none">Viestintäsuunnitelman rakentaminen sisältää Hyvaks nettisivut ja muut sähköiset julkaisualustat, kohdennetut uutiskirjeet, kyselyjen tulosten julkaisut sekä alueellisten toimintasuunnitelmien julkaisut. Viestintäsuunnitelma rakennetaan viestinnän, esihenkilöiden sekä väkivallan ehkäisyn eri verkostojen kanssa yhteistyössä.Kampanjat ja tapahtumat sekä kuntalaisille, että ammattilaisille, rakennetaan verkostoyhteistyössä huomioiden laajemmin myös Itä-Suomen yhteistyöalueen ja kansallisen toiminnan verkostot.Kuntalais- ja ammattilaiskyselyt rakennetaan monialaisessa yhteistyössä ja tulevat osaksi toiminnan vuosikelloa.	<p>1.-3.</p> <p>Toteutunut/ei toteutunut</p>	<p>1. 2024 2. 2023-2025 3. 2023-2025</p> <p>Vastuut: Hyky, väkivallan ehkäisytyön koordinaatio</p> <p>Raportointi: Tarkentuu myöhemmin saatavien ohjeiden myötä</p>

6.2. Mielen hyvinvoinnin edistäminen

Vaikka mielen hyvinvointia ja siihen kytkeytyviä termejä, kuten psyykinen hyvinvointi ja mielenterveys, on tutkittu paljon, ei mielen hyvinvoinnista ole yhtä vakiintunutta määritelmää. Sen vuoksi mielen hyvinvoinnin arvioimista ja mittaamista on vaikea tehdä ³².

Mielen hyvinvointi viittaa yksilön henkiseen ja emotionaaliseen tilaan, joka on merkki tyytyväisyydestä, tasapainosta ja hyvinvoinnista. Se on monitahoinen käsite, joka liittyy ihmisen psyykkiseen terveyteen ja tunnetilaan. Mielen hyvinvointiin kuuluu useita tekijöitä, ja se voi vaihdella yksilöittäin ja se on osa ihmisen yleistä terveyttä ja hyvinvointia. Se on voimavara ja tärkeä tekijä ihmisen toimintakyvyn kannalta. Mielen hyvinvointi ei ole pysyvä tila vaan ominaisuus, jota voi tukea ja vahvistaa ja jonka avulla ihminen voi kohdata elämän haastavat kohdat. Mielen hyvinvoinnista voidaan puhua myös positiivisena mielenterveytenä, ja sillä tarkoitetaan laajempaa kokonaisuutta, kuin vain mielenhäiriön puuttumista. Mielen hyvinvoinnin käsitteellä pyritään siirtämään ajatus pois ongelma- ja sairauskeskeisyydestä. Se koostuu esimerkiksi ihmisen psyykkisistä voimavaroista, tyydytystä tuottavista sosiaalisista suhteista, elämänhallinnan tunteesta, vaikuttamismahdollisuuksista ja myönteisestä käsityksestä itsestä ³³.

Mielen hyvinvoinnin tärkeys korostuu yhä enemmän, kun ymmärretään, että se vaikuttaa monin tavoin fyysiseen terveyteen, ihmissuhteisiin ja elämänlaatuun. Henkinen tasapaino ja hyvinvointi edistävät yksilön kykyä selviytyä vaikeuksista, olla tuottava ja nauttia elämästään. Mielen hyvinvointia voi ylläpitää ja edistää elämäntapojen avulla. Uni ja lepo, liikkuminen, ruokailu ja sosiaalinen vuorovaikutus voivat tukea ja mahdollistaa mielen hyvinvoinnin osatekijöitä.

6.2.1. Mielen hyvinvoinnin edistäminen ehkäisevän päihdetyön kautta

Hyvinvointikertomuksessa nousee erityisesti nuorten kokema kohtalainen tai vaikea ahdistuneisuus ja mielialaongelmat sekä tyytymättömyys elämään. Lisäksi indikaattoreissa havaitaan merkkejä yksinäisyyden lisääntymisestä myös ikäihmisten osalta. Päihteiden käyttöön liittyvät ilmiöt muuttuvat nopeasti, eikä tilannekuva välttämättä ole indikaattoreiden mukainen. Vaikka tupakointi on vähentynyt, ovat alkoholin käyttö, pelaamisen haasteet, nuuskaaminen ja sähkö tupakointi yleistyneet tietyissä kohderyhmissä. Siksi on tärkeää, että toimenpiteitä ja prosesseja mietitään hyvinvointialueen, kuntien, järjestöjen sekä seurakuntien yhteisenä toimintana yhdyspintatyössä.

³² Kokko, K. (2023) Mitä on kokonaisvaltainen mielen hyvinvointi? Luettu 31.1.2024 https://jyx.jyu.fi/bitstream/handle/123456789/86285/1/Kokko_TUVJ-6-22.pdf

³³ Positiivinen mielenterveys eli mielen hyvinvointi Luettu 23.1.2024 [Positiivinen mielenterveys eli mielen hyvinvointi - THL](#)

6.2.2. Mielen hyvinvoinnin edistämisen tavoitteet hyvinvointialueella ja monialaisessa yhdyspintatyössä

1. Ympäristöt ja yhteisöt tukevat mielen hyvinvointia.
2. Nuorten kokema ahdistuneisuus ja mielenterveyden ongelmat eivät lisäänty. Tähän on myös tarkempia kuvauksia mielenterveyssuunnitelmassa.
3. Yksinäisyyden ehkäisy, löydetään keinoja vähentää yksinäisyyden kokemusta.
4. Päihteiden käyttöön sekä käytön aiheuttamien haittojen ehkäisyyn vaikuttaminen. Tähän on tarkempia kuvauksia ehkäisevän päihdetyön suunnitelmataulukossa (Taulukko 2).

Keskisuomalaisten mielen hyvinvoinnin edistäminen on yksi hyvinvointialueen strategian painopisteistä, jonka tavoitteisiin tässä suunnitelmassa vastataan erityisesti ehkäisevän päihdetyön tavoitteilla ja toimenpiteillä. Näiden avulla vastataan samalla myös lainsäädännön sekä kansallisen ehkäisevän päihdetyön toimintaohjelman asettamiin tavoitteisiin päihde- ja rahapelaamisen haittoja koskien. Ehkäisevän päihdetyön tavoitteet ja toimenpiteet kytkeytyvät yhteen mielen hyvinvoinnin ja sen edistämistyön kanssa.

Taulukko 2 Ehkäisevän päihdetyön tavoitteet ja toimenpiteet

Tavoite	Toimenpide	Mittari	Aikataulu, vastuutaho, raportointi
<p>Päihteiden riskikäyttö, ongelmallinen raha- sekä digipelaaminen ja niiden aiheuttamat haitat eivät lisääny.</p> <p>Lapsella ja nuorella on turvallinen ja päihteen kasvuympäristö.</p> <p>Lasten ja nuorten päihteiden koulu- ja käyttö sekä ongelmallinen raha- ja digipelaaminen eivät lisääny.</p> <p>Aikuisväestön päihteiden riskikäyttö, ongelmallinen raha- ja digipelaaminen ja niiden aiheuttamat haitat eivät lisääny.</p>	<p>1. Tietoisuus ja huomio suojaaviin tekijöihin, edistävän työn tunnistaminen: ehkäisevän päihdetyön vuosikello sekä ehkäisevän päihdetyön viestintäsuunnitelma huomioiden kansalliset, alueelliset ja paikalliset teemapäivät, kampanjat, tapahtumat</p> <p>2. Alueelliset teemakohtaiset vanhempainillat</p> <p>3. Koulutusvaranto, ammattilaisten osaamisen tuki</p> <p>4. Palvelualueiden ja eri toimijoiden (sote-toimijat, kunnat, järjestöt, seurakunnat, oppilaitokset, muut toimijat) kanssa yhteistyö: erilaisten ehkäisevän päihdetyön toimintatapojen, menetelmien ja testistöjen sekä kirjaamiskäytäntöjen yhtenäistäminen</p>	<p>1. Vuosikello, on / ei ole, Viestintäsuunnitelma, on / ei ole</p> <p>2. Vanhempainillat, järjestetty / ei järjestetty</p> <p>3. Koulutusvaranto ja ammattilaisten osaamisen tuki, aloitettu / ei aloitettu</p> <p>4. Yhteistyö palvelualueiden ja toimijoiden kanssa, toteutunut / ei toteutunut</p> <p>Vähimmäistietosisällön indikaattorit, Sotkanet (TerveSuomi, Kouluterveyskysely), <i>kts. erillinen listaus indikaattoreista</i></p>	<p>1. 2024–2025</p> <p>2. 2024–2025</p> <p>3. 2024–2025</p> <p>4. 2024–2025</p> <p>Vastuutaho: Koordinaatiovastuu Hyvinvointi ja kumppanuudet, ehkäisevän päihdetyön koordinaatio</p> <p>Raportointi: Valtuustokausittain, tarkentuu</p>
<p>Ehkäisevä päihdetyö (ept) kuuluu kaikille.</p> <p>Ehkäisevän päihdetyön rakenteet selkiytyvät.</p> <p>Ehkäisevän päihdetyön toimintatavat yhtenäistyvät.</p> <p>Ehkäisevän päihdetyön menetelmien käyttö yhtenäistyy.</p> <p>Maakunnallista ehkäisevää päihdetyötä ohjaa ja koordinoi monitoimijainen asiantuntijaryhmä.</p>	<p>5. Ehkäisevän päihdetyön alueellinen koordinaattori</p> <p>6. Monitoimijainen yhteistyö hyvinvointialueen, kuntien, järjestöjen, seurakuntien, asukkaiden ja muiden toimijoiden kesken</p> <p>7. Alueellinen monitoimijainen ept-asiantuntijaryhmä</p> <p>8. Ehkäisevän päihdetyön suunnitelma laaditaan yhteistyössä ja yhteensovitettuna muiden alueellisten suunnitelmien kanssa</p> <p>9. Ehkäisevän päihdetyön rakenne ja roolit on kuvattu hyvinvointialueen verkkosivuilla</p> <p>10. Ehkäisevälle päihdetyölle laaditaan vuosikello sekä viestintäsuunnitelma</p> <p>11. Ehkäisevä päihdetyö sijoittuu eri hoito- ja palveluketjuihin</p>	<p>5. Alueellinen koordinaattori, kyllä / ei</p> <p>6. Monitoimijainen yhteistyö, käynnissä / ei käynnissä</p> <p>7. Alueellinen ohjaava työryhmä, on / ei ole</p> <p>8. Ehkäisevän päihdetyön suunnitelma yhteensovitettu muiden suunnitelmien kanssa, kyllä / ei</p> <p>9. Ehkäisevän päihdetyön rakenne ja roolit kuvattu verkkosivuilla, kyllä / ei</p> <p>10. Viestintäsuunnitelma ja vuosikello, kyllä / ei</p> <p>11. Ehkäisevä päihdetyö sijoittuu eri hoito- ja palveluketjuihin, kyllä / ei</p> <p>12. Ehkäisevän päihdetyön päivitetty toimintamalli, kyllä / ei</p> <p>13. Koulutusvaranto, aloitettu / ei aloitettu</p> <p>- Itsearviointi, tehty / ei tehty</p>	<p>5. 2023–2025</p> <p>6. 2024–2025</p> <p>7. 2024–2025</p> <p>8. 2024–2025</p> <p>9. 2024–2025</p> <p>10. 2024–2025</p> <p>11. 2024–2025</p> <p>12. 2024–2025</p> <p>13. 2024–2025</p> <p>Vastuutaho: Koordinaatiovastuu Hyvinvointi ja kumppanuudet, ehkäisevän päihdetyön koordinaatio</p>



Tavoite	Toimenpide	Mittari	Aikataulu, vastuutaho, raportointi
	12. Ehkäisevän päihdetyön verkkotyökalu Polku mielen hyvinvointiin ja päihteettömyyteen päivitetään ja siirretään Drupal-pohjaan toimintamalliksi 13. Koulutusvaranto, ammattilaisten osaamisen tuki	- Kypsyysanalyysi, käytössä / ei käytössä	Raportointi: Valtuustokausittain, tarkentuu



6.3. Liikunnallisen elämäntavan edistäminen

Liikunnallisen elämäntavan edistäminen tarkoittaa toimenpiteitä ja pyrkimyksiä, joilla kannustetaan yksilöitä ja yhteisöjä säännölliseen fyysiseen aktiivisuuteen ja terveyttä edistävään liikuntaan osana päivittäistä elämää. Tavoitteena on, että väestö liikkuu terveytensä ja hyvinvointinsa kannalta riittävästi. Liikunnallisen elämäntavan edistäminen on tärkeä osa kansanterveysohjelmia ja terveyden edistämistä.³⁴ Liikunnallinen elämäntapa parantaa fyysistä terveyttä, tukee monien sairauksien ehkäisyä³⁵, sekä edistää monella tavalla hyvinvointia ja parantaa elämänlaatua. Säännöllinen liikunta on osoittautunut tehokkaaksi keinoiksi ehkäistä monia kroonisia sairauksia, kuten sydänsairauksia, 2 tyypin diabetesta, lihavuutta ja mielenterveysongelmia. Se edistää myös fyysistä kuntoa, parantaa mielialaa ja auttaa ylläpitämään hyvinvointia tukevaa painoa.³⁶

Liikuntalaissa määritellään liikunnallisen elämäntavan edistämisen periaatteet, lain tavoitteena on edistää; väestöryhmien mahdollisuuksia liikkua ja harrastaa liikuntaa, väestön hyvinvointia ja terveyttä, fyysisen toimintakyvyn ylläpitämistä ja parantamista, lasten ja nuorten kasvua ja kehitystä, liikunnan kansalaistoimintaa, huippu-urheilua, liikunnan ja huippu-urheilun rehellisyyttä ja eettisiä periaatteita, eriarvoisuuden vähentämistä liikunnassa sekä kestävästä kehitystä liikunnassa ja huippu-urheilussa. Lain tavoitteiden toteutumisen lähtökohtana ovat tasa-arvo, yhdenvertaisuus, yhteisöllisyys, monikulttuurisuus, terveet elämäntavat, turvallinen toimintaympäristö sekä ympäristön kunnioittaminen³⁷.

Liikkuminen ja fyysinen aktiivisuus tulisi olla osa jokaisen ihmisen perusarkea. Pitkäaikainen ja toistuva paikallaan oleminen on tutkitusti terveydelle haitallista ja lisää sairastumisriskiä. Ihmisen liikunnan tarve vaihtelee eri elämänvaiheiden aikana, jonka vuoksi eri ikäryhmille on kehitetty omat valtakunnalliset suosituksensa. Suositukset toimivat hyvänä apuna oman liikunnallisen arjen suunnittelussa, mutta myös ammattilaisten tukena esimerkiksi liikuntaneuvonnassa. Liikuntatottumukset opitaan jo lapsuudessa, joten liikunnallisuutta ja fyysistä aktiivisuutta tukevilla ihmisillä ja ympäristöillä on merkittävä vaikutus liikunnallisten elämänapojen kehittymiselle³⁸.

6.3.1. Elämäntapaohjaus liikunnallisen elämäntavan edistäjänä

Hyvinvointikertomuksen indikaattoreiden mukaan keskisuomalaisilla asukkailla aktiivisuuden ja liikkumisen määrä on vähentynyt sekä paikallaanoloon käytetty aika on

³⁴ <https://okm.fi/liikunnan-edistaminen>. Luettu 9.2.2024

³⁵ <https://stm.fi/liikunta> Luettu 9.2.2024

³⁶ <https://ukkinstituutti.fi/liikkuminen/liikkumisen-vaikutukset/> Luettu 9.2.2024

³⁷ [Liikuntalaki 390/2015 - Ajantasainen lainsäädäntö - FINLEX®](#)

³⁸ [Liikunta - THL](#)



lisääntynyt monissa ikäryhmissä. Liikkumattomuus on yksi syy syrjäytymiselle ja sosiaalisten suhteiden vähydelle, joka itsessään voi heikentää myös mielen hyvinvointia³⁹. Pieni osa ihmisistä saavuttaa tällä hetkellä valtakunnalliset terveysliikuntasuositukset. Terveyttä edistävät elämäntavat tukevat ja mahdollistavat parhaimmillaan toinen toisiansa. Omiin elämäntapoihin, kuten uniterveyteen, säännölliseen arkirytmiin ja ravitsemukseen⁴⁰ panostaminen näkyvät myös positiivisesti liikkumisaktiivisuudessa.

Elämäntapaohjauksen kokonaiskoordinoinnin vastuu kuuluu hyvinvointialueelle. Elämäntapoihin liittyvien muutosten tukemisessa on keskeistä tunnistaa ne asiakkaat, jotka tarvitsevat tukea ja ohjausta elämäntapamuutosten tekemiseen. Elämäntapaohjaus on ammattilaisen tukemaa asiakaslähtöistä ja tavoitteellista toimintaa. Elämäntapaohjaus voi pitää sisällään kertaluonteisia tapaamisia tai olla pidempikestoisen elämäntapaohjauksellisen prosessin, johon liittyy olennaisesti myös seuranta ja vaikuttavuuden arviointia.

Elämäntapaohjaukseen voi kuulua useita erilaisia sisältökokonaisuuksia ja sitä voidaan toteuttaa yksilö ja ryhmämuotoisina toimintoina. Elämäntapaohjauksessa voidaan keskittyä esimerkiksi liikkumisen, ravitsemuksen, uniterveyden ja kulttuurihyvinvoinnin edistämiseen sekä päihteiden käytön ehkäisyyn ja vähentymiseen. Elämäntapaohjauksen prosessin tukena voidaan hyödyntää useiden eri ammattilaisten, kuten fysioterapeutin, ravitsemusterapeutin tai mielenterveys- ja päihdetyöhön erikoistuneen hoitajan osaamista. Elämäntapaohjauksen prosessissa on mahdollista hyödyntää erilaisia omahoito-ohjelmia, vertaistukea ja digitaalisia palveluja.

Elämäntapaohjauksen tavoitteena on lisätä ihmisten liikkumista ja terveellisempiä elämäntapoja ja parantaa näin ollen ihmisten toimintakykyä, elämänlaatua sekä pienentää sairauksien riskitekijöitä. Elämäntapaohjaus on parhaimmillaan ennaltaehkäisevää sekä ennakoivaa hyvinvoinnin ja terveyden edistämistä, mikä toteutuu laaja-alaisesti yhteisesti määritellyssä palveluketjussa. Tavoitteena on, että ihmiset liikkuvat riittävästi ja säännöllisesti oman hyvinvoinnin edistämiseksi ja terveyshyötyjen saamiseksi⁴¹.

³⁹ <https://www.duodecimlehti.fi/duo12430> Luettu 9.2.2024

⁴⁰ <https://www.hyvaks.fi/uutiset/maakunnallinen-ravitsemussuunnitelma-hyvinvointia-ravitsemuksella-valmistui-kayttoon> Luettu 23.2.2024

⁴¹ [Elintapaohjauksen tarkistuslista – työkalu elintapaohjauksen yhdyspintapalvelujen suunnitteluun ja valmisteluun \(valtioneuvosto.fi\)](https://www.valtioneuvosto.fi/tyokalut/tyokalun-elintapaohjauksen-yhdyspintapalvelujen-suunnitteluun-ja-valmisteluun) Luettu 12.2.2024



6.3.2. Liikunnallisen elämäntavan edistämisen tavoitteet hyvinvointialueella ja monilaisessa yhdyspintatyössä

1. Arkiliikkuminen lisääntyy ja paikallaanolo vähenee. Liikkuminen kuuluu osaksi arkisia valintoja ja elämäntapaa, jota eri ympäristöt ja yhteisöt tukevat.
2. Terveyttä edistävät elämäntavat edistävät liikkumista ja liikunnan vaikutuksia, kuten toimintakykyä, painonhallintaa ja elämänlaatua.
3. Palveluissa huomioidaan yhdenvertaisuus, tarpeenmukaisuus sekä saavutettavuus. Asukkaille viestitään palvelujen saatavuudesta ja saavutettavuudesta.
4. Yhdyspintatyössä monilaisen yhteistyön avulla määritellään yhteistyön tarve ja toimenpiteet liikunnallisen elämäntavan edistämiseksi.

Keskisuomalaisen liikunnallisen elämäntavan edistämisen on yksi hyvinvointialueen strategian painopisteistä, jonka tavoitteisiin tässä suunnitelmassa vastataan edistämällä laaja-alaisesti elämäntapaohjaukseen liittyvien palveluprosessien ja toimintamallien kehittämistä. Näiden avulla vastataan samalla myös lainsäädännön sekä elämäntapaohjauksen tarkastuslistan mukaisiin tavoitteisiin hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseksi hyvinvointialueella.

Taulukko 3 Liikunnallisen elämäntavan ja elämäntapaohjauksen edistämisen tavoitteet ja toimenpiteet

Teema	Tavoitteet	Toimenpiteet	Mittarit	Aikataulut, vastuut ja raportointi
Elämäntapaohjaukseen liittyvien palveluiden kehittäminen	1. Hyvinvointialueella on selkeät ja yhdenmukaiset elämäntapaohjauksen palvelukokonaisuudet.	1. Kehitetään elämäntapaohjauksen palveluja ja niihin liittyviä menetelmiä. 2. Toteutetaan eri ikäryhmille suunnattuja toimintoja, kuten etävalmennusryhmiä (esim. aivoterveyttä ikääntyville etävalmennusryhmä, Neuvokas perhe -menetelmä, Verkkopuntarivalmennus).	1. toteutunut / ei toteutunut 2. toteutunut / ei toteutunut	1. 2024–2025 2. 2024–2025 Vastuut: koordinaatiovastuu hyvinvointi ja kumppanuuDET, elämäntapaohjauksen koordinaatio. Raportointi: valtuustokausi, tarkentuu myöhemmin saatavien ohjeiden myötä.
Tunnistaminen, puheeksi otto ja palveluihin ohjaaminen	2. Sosiaali- ja terveyspalveluja käyttävät elämäntapaohjauksesta hyötyvät asiakkaat tunnistetaan ja he saavat tarpeenmukaisesti kohdennettuja palveluja elämäntapamuutosten tueksi.	3. Hoidossa ja ohjauksessa käytetään systemaattisesti erilaisia elämäntapoihin liittyvien riksitekijöiden tunnistamisen mittareita. 4. Asiakaita ohjataan elämäntapaohjaukseen tai kunnan liikuntaneuvontaan hoito- ja palveluketjutyöskentelyn mukaisesti.	3. toteutunut / ei toteutunut 4. toteutunut / ei toteutunut	3. 2024–2025 4. 2024–2025 Vastuut: koordinaatiovastuu hyvinvointi ja kumppanuuDET, elämäntapaohjauksen koordinaatio. Raportointi: valtuustokausi, tarkentuu myöhemmin saatavien ohjeiden myötä.
Hoito- ja palveluketjut	3. Hyvinvointialueen palveluissa toteutetaan elämäntapaohjauksen hoito- ja palveluketjuja systemaattisesti osana hoito- ja palveluprosesseja. Elämäntapaohjaus sisältyy vahvemmin osaksi hoito- ja palveluketjuja.	5. Laaditaan lasten, nuorten ja perheiden elämäntapaohjauksen hoito- ja palveluketju, lasten ylipainon ja lihavuuden hoito- ja palveluketju sekä aikuisten ylipainon ja lihavuuden hoito- ja palveluketju. 6. Päivitetään jo olemassa olevia elämäntapaohjauksen hoito- ja palveluketjuja.	5. toteutunut / ei toteutunut 6. toteutunut / ei toteutunut	5. 2024–2025 6. 2024–2025 Vastuut: koordinaatiovastuu hyvinvointi ja kumppanuuDET, elämäntapaohjauksen koordinaatio.



Teema	Tavoitteet	Toimenpiteet	Mittarit	Aikataulut, vastuut ja raportointi
				Raportointi: valtuustokausi, tarkentuu myöhemmin saatavien ohjeiden myötä.
Osaamisen vahvistaminen ja kehittäminen	4. Hyvinvointialueen ammattilaisten elämäntapaohjauksen osaaminen on laaja-alaista, tasalaatuisia ja asiakaslähtöistä.	7. Tunnistetaan ammattilaisten osaamisentarpeita ja vahvistetaan osaamista elämäntapaohjaukseen liittyvistä teemoista. 8. Järjestetään ammattilaisille suunnattuja koulustapahotumia. Kohdennetaan koulutuksia hyvinvointialueen ammattilaisille sekä laajemmin verkoston osaamisen vahvistamiseen.	7. toteutunut / ei toteutunut 8. toteutunut / ei toteutunut	7. 2024–2025 8. 2024–2025 Vastuut: koordinaatiovastuu hyvinvointi ja kumppanuuDET, elämäntapaohjauksen koordinaatio. Raportointi: valtuustokausi, tarkentuu myöhemmin saatavien ohjeiden myötä.
Elämäntapaohjauksen yhdyspintapalvelut	5. Hyvinvointialueella toteutetaan sosi-aali- ja terveysministeriön julkaisemaa elintapaohjauksen tarkistuslistaa.	9. Hyödynnetään elintapaohjauksen tarkistuslistan mukaisia toimenpiteitä palveluiden suunnittelussa (liikunta, ravitseminen, uniterveys, päihteet ja riippuvuudet ja kulttuurihyvinvointi).	9. toteutunut / ei toteutunut	9. 2024–2025 Vastuut: koordinaatiovastuu hyvinvointi ja kumppanuuDET, elämäntapaohjauksen koordinaatio. Raportointi: valtuustokausi, tarkentuu myöhemmin saatavien ohjeiden myötä.
Ravitsemusterveyden edistäminen	6. Hyvinvointialueella toteutetaan alueellisen ravitsemussuunnitelman mukaisia toimenpiteitä.	10. Hyödynnetään alueen ravitsemussuunnitelman mukaisia toimenpiteitä palveluiden suunnittelussa. 11. Tuetaan alueita ravitsemussuunnitelman käyttöönottamisessa ja eri ikäryhmille suunniteltujen toimenpiteiden toteuttamisessa.	10. toteutunut / ei toteutunut 11. toteutunut / ei toteutunut	10. 2024–2025 11. 2024–2025 Vastuut: koordinaatiovastuu hyvinvointi ja kumppanuuDET, elämäntapaohjauksen koordinaatio. Raportointi: valtuustokausi, tarkentuu myöhemmin saatavien ohjeiden myötä.



Teema	Tavoitteet	Toimenpiteet	Mittarit	Aikataulut, vastuut ja raportointi
Yhdyspintatyössä toteutuvien palveluiden kehittäminen	7. Asiakkaat saavat tarvitsemansa palvelut elämäntapojen ja liikkumisen tueksi kuntien, järjestöjen sekä hyvinvointialueen ja muiden kumppaneiden yhteistyönä.	12. Tunnistetaan alueellisia erityispiirteitä, tarpeita ja mahdollisuuksia elämäntapaprosessien ja palvelujen kehittämiseksi. 13. Vahvistetaan elämäntapaprosessin mukaisia toimenpiteitä yhdyspinnalla ja tehdään yhteistyötä alueen toimijoiden kanssa. 14. Sovitaan alueilla vastinpareista ja yhteistyökäytännöistä. 15. Tehdään yhteistyössä uusia avauksia palveluiden vahvistamiseksi.	12. toteutunut / ei toteutunut 13. toteutunut / ei toteutunut 14. toteutunut / ei toteutunut 15. toteutunut / ei toteutunut	12. 2024–2025 13. 2024–2025 14. 2024–2025 15. 2024–2025 Vastuut: koordinaatiovastuu hyvinvointi ja kumppanudet, elämäntapaohjauksen koordinaatio. Raportointi: valtuustokausi, tarkentuu myöhemmin saatavien ohjeiden myötä.
Seurannan, arvioinnin ja tilastoinnin kehittäminen.	8. Elämäntapaohjaus on laadukasta, vaikuttavaa ja yhdenmukaista hyvinvointialueen sisällä.	16. Tuotetaan yhteistä tietoa seurannan ja arvioinnin kautta toiminnan kehittämiseksi ja vaikuttavuuden osoittamiseksi. 17. Rakennetaan yhtenäiset toimintamallit ja rakenteet tiedon keräämiseen ja hyödyntämiseen elämäntapaohjauksen ja liikuntaneuvonnan palveluissa. 18. Luodaan yhtenäinen mittaristo elämäntapaohjauksen ja liikuntaneuvonnan palveluprosesseihin.	16. toteutunut / ei toteutunut 17. toteutunut / ei toteutunut 18. toteutunut / ei toteutunut	16. 2024–2025 17. 2024–2025 18. 2024–2025 Vastuut: koordinaatiovastuu hyvinvointi ja kumppanudet, elämäntapaohjauksen koordinaatio. Raportointi: valtuustokausi, tarkentuu myöhemmin saatavien ohjeiden myötä.
Näkyvyys, viestintä ja tiedottaminen	9. Hyvinvointialueella elämäntapaohjaus on osa ehkäisevän työn hoito- ja palvelukokonaisuutta, jota tehdään näkyväksi.	19. Edistetään liikunnalliseen elämäntapaan liittyvien teemojen näkyvyyttä hyvinvointialueella	19. toteutunut / ei toteutunut	19. 2024–2025 20. 2024–2025



Teema	Tavoitteet	Toimenpiteet	Mittarit	Aikataulut, vastuut ja raportointi
		<p>yhdessä alueen yhteistyökumppaneiden kanssa.</p> <p>20. Lisätään viestintää ja kampanjointia eri teemoista, kuten monipuolisesta ja terveyttä edistävästä ravitsemuksesta, uniterveydestä ja liikumiseen liittyvistä harrastusmahdollisuuksista.</p> <p>21. Kohdennetaan viestintää eri ikäryhmille ja hyödynnetään moninaisesti eri viestintäkanavia.</p>	<p>20. toteutunut / ei toteutunut</p> <p>21. toteutunut / ei toteutunut</p>	<p>21. 2024–2025</p> <p>Vastuut: koordinaatiovastuu hyvinvointi ja kumppanuuDET, elämäntapaohjauksen koordinaatio.</p> <p>Raportointi: valtuustokausi, tarkentuu myöhemmin saatavien ohjeiden myötä.</p>

7 Linjaukset, tavoitteet ja toimenpiteet hyvinvointialueen rakenteissa sekä yhdyspinnalla

Alueellinen hyvinvointisuunnitelma on osa Keski-Suomen strategian toimeenpanoa tukevaa ohjelmaa. Alueellisessa suunnitelmassa esitettyjen linjausten tavoitteena on luoda perustaa yhteistyölle ja vahvistaa koko Keski-Suomen toimintakentän mukaan ottoa asukkaiden hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistämiseksi ja kansansairauksien ehkäisemiseksi. Taustalla on Keski-Suomen tilannekuvaa tuottava tietopohja, eli Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen ohjeistama vähimmäistietosisältö, mikä on kuvattu sähköisessä hyvinvointikertomuksessa. Lisäksi tätä suunnitelmaa täydentävät alueen kuusi alaohjelmaa konkreettisemmilla toimenpiteillä ja tavoitteilla.

Hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden (hytetu) edistäminen vaatii selkeää toimintasuunnitelmaa niin hyvinvointialueelta, kunnilta sekä järjestöjen ja seurakuntien yhteistyöstä. Erityisesti lakisäateisen hytetu-rakenteen mukaisten toimintojen mahdollistaminen toteutuu seuraavien tavoitteiden kautta:

1. Hyvinvointialueella toteutetaan hytetu-työtä systemaattisesti ja yhteisövaikuttavuuden periaatteiden mukaisesti – tavoitteena on, että jokainen hyvinvointialueen sosiaali- ja terveyspalvelujen tuottaja tuntee oman vastuun ja toimenpiteet hytetu-työssä sekä tietää, miten hytetu-työtä johdetaan, toteutetaan, seurataan ja arvioidaan. Lisäksi tavoitteena on, että hyvinvointialueella tuotetaan ja analysoidaan systemaattisesti tilannekuvaa valtakunnallisesta sekä paikallisesta tietopohjasta asukkaiden hyvinvointiin ja terveyteen liittyen sekä kuvaa niihin liittyviä ilmiöitä, joihin toimenpiteet ja tavoitteet perustuvat.
2. Hyvinvointialue toteuttaa hyvinvoinnin ja terveyden edistämistyötä palveluissa sekä eri yhdyspinnoilla, kuten kuntien, järjestöjen ja seurakuntien kanssa tehtävässä yhteistyössä – tavoitteena on, että kaikissa hyvinvointialueen vastuualueilla osallistuvat hytetu-työn suunnitteluun, toteuttamiseen ja arviointiin omassa toimintaympäristössä, sekä tunnisteetaan hytetu-työn toimintatavat, tavoitteet ja toimenpiteet sekä omaa organisaatiota lähellä olevat toimijat ja yhteistyökumppanit.
3. Hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistämisen työn vastuunjako on selkeä hyvinvointialueen ja kuntien sekä järjestöjen, yhdistysten, seurakuntien, yritysten sekä muiden toimijoiden välisillä yhdyspinnoilla. Tavoitteena on, että ehkäistään päällekkäisen työn tekeminen ja saadaan synergiaetua yhteisten tavoitteiden ja toimintojen kautta. Mahdollistetaan alueen yhteinen tilannekuvan ja tavoitteiden tarkastelu verkostojen ja yhteistyöryhmien avulla.
4. Hyvinvointialueella on määritelty hyvinvointityöhön selkeät tavoitteet ja toimenpiteet, jotka perustuvat analysoituun tietoon sekä perustuvat näyttöön. Tavoitteena on, että hyvinvointialueella tunnistetaan ne palvelut, joissa voidaan vaikuttaa kansansairauksien sekä niiden aiheuttamien lisäsairauksien ehkäisyyn.

5. Hyvinvointialueella on selkeät seurannan ja arvioinnin menetelmät, jotta toimintaa voidaan arvioida myös yhdessä eri toimijoiden näkökulmasta ja raportoida toimenpiteitä vaativat asiakokonaisuudet.

Seuraavassa taulukossa on määritelty konkreettisemmat tavoitteet ja toimenpiteet rakenteellisen hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistämisen työn edistämiseksi Keski-Suomen hyvinvointialueella (taulukko 4).



Taulukko 4 Keski-Suomen hyvinvointialueen hytetu-rakenteen edistämisen tavoitteet ja toimenpiteet

Teema	Tavoitteet	Toimenpiteet	Mittarit	Aikataulu, vastuut ja raportointi
Koordinaatio ja rakenne	Hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistämässä on toimivat yhteistyörakenteet, toimintamallit ja mittarit.	<ol style="list-style-type: none">Hyvinvointialueella on toimiva Hytetu-johdamisen rakenne hyvinvointialueen sisäisen, että alueellisen yhteistyörakenteen näkökulmasta.Hyvinvointialueen roolia täsmennetään hytetu:n osalta palvelutuotannossa ja yhdyspinnalla.Hyvinvointialueella on yhteiseen tietopohjaan perustuva kokonaiskuva alueen asukkaiden hy-te-tu tilasta.Vastuutahot seuraavat valtakunnallisesti päivittyviä indikaattoreita (THL vähimmäistietosisältö) ja määrittelevät niihin perustuvat tavoitteet.Hytetu-toiminta on vaikuttavaa ja mitattavaa.	<ol style="list-style-type: none">Hyvinvointialueella on määritelty hytetu-vastuutahot ja verkostot Kyllä /eiHva ja kuntien yhdyspinnat hyteosalta on tunnistettu ja kuvattu. Kyllä / eiKertomus ja suunnitelma on laadittu valtuustokauden aikana. Kyllä / eiVuosittaiset raportit laadittu aluevaltuustolle. Kyllä / eiHyvinvointialue tekee yhteistyötä kuntien kanssa määrittelemällä hytetu- tavoitteet. Kyllä/eiHyte-mittarointia ja vaikuttavuuden arviointia on kehitetty Kyllä / ei	<ol style="list-style-type: none">2024-20252024-20252024–2025 vuoden taitteessa laaja hyvinvointikertomus.2025 aloittavan valtuuston kanssa hyvinvointisuunnitelman laadinta. Lakisääteiset hyte-neuvottelut syksyllä 2024.2024-2025 <p>Koordinaatio: Hyvinvointi ja kumppanuudet. Vastuutahot määrittävät rakenteiden myötä.</p> <p>Seuranta kvartaaleittain. Raportointi valtuustokausittain.</p>
Osaamisen vahvistaminen	Palvelualueet toteuttavat yhdenmukaista hytetu-työtä vastuualueillaan.	<ol style="list-style-type: none">Hytetu-työtä määritellään hyvinvointialueelle vastuualueiden kanssa hyödyntäen THL Hyte-määritelmiä ja koulutusaineistoja.Hyvinvointialueella on kuvattu hytetu-työn prosessit.	<ol style="list-style-type: none">Hyvinvointialueella on kuvattu selkeä prosessi hytetu-työlle vastuualueittain. Kyllä / eiHyvinvointialueella on yhteisesti määritelty painopisteisiin perustuva hytetu-työn rakenne ja prosessit. Kyllä / ei	<ol style="list-style-type: none">Kartoitetaan THL materiaalit ja tilannekuva 2024. Määritellään tarve ja toteutus 2025.Kartoitetaan hyvinvointialueen hytetu-työtä 2024 <p>Koordinointi: Hyvinvointi ja kumppanuudet palvelualue. Hyvinvointialueen vastuualueet. Osaamisen ja koulutuksen kehittämissyksikkö.</p> <p>Seuranta kvartaaleittain. Raportointi valtuustokausittain.</p>
Viestintä ja verkostot	Keski-Suomessa on yhteinen käsitys ja ymmärrys alueen tilannekuvasta,	<ol style="list-style-type: none">Hy-Te-Tu-ohjelmien toimeenpanoa edistetään eri verkostoissa ja viestitään monipuolisesti toiminnan edistymisestä.	<ol style="list-style-type: none">Alueella toimii synkronisesti hytetu-työn edistämiseksi tarpeenmukaisia verkostoja edistäen alueellisen ohjelman toimeenpanoa	<ol style="list-style-type: none">Verkostojen synkronointia ja arviointia tehdään 2024 vuoden aikana.2024-2025



	yhteisistä tavoitteista sekä toimintatavoista.	9. Hytetu-työtä toteutetaan vaikuttavasti ja laadukkaasti tunnistetuilla yhdyspinnoilla.	yhteistyökumppaneiden kanssa. Kyllä / ei 9. Yhteisövaikuttavuuden periaatteita noudatetaan keskeisten kumppaneiden hva ja kuntien välillä. Kyllä / ei.	Koordinaatiovastuu: hyvinvointi ja kumppanudet palvelualue. Verkostojen puheenjohtajat, hyvinvointialueen vastuutahot sekä yhteistyökumppanit. Seuranta kvartaaleittain. Raportointi valtuustokausittain.
--	--	--	--	--

8 Suunnitelman seuranta ja arviointi

Keski-Suomen hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistämisen ohjelma on voimassa valtuustokauden 2024–2025. Ohjelman toimenpiteiden toteutumista arvioidaan kvartaaleittain sekä laajemmin valtuustokauden päättyessä 2025. Ohjelman arviointiin laaditaan yhteinen arviointimalli, jolla kaikkia ohjelmakokonaisuuteen liittyviä suunnitelmia seurataan ja arvioidaan. Arvioinnissa hyödynnetään myös muita työkaluja kuten ehkäisevän päihdetyön kypsyyssanalyysiä sekä terveyttä edistävien sairaaloiden ja organisaatioiden standardeja.

Arvioinnissa tehdään yhteistyötä myös Jyväskylän yliopiston terveystieteiden opiskelijoiden kanssa, heillä arviointikohteena mm. mielen hyvinvoinnin edistäminen.

Laaja hyvinvointikertomus laaditaan valtuustokauden päättyessä 2025 ja se toimii pohjana seuraavalle laajalle hyvinvointisuunnitelmalle. Tämä ohjelmakausi on lyhyempi, mikä näkyy toimenpiteiden kohdentamisessa edelleen rakenteiden yhdenmukaistamiseen ja vahvistamiseen.

Lähteet

Aalto-Setälä, Huikko, Appelqvist-Schmidlechner, Haravuori, Marttunen. 2020. Kouluikäisten mielenterveysongelmien tuki ja hoito perustason palveluissa. Opas tutkimiseen, hoitoon ja vaikuttavien menetelmien käyttöön. Ohjaus 6. Helsinki: Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL).

Aluehallintovirasto www.avi.fi

<https://avi.fi/asioi/henkiloasiakas/valvonta-ja-kantelut/sosiaali-ja-terveyspalvelut/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistaminen>

[Asetus lasten oikeuksien käyttöä koskevan eurooppalaisen yleissopimuksen voimaansaattamisesta sekä yleissopimuksen lainsäädännön alaan kuuluvien määräysten voimaansaattamisesta annetun lain voimaantulosta](#)

Helajärvi H, Lindholm H, Vasankari T, Heinonen O.J. Vähäisen liikkumisen haitat. Duodecim 2015.

<https://www.duodecimlehti.fi/duo12430>

Kania J. & Kramer J. Collective Impact. [Collective Impact \(ssir.org\)](http://ssir.org)

Keski-Suomen hyvinvointialue. Hyvinvointialuestrategia. [PowerPoint-esitys \(hyvaks.fi\)](#)

Keski-Suomen hyvinvointialue. Maakunnallinen ravitsemussuositus. [Maakunnallinen ravitsemussuunnitelma "Hyvinvointia ravitsemuksella" valmistui käyttöön | Keski-Suomen hyvinvointialue \(hyvaks.fi\)](#)

Kokko, K. 2023. [Mitä on kokonaisvaltainen mielen hyvinvointi?](#)

Koskinen-Ollonqvist P. & Savola E. 2005. Terveyden edistäminen esimerkein. Käsitteitä ja selityksiä. Terveyden edistämisen keskus.

[Kouluterveyskyselyn tulokset \(THL\)](#)

[Laki sosiaali- ja terveydenhuollon järjestämisestä.](#)

[Laki naiseen kohdistuvan väkivallan ja perheväkivallan ehkäisemisestä ja torjumisesta tehdyn Euroopan neuvoston yleissopimuksen lainsäädännön alaan kuuluvien määräysten voimaansaattamisesta](#)

[Laki lasten suojelemisesta seksuaalista riistoa ja seksuaalista hyväksikäyttöä vastaan tehdyn Euroopan neuvoston yleissopimuksen lainsäädännön alaan kuuluvien määräysten voimaansaattamisesta](#)

[Liikuntalaki. 390/2015. FINLEX](#)

Mäki-Opas t, Martikainen J. [Hyvinvointipolitiikan vaikuttavuutta voidaan tutkia ja hyödyntää päätöksenteon tukena. Duodecim 17662.](#)

Opetus- ja kulttuuriministeriö. Liikunnallinen elämäntapa. <https://okm.fi/liikunnan-edistaminen>.

Patja, K. Absetz P. ja Rautavaara P. (toim). Terveyden edistäminen 2022. Duodecim.

Sosiaali- ja terveysministeriö. [Liikunta lisää terveyttä ja hyvinvointia](#). <https://stm.fi/liikunta>.

Sosiaali- ja terveysministeriö. [Suomen kansallinen hyvinvointialueen toimintaohjelma 2023-2025](#)

Sosiaali- ja terveysministeriö. [Hyvinvointialueen tehtävät.](#)

Sosiaali- ja terveysministeriö. Elintapaohjauksen tarkistuslista. [Elintapaohjauksen tarkistuslista – työkalu elintapaohjauksen yhdyspintapalvelujen suunnitteluun ja valmisteluun \(valtioneuvosto.fi\)](#)

Sosiaali- ja terveysministeriö. [Esteettömyysdirektiivi](#) <https://stm.fi/esteettomyysdirektiivi>.

[Sotkanet](#)

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. [Liikunta.](#)

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos: [Positiivinen mielenterveys eli mielen hyvinvointi](#)

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. [Ohjeet kunnille ja hyvinvointialueille lähisuhdeväkivallan ehkäisyn koordinaattorakenteiden ja lähisuhdeväkivallan vastaisen toiminnan järjestämiseksi](#)

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. [Yhdyspinnat hyvinvoinnin ja terveyden edistämässä.](#)

Terveyden ja hyvinvoinnin laitos. [Hyvinvointijohtamisella hyvinvointitaloutta](#)

[TUOVI sisäisen turvallisuuden portaali](#)

UKK-instituutti. Liikkumisen vaikutukset. <https://ukkinstituutti.fi/liikkuminen/liikkumisen-vaikutukset/>

Valtioneuvosto. Hallitusohjelma. <https://valtioneuvosto.fi/hallitukset/hallitusohjelma#/>

Valtioneuvosto: Hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistäminen 2023: Valtioneuvoston periaatepäätös <https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/handle/10024/162913>

Valtioneuvosto (2021). [Valtioneuvoston selonteko sisäisestä turvallisuudesta](#)