



# Tuusulan hyvinvointikertomus 2021

# Sisällys

Johdanto .....	2
1 Katsaus koronaepidemiaan vuonna 2021 .....	3
2 Koronaepidemian vaikutukset eri ikäisten tuusulalaisten hyvinvointiin.....	4
2.1 Työllisyys ja toimeentulo .....	4
2.2 Kokemukset terveydestä ja hyvinvoinnista, mielen hyvinvointi.....	7
2.3 Kokemukset terveydestä ja hyvinvoinnista: turvallisuus.....	11
2.4 Kokemukset terveydestä ja hyvinvoinnista: elintavat .....	13
3 Koronaepidemian vaikutukset palveluihin.....	16
4 Koronaepidemia ja ympäristö .....	19
5 Järjestöt asukkaiden hyvinvoinnin edistäjinä .....	20
6 Yhteenveto.....	21
Lähteet .....	23

## Johdanto

Hyvinvointikertomus on tiivis kuvaus hyvinvoinnista ja terveydestä sekä niiden edistämisestä kunnassa. Kunnassa valmistellaan laaja hyvinvointikertomus kerran valtuustokaudessa ja sen tavoitteita ja toimenpiteitä päivitetään vuosittain osana kuntasuunnittelua. Kunnassa laaditaan sekä hyvinvointikertomus, jossa kuvataan hyvinvoinnin nykytilanne, että hyvinvointisuunnitelma, jossa kuvataan tavoitteet ja toimenpiteet hyvinvoinnin parantamiseksi.

Tuusulalaisten hyvinvoinnin tilaa vuoden 2021 hyvinvointikertomuksessa tarkastellaan kahdesta näkökulmasta: koronaepidemian vaikutusten näkökulmasta sekä lasten, nuorten ja perheiden hyvinvoinnin näkökulmasta. Lasten, nuorten ja perheiden näkökulma nojautuu pääasiassa kouluterveyskyselystä saatuihin indikaattoritietoihin. Laajemmin tuusulalaisten hyvinvoinnin kehittymistä on tarkasteltu laajassa hyvinvointikertomuksessa valtuustokaudesta 2017-2021.

Vuosi 2021 oli toinen koronavuosi. Pitkittynyt ja vaihteleva epidemiatilanne ja siihen liittyvät rajoitustoimet koettelivat väestöä ja palvelujärjestelmää. Yli kaksi vuotta koronaepidemian alkamisen jälkeen voi arvioida, että osa koronaepidemian vaikutuksista näyttää jääneen väliaikaisiksi tai lieviksi. Osa vaikutuksista on kuitenkin kestänyt koko epidemian ajan, vaihdellut epidemiatilanteen mukaan tai jopa vaikeutunut. On myös vaikutuksia, jotka tulevat näkymään vasta pidemmällä aikavälillä ja niiden suuruutta ja suuntaa voi vain arvioida.

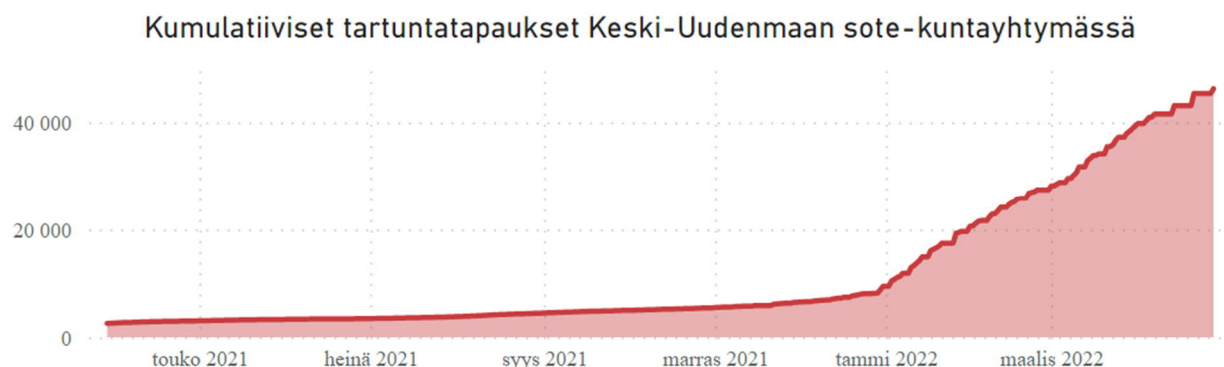
Vuonna 2022 ja vuoden 2023 toimintaa suunniteltaessa varaudumme erityisesti kunnan laatiman korona-exit suunnitelman toteuttamiseen sekä toipumista tukeviin toimenpiteisiin. Tilannetta arvioidaan jatkuvasti eri palveluiden näkökulmasta ja ylläpidetään tilannekuvaa.

Keski-Uudenmaan hyvinvointialueen valmistelut aloitettiin v. 2021 aikana. Valmistelu on vaikuttanut hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen työhön niin alueellisesti kuin paikallisestikin. Hyvinvointialueen valmistelujen myötä mm. yhdyspintatyön uudelleen organisoituminen ja kehittäminen on alkanut. Tulevilla hyvinvointialueellakin hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen on jatkuvaa toimintaa, jossa tunnistettuihin haasteisiin suunnitellaan toimenpiteitä asukkaiden hyvinvoinnin edistämiseksi yhteistyössä eri toimijoiden kanssa.

# 1 Katsaus koronaepidemiaan vuonna 2021

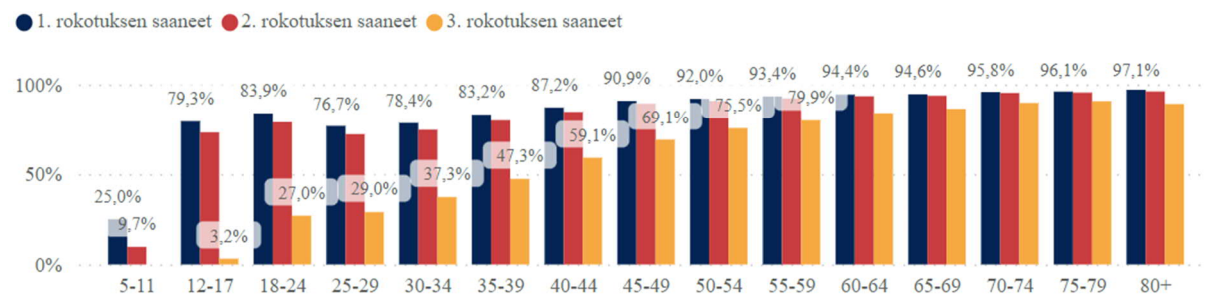
Hyvinvoinnin tilan kehittymiseen on vaikuttanut vuoden 2020 alussa alkanut koronaepidemia. Epidemian vaikutukset ovat nähtävissä useiden eri valtakunnallisten kyselytutkimusten tuloksissa, esim. Kouluterveyskysely 2021 ja FinSote 2020. Epidemian vaikutukset näkyvät selkeästi myös esimerkiksi työllisyysluvuissa. Koronan pitkäkestoisia vaikutuksia on vaikea arvioida, mutta odotettavissa on, että vaikutukset näkyvät kuntalaisten hyvinvoinnissa tulevinakin vuosina.

## Koronatartuntojen kehitys



## Koronavirusrokotetilanne

### Koronavirusrokotteen saaneiden asukkaiden %-osuus ikäryhmittäin Keski-Uudenmaan soten alueella



## 2 Koronaepidemian vaikutukset eri ikäisten tuusulalaisten hyvinvointiin

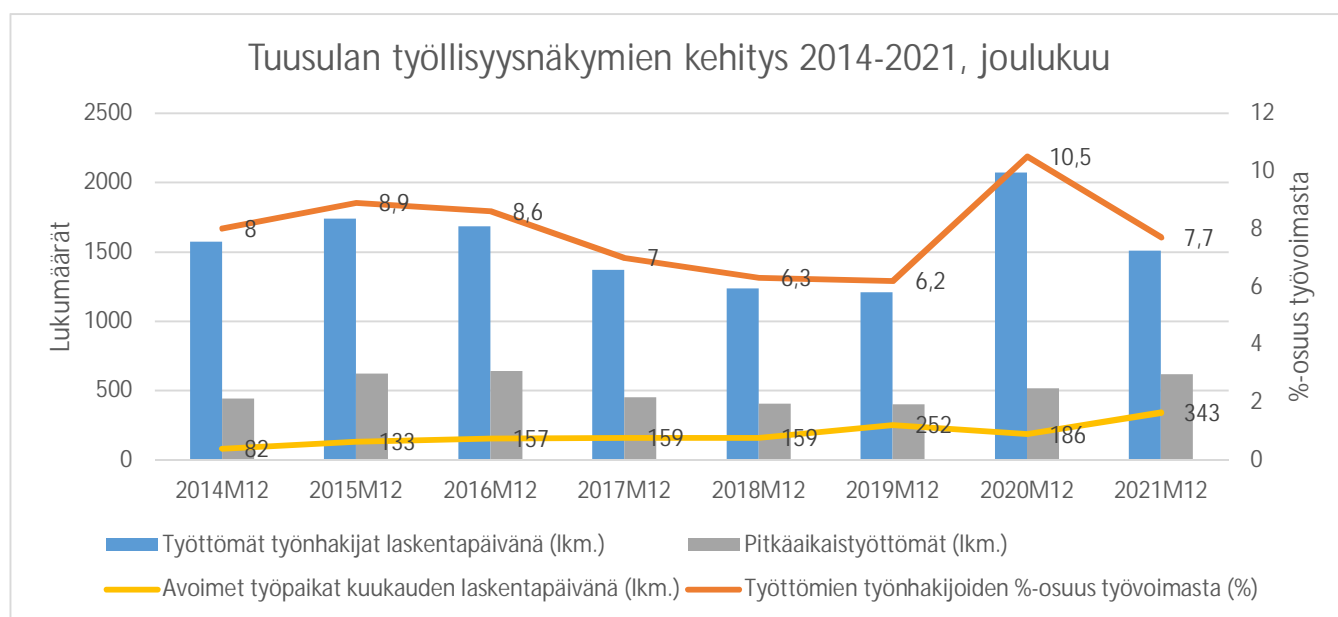
Koronaepidemian ja siihen liittyvien rajoitustoimien vaikutukset näkyvät väestön mielialassa, aikuisväestössä esimerkiksi toiveikkuuden vähenemisenä tulevaisuuden suhteen sekä lisääntyneenä stressinä. Psykkinen kuormittuneisuus lisääntyi loppuvuodesta, kun epidemian ensimmäisessä aallossa näin ei pääsääntöisesti tapahtunut.

### 2.1 Työllisyys ja toimeentulo

Lomautukset ja työttömyys ovat lisänneet taloudellisia ongelmia ja aiheuttaneet huolta sekä oman että läheisten toimeentulon riittävyydestä koronaepidemian alkuvaiheesta saakka. Noin vajaa neljännes suomalaisista kokee taloudellisen tilanteensa heikentyneen koronaepidemian seurauksena. Taloushuolien kokemuksessa on kuitenkin väestöryhmittäistä vaihtelua. Verrattuna vuoteen 2020, työttömien työnhakijoiden määrän lasku vuonna 2021 on ollut kokonaisuudessaan voimakasta: joulukuun lopussa työttömiä työnhakijoita on 1505 henkilöä, mikä on 27,1% vähemmän kuin samaan aikaan vuonna 2020 (2069 henkilöä). Valitettavasti tämä työllisyystilanteen paraneminen ei näy pitkäaikaistyöttömien määrässä, vaan se jatkaa tasaisesti kasvuaan. Tuusulassa työttömien osuus on laskenut Suomessa viime vuosina aina vuoteen 2019 saakka. Lasku kääntyi nousuksi vuoden 2019 loppupuolella ja kiihtyi huippulukemiin vuonna 2020 koronaviruspandemian vuoksi.

Vaikka niin voimakasta talouden heikentymistä ei tämän hetken arvion mukaan tapahtunutkaan kuin alun perin pelättiin, ovat ihmisten ja perheiden talousongelmat jakaneet väestöä hyvin eri tavoin. On viitteitä siitä, että koronaepidemia on heikentänyt eniten taloudellista tilannetta heillä, joilla oli taloudellisia ongelmia jo ennen koronaepidemiaa.

Kunnan maksuvastuulla olevien, työmarkkinatukea 300 päivää tai enemmän saaneiden määrä on kasvanut vuodesta 2020 lähtien. Tukea saaneiden määrä oli vuonna 2021 keskiarvoltaan 436 henkilöä, mikä on 25 % enemmän vuoden 2020 tilanteeseen verrattuna (KA 350 hlöä).



## Nuorisotyöttömyys

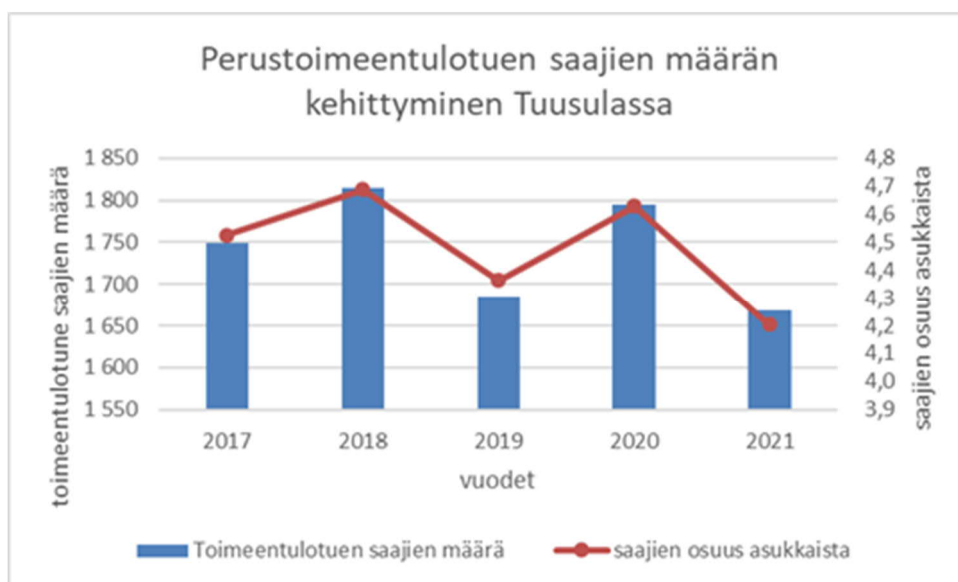
Nuorisotyöttömyys on ollut selvässä laskussa viime vuosina, ennen vuonna 2020 iskenyttä koronaepidemiaa. Nuorisotyöttömyys on Tuusulassa ollut valtakunnan tasoa matalampaa, mutta kehitys seuraa hyvin valtakunnallista kehitystä, näin myös koronavaikutusten osalta. Tuusulan kunnassa Ohjaamopalvelut on tehostanut tarkastelujakson aikana yhteistyötä oppilaitosten ja te-toimiston kanssa. Tavoitteena on ollut tukea oppilaitoksista lähtevien nuorten nopeampaa siirtymistä työmarkkinoille.

Nuorisotyöttömyyden lasku Tuusulassa seuraa hyvin alueellista kehitystä. Alle 25-vuotiaiden työttömyys on vähentynyt vuoden aikana joulukuusta 2020 jolloin työttömiä oli 227, vuoden 2021 joulukuuhun, jolloin työttömiä oli 151. Työttömien määrän lasku on ollut tässä ikäluokassa 33,5%. 25-29 -vuotiaiden työttömyydessä laskua on myös tapahtunut, sen ollen vuoden 2020 joulukuusta vuoden 2021 joulukuuhun 34,7%. Myös ilman peruskoulun jälkeistä olevaa tutkintoa työttömänä olleiden määrä on ollut laskeva vuoden 2021 aikana. Laskua on ollut 16,9%, henkilömäärinä vuoden 2020 joulukuussa 77 ja vuoden 2021 joulukuussa 64. Tulevana vuotena tulee edelleen panostaa tähän ryhmään, sillä työllistyminen on todella vaikeaa ilman mitään peruskoulun jälkeistä tutkintoa, ja tällöin heidän työttömyytensä helposti pitkittyy.

Nuorten työllisyyden hoitoa haastaa erityisesti nuorten suosimille palveluammateille tapahtunut työn muutos. Työt ovat usein pätkä- ja osa-aikaisiatöitä, jolloin erilaisten tukien ja palkan yhteensovittaminen on haastavaa. Osa-aikaisilla töillä on myös hyvin vaikea tulla toimeen ilman tukiin tukeutumista, jolloin arjen suunnittelu ja perustoimeentulon saaminen on kuormittavaa. Varsinaisia kannustinloukkoja ei nuorten osalta juuri näy, vaan suurin ongelma on juuri erilaisten työsuhteiden yhteensovittaminen taloudellisen varmuuden saavuttamiseksi.

## Toimeentulo

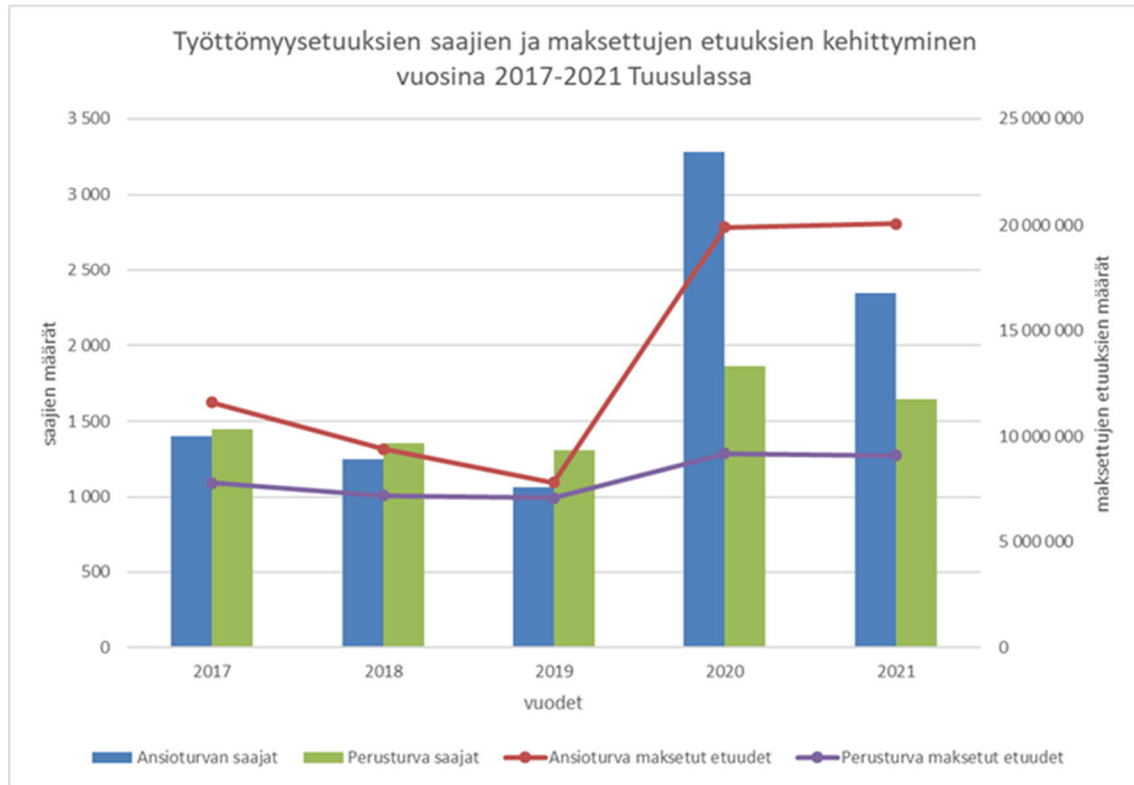
Finsote-tutkimuksen tulosten mukaan joka viides 20–74-vuotiaista koki, että koronaepidemia on heikentänyt taloudellista tilannetta vähintään jonkin verran. Keski-Uusimaalla (22,6%) koronan vaikutukset taloudelliseen tilanteeseen ovat hieman suuremmat kuin koko maassa (21,4%).



Työikäisen väestön kohdalla suurimpia äkillisiä muutoksia koronaepidemian aikana ovat olleet liiketoimintaan kohdistetut rajoitustoimet sekä niistä johtuva työttömyyden ja lomautusten kasvu, joka on lisännyt Tuusulassa työttömyysetuuksien saajien määrää sekä ansioturvaa saaneiden sekä

perusturvaa saaneiden osalta. Samassa suhteessa ovat nousseet myös maksettujen etuuksien määrät, joiden osalta 2021 oltiin vielä kaukana ennen koronaepidemiaa vallinneesta tilanteesta.

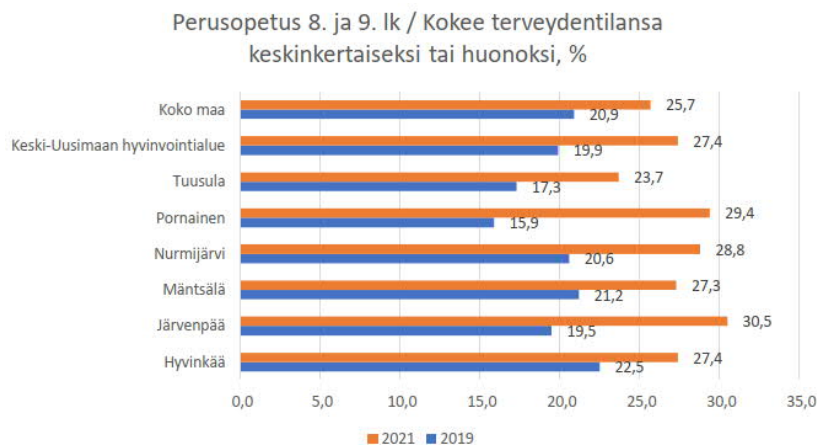
Viimesijaisena etuutena maksettavaa perustoimeentulotukea on vuonna 2021 saanut Tuusulassa 1669 henkilöä, määrä on lievässä laskusuunnassa. Tämän etuuden saajien määrät eivät ole kovin merkittävästi muuttuneet koronaepidemiavuosien aikana: vuoden 2019 aikana etuutta sai 1685 henkilöä, eli 4,4% kunnassa asuvista henkilöistä ja 2020 puolestaan 1795 henkilöä (4,6% kunnan asukkaista).



## 2.2 Kokemukset terveydestä ja hyvinvoinnista, mielen hyvinvointi

### Lapset, nuoret ja lapsiperheet

Koronaepidemiolla on ollut vaikutuksia lasten, nuorten ja lapsiperheiden hyvinvointiin sekä heidän palvelujensa toteutumiseen. Tuen tarpeet ovat kasvaneet. Perheiden elintavat ovat heikentyneet ja stressi, yksinäisyys, mielenterveysongelmat sekä vanhemmuuden ja parisuhteen ongelmat lisääntyneet. Tuusulalaisista lapsista ja nuorista noin neljännes kokee terveydentilansa keskinkertaiseksi tai huonoksi.



Etäopiskelun aikana osalle opiskelijoista kynnys avun pyytämiseen on noussut. Mielenterveyspulmien lisääntyminen näkyi erityisesti keväällä 2021 sekä neuvolan että koulu- ja opiskeluterveydenhuollon työssä.

Pikkulapsiperheet ovat koronaepidemian aikana viettäneet enemmän aikaa perheen kesken, kun yhteydenpito isovanhempiin ja ystäviin on rajoitusten myötä vähentynyt. Monessa vauvaperheessä perheen yhteinen aika on epidemian aikana lisääntynyt ja suurin osa vanhemmista kokee arjen sujuneen vauvan syntymän jälkeen hyvin. Koronaepidemia on aiheuttanut kuitenkin huolta synnytyksen sujumisesta ja lisännyt yksinäisyyden tunnetta noin puolella synnyttäneistä vanhemmista.

Perhetuvat ovat varhaiskasvatuksen alueellisia kohtaamispaikkoja Riihikalliossa (Pikku-Pellava), Hyrylässä (Myötätuuli), Jokelassa (Notkokuisto) ja Kellokoskella (Ikioma). Toimintaa niissä järjestävät kunta, järjestöt ja muut toimijat. Vuonna 2021 perhekerhoissa kävijät olivat 0-5 vuotiaita huoltajiensa kanssa. Käyntikertoja oli keskimäärin 200 käyntiä/kk. Koronapandemian vuoksi perhetuvat olivat suljettuina tammi-toukokuussa 2021.

Tyypillisiä keskusteluaiheita vuoden 2021 aikana perhetuvissa olivat varhaiskasvatuksen aloitus, vauvaperheiden palvelut, lapsi- ja vauvaperheiden hyvinvointi, lapsen kasvuun ja kehitykseen liittyvät asiat, vanhempien uupumus, parisuhdeajan puute, keskustelut unesta, uhmasta ja jaksamisesta.

Perhetupien työntekijöiden tekemiä arjen havaintoja perheiden tilanteesta:

*“Korona-aikana avoimen toiminnan järjestäminen oli haasteellista, koska ohjeet ja rajoitukset vaihtuivat tiheään. Tämä vaikutti asiakkaitten liikkumiseen/tulemiseen kun välillä oltiin suljettuna, välillä piti ilmoittautua ennakoon ja välillä kävijämäärää oli rajoitettu.”*

*“Toivon ylläpitäminen koronan loppumisesta alkoi olla koko ajan vaikeampaa ja asiakkaita rasitti jatkuva koronalukujen tarkkailu ja niiden vaikutus rajoituksiin.”*

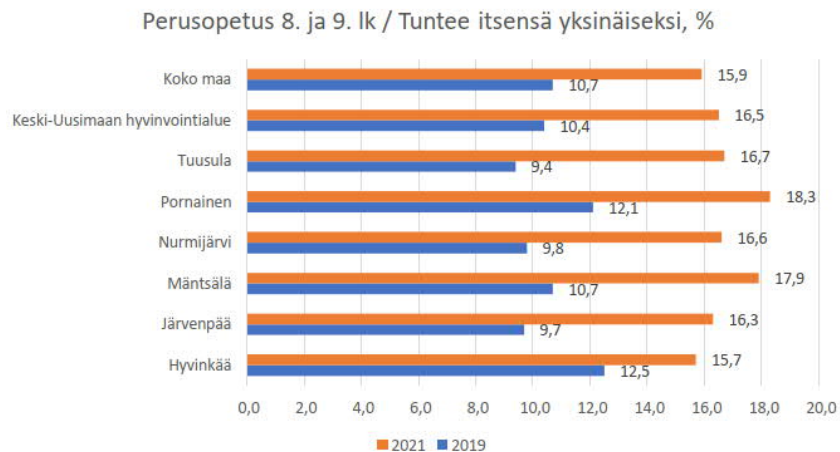
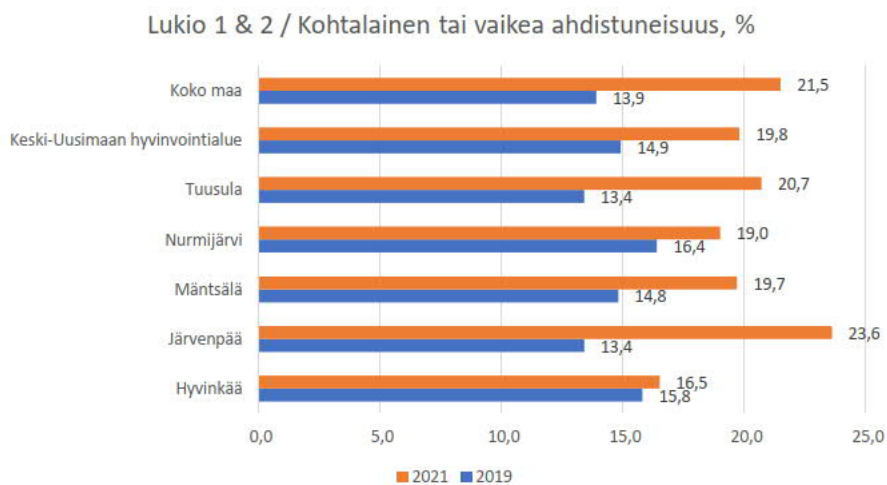


*“Perheet tulivat heti kun ovet taas avattiin ja kertoivat kuinka ovat odottaneet avoimeen toimintaan pääsemistä.”*

Eistäytyminen ja kontaktien välttäminen oli koettu raskaaksi, ja monet kantoivat huolta lastensa vähäisistä suhteista ulkopuolisiin ja tottumisesta ylipäänsä vieraisiin ihmisiin. Erityisesti taaperoikäisten vanhemmat tuovat usein esille huolen, että lapsi on ns. korona-ajan vauva ja toivoivat, että lapsi saa avoimen toiminnan kautta mahdollisuuden tutustua muihin, kun vain omaan perheeseen.

Korona-ajan jatkuessa perheiden tuen tarpeet ovat kasvaneet. Yksinäisyys, mielenterveysongelmat, taloudellisen tilanteen ja vanhemmuuden sekä parisuhteen ongelmat kuormittavat perheitä. Ruoka-apuv tarve lisääntyi, mikä näkyi mm. ruoka-aputoimijoiden kasvaneissa asiakasmäärissä sekä puistoruokailijoiden määrässä verrattuna edelliseen vuoteen.

Kouluterveyskyselyssä kohtalaista tai vaikeaa ahdistuneisuutta kokee viidesosa kyselyyn osallistuneista. Ahdistuneisuuden kokemus on lisääntynyt kaikissa ikäluokissa verrattuna vuoteen 2019. Myös yksinäisyyden kokemus on lisääntynyt kaikissa ikäluokissa.



Pitkittyneen koronaepidemian on koettu entisestään kuormittaneen lastensuojelun asiakasperheitä. Yleisimmin lisääntyneet vaikeudet liittyvät perheenjäsenten vuorovaikutukseen, vanhempien jaksamattomuuteen, lasten koulunkäyntiin sekä lasten ja vanhempien mielenterveyteen. Lastensuojelun asiakkaiden on ollut haastavampaa saada tarvitsemiaan palveluja. Lastensuojelun palvelujen laatu on heikentynyt, kun asiakastapaamisia on vähennetty, arvioita on tehty etäyhteyksin ja tukitoimet ovat jääneet saamatta.

	Kunta	2019	2020	2021
<b>Kodin ulkopuolelle sijoitetut 0–17-v. (%-osuus vastaavan ikäisestä väestöstä)</b>	Hyvinkää	2,3	2,1	2,0
	Järvenpää	1,4	1,3	1,5
	Mäntsälä	0,7	0,9	0,9
	Nurmijärvi	1,0	1,0	0,9
	Pornainen	0,5	0,4	0,5
	Tuusula	1,1	1,2	0,9
<b>Lastensuojelun avohuollon asiakkaina olleet 0–20-v. (%-osuus vastaavan ikäisestä väestöstä)</b>	Hyvinkää	3,6	4,1	4,4
	Järvenpää	3,7	3,7	4,3
	Mäntsälä	1,7	2,4	2,5
	Nurmijärvi	2,7	3,0	2,9
	Pornainen	0,9	1,7	1,9
	Tuusula	2,4	3,9	3,1

Kodin ulkopuolelle sijoitettujen 0–17-vuotiaiden ja lastensuojelun avohuollon asiakkuudet tilastot on koottu THL:n lastensuojelun 2021 ennakkotiedoista. Kodin ulkopuolelle sijoitettujen osalta tilanne Tuusulassa on pysynyt suunnilleen samalla tasolla v. 2019–2021, mutta pientä laskua on havaittavissa vuosien 2020 ja 2021 välillä.

Vuodelle 2021 ajoittui osalle oppilaista etäopetusjaksoja alueellisten sulkupäätösten tai karanteeni- tai eristyspäätösten vuoksi. Koulun toimintaa myös rajoitettiin terveysturvallisuusohjeiden mukaisesti. Perusopetuksen laadun huoltajakyselyssä 2021 huoltajien tyytyväisyys koulun toimintaan ja koulun merkitykseen lapsen elämässä kasvoi poikkeusaikana Huoltajat arvioivat asteikolla 0-6, että

- koulun jokapäiväinen toiminta on hyvin järjestettyä (5,05).
- lapsi käy mielellään koulu (5,09).
- lapsi kokee olevansa osa luokkaansa tai opetusryhmäänsä (5,04).
- lapsella on kavereita koulussa (5,32).
- yhteistyö opettajien kanssa sujuu hyvin (5,08).
- korona-ajan viestintä on ollut ajantasaista ja selkeää (4,97).
- koulun toimet oppilaiden turvaamiseksi ovt olleet riittäviä (4,88).

Tuusulan lukio toimi hybridimallilla kevätlukukauden 2021 alusta lukien. Osa opiskelijoista oli etäopinnoissa ja osa sai lähiopetusta. Tuusulan lukio siirtyi kokonaan etäopetukseen 3.3.2021. Ylioppilaskirjoitukset järjestettiin Ylioppilaslautakunnan terveysturvallisuusohjeiden mukaisesti. Tuusulan kunta ja Hyvinkään kaupunki tarjosivat yhdessä mahdollisuuden osallistua kirjoituksiin, mikäli oppilas olisi määrätty karanteeniin.

Oppilashuollon palveluja tarjottiin koko vuoden ajan. Oppilashuollon henkilöstön työssä on näkynyt koronan vaikutukset lisääntyneenä asiakasmääränä ja tuen tarpeen kasvuna. Tuusulan opiskeluhuollon kuraattori- ja psykologipalveluissa on koulutettu henkilöstöä mielenterveyden tukemiseen. Käytössä on mm. IPC -menetelmä, lievän masennuksen hoitoon, CoolKids -menetelmä (ahdistuksen hoitoon) ja ohjattu omahoito. Ko. menetelmillä tuetaan lasten ja nuorten mielenterveyttä ja hyvinvointia matalalla kynnyksellä koululla tapahtuvana oppilashuoltotyönä.

Kasvatus- ja opetustyössä on ollut käytössä merkittäviä valtionavustuksia koronapandemiasta johtuvien oppimis- ja hyvinvointierojen tasoittamiseksi. Varhaiskasvatuksessa avustusta käytettiin suomi toisena kielenä -opettajan ja varhaiskasvatuksen digiosaajan palkkaamiseen.

Perusopetuksessa avustuksella palkattiin resurssiopettajia tai koulunkäynninohjaajia ja lisättiin opetunteja osa-aikaiseen erityisopetukseen, ryhmien jakamiseen ja tukiopetukseen. Lukiossa korona-avustusta käytettiin jakoryhmiin, resurssiopetuksen, tukiopetukseen, ohjaustunteihin. Yhteisöllisyyden heikkeneminen on ollut yksi korona-ajan merkittävimmistä varjopuolista. Tuusulan kouluissa yhteisöllisyyttä ja kouluun kuulumisen tunnetta tuetaan usealla eri tavalla. Tuusulassa on jo useamman vuoden ajan viety eteenpäin Prokoulu- toimintamallia. Prokoulu toimintamallin keskeisenä ajatuksena on yhteisöllisyyden lisääminen, positiivisen palautteen antaminen ja yhteisesti sovittujen arvojen ja käyttäytymisodotusten toteuttaminen koulun arjessa. Kouluista 2/3 on jo ottanut Prokoulu -toimintamallin käyttöön.

Tuusulan kunta on osallisena valtakunnallisissa Kaikille yhteinen koulu -hankkeessa ja Sitouttavan koulu yhteistyön hankkeessa. Kaikille yhteinen koulu hankkeen tavoitteena on kouluhyvinvoinnin lisääminen ja inklusiivisen toimintamallin vahvistaminen koulu yhteisöissä. SITKO-hankkeen tavoitteena on poissaoloihin puuttuminen ja koulupudokkuuden ehkäiseminen. Hankkeessa luodaan toimintamalleja, joilla ehkäistään koulupoissaoloja ja tuetaan oppilaan kouluun kiinnittymistä. Tuusulassa osatavoitteena on kehittää intensiivistä puuttumismallia yhteistyössä Keusoten kanssa sekä lisätä vanhempien osallisuutta yhteistyössä Vanhempainliiton kanssa.

Koulupäivän yhteydessä tapahtuvaa matalan kynnyksen harrastus- ja kerhotoimintaa ei järjestetty keväällä 2021 lukuun ottamatta toukokuuta, jolloin osa yhteistyökumppaneistamme pystyi palauttamaan rajoitusten helpotuttua toimintaa. Koulupäivän yhteydessä tapahtuva kerho- ja harrastustoiminta oli käynnissä syksyn 2021 ajan aktiivisesti. Oppilaille maksuttomia matalan kynnyksen harrastuksia tarjosi paikallisina kumppaneina 18 järjestöä, seuraa tai yritystä. Kerhot olivat avoimia vain kunkin koulun omille oppilaille koronarajoitteiden vuoksi.

Kevätkausi 2021 oli poikkeuksellinen Tuusulan alueellisessa nuorisotyössä COVID-19 tilanteen johdosta. Tuusulan nuorisotilat olivat suljettuina ja alueellisen nuorisotyön toiminta keskitettiin verkkoon (Discord- ja pelitoiminta) sekä sosiaaliseen mediaan (Facebook, Instagram, TikTok ja Snapchat). Sosiaalisen media kautta tavoitetaan paljon nuoria. Erilaisten videoiden, päivitysten ja kilpailujen katselukertoja kevään aikana yhteensä 15 850. Kevätkaudella 2021 toimintaan tuli vahvasti myös mukaan jalkautuminen, jonka kautta nuoria tavoitettiin kasvavassa määrin talven taittuessa keväksi. Toukokuussa 2021 nuorisotilat avautuivat huomioiden edelleen vallitsevan tilanne sekä siihen liittyvät ohjeistukset. Syyskuussa nuorisotilat aukesivat taas kesätauon jälkeen ja tilat olivat auki loppuvuoden.

## Työikäiset

Työolobarometrin ennakkotulosten mukaan etätyöstä on tullut tavanomainen työnteon tapa etenkin toimihenkilöiden työssä. Keski-Uudellamaalla korona lisäsi etätyötä noin 50 prosenttia ja vuoden 2021 syksyllä jopa viidennes palkansaajista teki etätyötä päivittäin. Etätyötä tekevästä lähes kolme neljännestä koki pystyvänsä keskittymään etätyössä paremmin kuin toimistolla ja suurin osa arvioi etätyön olevan tuotteliasta.

Korona-aika on lisännyt yksinäisyyden tunnetta myös työikäisillä. Keski-Uudellamaalla noin kolmannes aikuisväestöstä koki yksinäisyyden lisääntyneen.

## Ikääntyneet

Ikääntyneiden yksinäisyys on lisääntynyt koronaepidemian aikana sekä kotona asuvilla iäkkäillä että kotihoidon ja ympärivuorokautisen hoidon asiakkailta. Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen aikuisväestön kyselytutkimuksen tulosten perusteella voidaan todeta, että Keski-Uudenmaan hyvinvointialueen aikuisväestön osalta itsensä yksinäiseksi tuntevien osuus on hieman kasvanut erityisesti yli 65-vuotiaiden osalta vuoden 2018 tuloksiin verrattuna. Noin joka kymmenes ilmoittaa

tuntevansa itsensä yksinäiseksi. Koronaepidemian ja siihen liittyneiden rajoitusten tiedetään lisänneen erityisesti ikääntyneiden yksinäisyyttä.

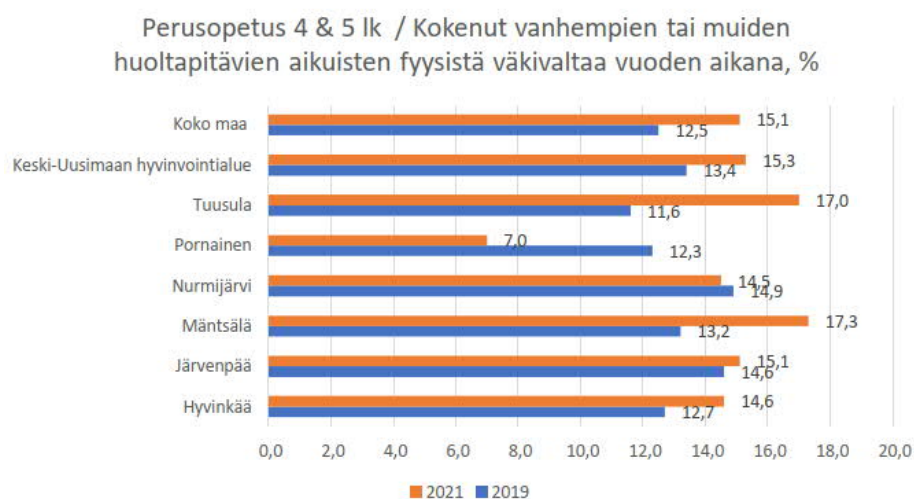
Vaikka iäkkäät ovat koronaepidemian aikana osoittaneet vahvaa poikkeusolojen sietokykyä, on epidemia tuonut myös ikäviä asioita osaksi ikääntyneiden elämää ja vaikuttanut monen mielialaan ja mielenterveyteen.

Ikääntyneet raportoivat paljon univaikeuksia ja painajaiset ovat lisääntyneet koronaepidemian vuoksi. Lähes joka viides (18 %) yli 70-vuotias kertoi FinSote-tutkimuksessa, että ongelmat nukkumisessa ovat lisääntyneet. Myös toiveikkuus tulevaisuuden suhteen on vähentynyt. Erytisen haavoittuva ryhmä ovat olleet ne yksin asuvat iäkkäät, joilla ei ole säännöllistä yhteyttä läheisiinsä tai joilla ei ole läheisiä. Ikääntyneillä koronaviruksen tartuntariski ja rajoitustoimet ovat saaneet aikaan pelon ja turvattomuuden tunteita. Sosiaalisten suhteiden väheneminen ja pelko tartunnasta saivat aikaan mielialanlaskua ja ahdistusta.

## 2.3 Kokemukset terveydestä ja hyvinvoinnista: turvallisuus

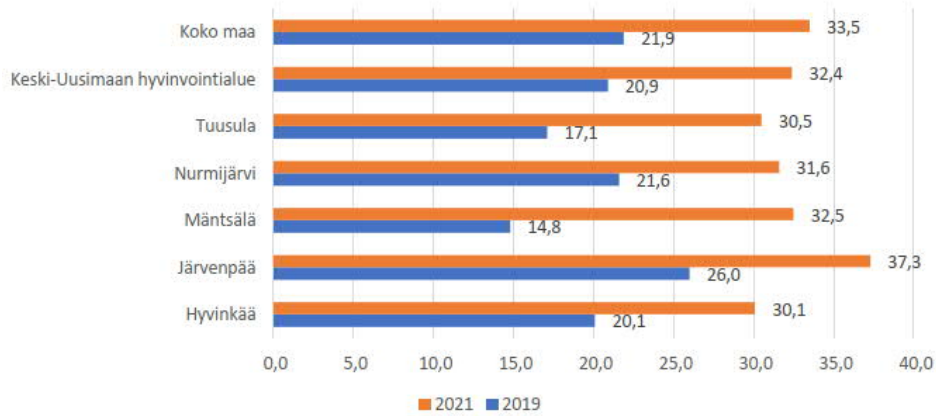
Perhe- ja lähisuhdeväkivallan on havaittu lisääntyneen koronaepidemian aikana. Perheiden elämäntilanteiden suurempi kuormittuminen ja matalan kynnyksen peruspalvelujen saatavuuden ongelmat ovat lisänneet väkivallan riskiä. Rajoitustoimet ja kotona vietetyn ajan lisääntyminen ovat vaikeuttaneet avun tarpeessa olevien henkilöiden tuen saamista, ja läheisillä ja palveluntarjoajilla on usein ollut haasteita saavuttaa tukea tarvitsevia. Lähisuhdevaltaa kokeville tarkoitettua erityispalveluita, kuten turvakodit ja auttavat puhelin- ja chat-palvelut, ovat pysyneet auki koronaepidemian ajan, mutta palveluihin ohjautumien on ollut vähäisempää.

Kouluterveyskyselyn mukaan vanhempien tai muiden huolta pitävien aikuisten fyysistä väkivaltaa viimeisen vuoden aikana on kokenut lähes viidesosa 4-5. luokkalaisista, ja joka kymmenes 8-9. luokkalainen, lukiolainen sekä ammatillisessa oppilaitoksessa opiskeleva. Kaikkien ryhmien kohdalla kokemus fyysisestä väkivallasta on Tuusulassa samanlaista tai suurempaa kuin Keski-Uudellamaalla.



Kouluterveyskyselyn mukaan noin joka kolmas tuusulalainen 8.-9. luokkalainen, lukiolainen ja ammatillisessa oppilaitoksessa opiskeleva on kokenut häiritsevää seksuaalista ehdottelua tai ahdistelua.

Lukio I & II / Kokenut häiritsevää seksuaalista ehdottelua tai  
ahdistelua vuoden aikana, %



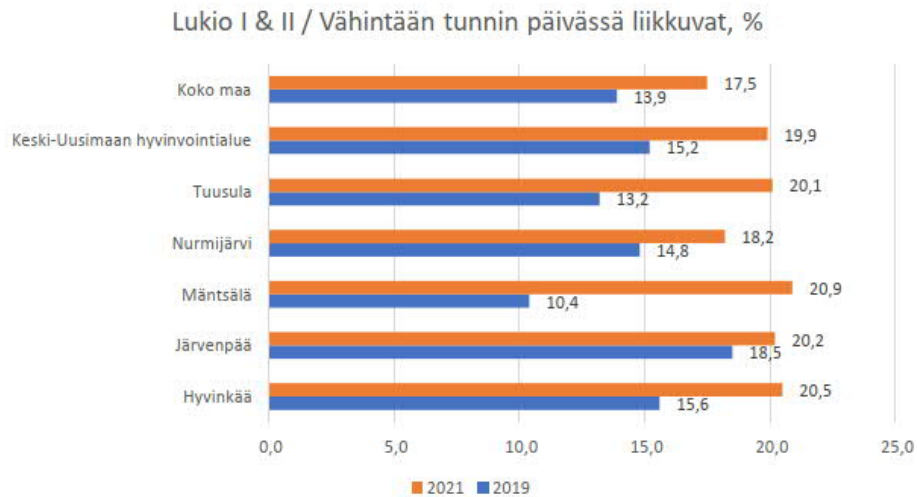
Poliisin tietoon tulleista rikoksista voidaan havaita, että lähes kaikissa rikoksissa on havaittavissa laskua vuonna 2021 verrattuna edelliseen vuoteen.

Poliisin tietoon tulleet rikokset	2018	2019	2020	2021
Omaisuusrikokset	974	1133	1596	894
Henkeen ja terveyteen kohdistuneet rikokset	94	124		120
Seksuaalirikokset	20	88	22	17
Rikokset oikeudenkäyttöä, viranomaista ja yleistä järjestystä vastaan	40	118		28
Rikokset rikoslain 42, 43 tai 44 lukua vastaan	26	32		22
Liikenne rikokset	848	799	1179	906
Muut rikoslakia vastaan tehdyt rikokset	173	297		147
Huumeaineriikokset	102	89	113	80
Rikoslakirikokset	2277	2680	3435	1926

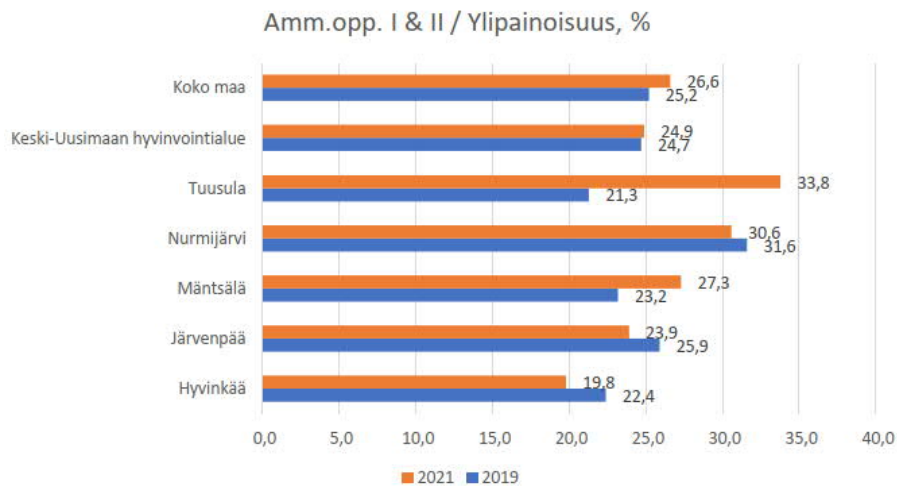
## 2.4 Kokemukset terveydestä ja hyvinvoinnista: elintavat

### Lapset ja nuoret

Lasten ja nuorten vähintään tunnin päivässä liikkuvien määrä on pysytellyt kaikissa muissa kouluterveyskyselyn ikäryhmissä suunnilleen samana verrattuna vuoteen 2019 paitsi lukiolaisten keskuudessa. Heidän kohdallaan liikunta on lisääntynyt.



Tuusulalaisten lasten ja nuorten ylipaino on lisääntynyt, erityisesti se näkyy ammattioppilaitoksissa opiskelevien keskuudessa.



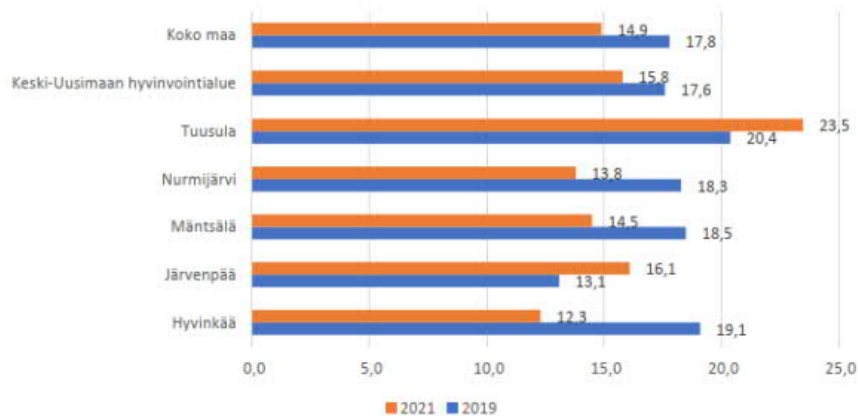
Kouluterveyskysely osoittaa netin käytön vaikutuksista ruokailuun ja nukkumiseen. Etenkin yläkouluikäisten ja toisen asteen opiskelijoiden keskuudessa netin käyttö on vähentänyt syömisen ja nukkumisen määrää.

Perusopetus 8. ja 9. lk / Ei ole usein syönyt tai nukkunut netin takia, %



Tuusulalaisista lukioikäisistä lähes neljäsosa ilmoitti olevansa tosi humalassa vähintään kerran kuukaudessa. Kouluterveyskysely osoitti, että etenkin tyttöjen päihteiden käyttö on lisääntynyt. Ammatillisessa oppilaitoksessa opiskelevien kohdalla huolta herättää päihteiden, nikotiini- tai tupakkatuotteiden käyttö sekä rahapelaaminen.

Lukio I & II / Tosi humalassa vähintään kerran kuukaudessa, %



Työikäiset

Keski-Uusimaalla viidennes ilmoitti liikunnan vähentyneen koronaepidemian vuoksi. FinSote-tutkimus osoittaa, että noin puolet tuusulalaisista aikuisista ei liiku terveysliikuntasuosittelun mukaisesti. Vastaavasti 16,4% keski-uusimaalaisista ilmoitti liikunnan lisääntyneen epidemian aikana.



			2020
Terveysliikuntasuosituksen mukaan liian vähän liikkuvien osuus (%) info ind. 5527	Keski-Uusimaan hyvinvointialue		60,9
	Hyvinkää		64,8
	Järvenpää		56,2
	Nurmijärvi		59,8
	Tuusula		57,4
Terveysliikuntasuosituksen mukaan liian vähän liikkuvien osuus (%), 20 - 64-vuotiaat info ind. 5528	Keski-Uusimaan hyvinvointialue		59,1
	Hyvinkää		66,9
	Järvenpää		52,5
	Nurmijärvi		58,7
	Tuusula		52,6
Terveysliikuntasuosituksen mukaan liian vähän liikkuvien osuus (%), 65 vuotta täyttäneet info ind. 5529	Keski-Uusimaan hyvinvointialue		66,4
	Hyvinkää		59,2
	Järvenpää		70,7
	Nurmijärvi		63,5
	Tuusula		70,2
Terveysliikuntasuosituksen mukaan liian vähän liikkuvien osuus (%), 75 vuotta täyttäneet info ind. 5530	Keski-Uusimaan hyvinvointialue		76,6
	Hyvinkää		
	Järvenpää		
	Nurmijärvi		
	Tuusula		

### Liikkumis- ja elintapaneuvonta

Tuusulan hyvinvointivalmennus -hanke sai helmikuussa Etelä-Suomen aluehallintovirastolta myönteisen jatkorahoituspäätöksen vuoden 2021 loppuun saakka. Hanke kestää kokonaisuudessaan vuoden 2022 loppuun asti.

Tuusula sitoutui Keusote-alueen ylikunnalliseen liikkumis- ja elintapaneuvontaan eli jatkossa resurssien puitteissa myös naapurikuntien elintapaneuvontaa tarvitsevat asiakkaat voivat asioida Tuusulassa. Tuusulan kunnan asukkaat saavat myös jatkossa hakeutua kotiaan lähimpään liikkumis- ja elintapaneuvontaan Keusote-kuntien alueella. Syksyn 2021 aikana Keusoten terveydenhuollon ammattilaisten ohjauksesta liikkumislähetteellä hyvinvointivalmennukseen tuli 10 henkilöä.

### Hyvinvointivalmennus vuonna 2021

Yksilöllinen hyvinvointivalmennus	
Asiakasmäärä yhteensä	72 henkilöä
Toteutuneet tapaamiset	320 tapaamista
Peruuntuneet tapaamiset	104 tapaamista
Ryhmämuotoinen hyvinvointivalmennus	
Ryhmiä syksyllä 2021	2 ryhmää
Asiakasmäärä yhteensä	16 henkilöä
Keskeyttäneet	2 henkilöä

Yhteistyössä Keusoten ja keusotekuntien liikuntapalveluiden kanssa on aloitettu keskustelut tulevista liikkumis- ja elintapaneuvonnan kohderyhmistä (lapset, nuoret, työikäiset, eläkeläiset). Hyvinvointivalmennus-palvelun saavutettavuuden parantamiseksi otettiin alkuvuodesta käyttöön sähköinen ajanvarausjärjestelmä (MS Bookings).

Koronarajoitusten vuoksi talvella ja keväällä ei järjestetty ohjattuja liikuntaryhmiä. Syksyllä 2020 liikuntaryhmissä olleille senioreille tarjottiin mahdollisuus osallistua maaliskesäkuun aikana maksuttomaan etäkuntopumppaan. Ohjauksia järjestettiin 24kpl ja niihin osallistui keskimäärin n. 55 jumpparia. Syyskausi saatiin toteutettua pääosin normaalisti.



## Ikääntyneet

Ikääntyneistä erityisesti yli 80-vuotiaat ovat vähentäneet päivittäistä liikuntaa koronaepidemian vuoksi. Vaikka sosiaaliset rajoitukset koskivat myös 70–80-vuotiaita, he pystyivät todennäköisesti helpommin ulkoilemaan tavanomaiseen tapaan. Toisaalta noin 10 prosentilla yli 80-vuotiaista liikunta oli jopa lisääntynyt, mikä kertoo, että osalla iäkkäistä on ollut voimavaroja reagoida muuttuneeseen tilanteeseen.

Ikäihmisillä digitaaliset taidot ovat usein nuorempia heikkomat, joten palveluiden ja yhteydenpidon siirtyminen etäyhteyksien taakse näkyi ainakin osan iäkkäämpien yksinäisyyden kokemisena. Valmiudet käyttää verkkopalveluita ovat erilaiset ja virkistystoiminnan siirtyminen verkkoon näkyi arjen muutoksena.

Ikääntyneillä ruokavalion muutokset ovat olleet myönteisiä. Esimerkiksi kasvisten kulutusta on koronaepidemian vaikutuksesta lisännyt lähes joka viides (17 %) yli 70-vuotiaista eikä alkoholin kulutuksen kasvua juuri raportoitu. Yksin elävät raportoivat muita enemmän kielteisiä muutoksia sekä sosiaalisissa suhteissa että elintavoissa.

Monet hyvinvointiin liittyvät ongelmat ovat yleisempiä toimintarajoitteisilla ihmisillä verrattuna muuhun väestöön. Koronaepidemia ja sen rajoitustoimet ovat entisestään heikentäneet heidän tilannettaan. Toimintakykyä ylläpitävät toiminnot ovat olleet keskeytettyinä ja vanhuspalveluja saavien liikkuminen ulkona on ollut vähäistä.

Päihteiden käytön riskeihin puuttumisessa on vuoden 2021 aikana ollut haasteita. Erityisesti tähän on vaikuttanut pitkät jonot mielenterveys- ja päihdehoitoihin ja tuen piiriin pääsyssä. Syksyllä 2021 ensimmäisestä yhteydenotosta asiakasohjaukseen, meni 3 – 5 kuukautta ensimmäiseen yhteydenottoon. Tämä aika on todella pitkä, ja erilaiset haasteet tänä aikana jo kasaantuvat kuormittaen kunnan ja KeuSoten muita palveluita.

## 3 Koronaepidemian vaikutukset palveluihin

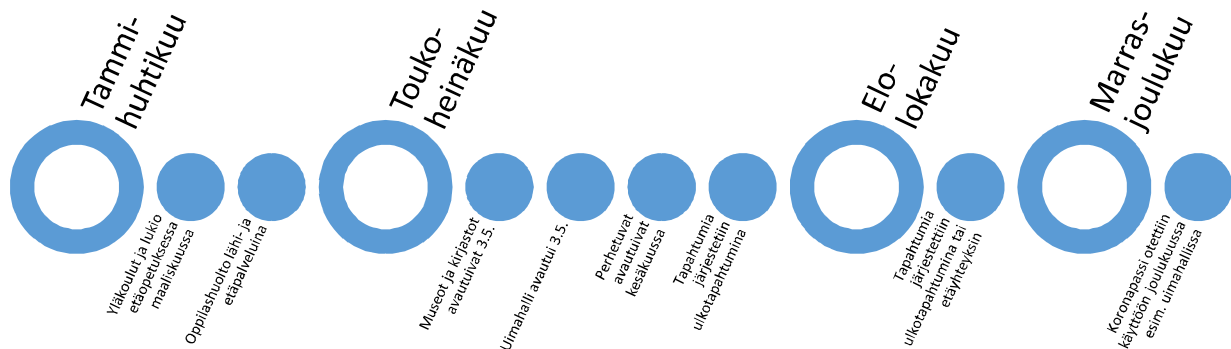
Koronaepidemiatilanne ja epidemian leviämisen hillitsemiseksi asetetut rajoitustoimet ja suositukset ovat vaihdelleet koko epidemian keston ajan. Eri tahot ovat asettaneet tai lieventäneet valtakunnallisia ja alueellisia rajoitustoimia kulloinkin vallitsevan epidemiatilanteen mukaan. Rajoitustoimilla oli vaikutusta kunnan tarjoamiin palveluihin vuonna 2021. Esimerkiksi museot ja uimahalli olivat suljettuina huhtikuun loppuun saakka. Niiden avauduttua yleisölle henkilömäärää rajoitettiin koko loppuvuoden ajan.

Kulttuurin tapahtumatuotanto pääsi rajoitetusti käyntiin kesäkuun puolivälissä. Aukkaita palveltiin alkuvuonna tuottamalla erilaisia verkkotapahtumia, mm. luentoja, konsertteja sekä taiteilijaesittelyjä. Myös Skidiviikko järjestettiin verkon välityksellä. Sovittuja tapahtumia ja vierailuja jouduttiin perumaan tai siirtämään kokoontumisrajoitusten vuoksi. Kesällä tapahtumia järjestettiin ulkotiloissa ja esimerkiksi Tuusula-viikon tapahtumiin osallistuttiin innokkaasti. Kirjastojen tilat olivat suurelta osin suljettu alkuvuonna. Ainoastaan lainojen palauttaminen, varausten nouto ja pikainen asiointi tietokoneella oli mahdollista. Loppukevällä tiloja ja palveluja avattiin varovasti rajoitusten puitteissa. Kirjastoauto pääsi reiteille koronatilanteen parannuttua toukokuussa. Tapahtumia järjestettiin enimmäkseen virtuaalisesti kevään aikana. Etäyhteyksien avulla toteutettiin kirjailijavierailuja, satutunteja, luentoja ja lukupiiri. Myös kuntavaalipaneeli järjestettiin etänä.

Uimahalli oli suljettuna koronarajoitusten vuoksi 2.5.2021 asti, jonka jälkeen se avattiin rajoitetusti ja oli avoinna läpi kesän. Kävijämäärärajoitukset poistuivat heinäkuussa. Uimahallilla otettiin käyttöön koronapassi joulukuun alkupuolella.

## Rajoitus- ja sulkutoimenpiteet vuonna 2021

- Tuusulan yläkoulut siirtyivät etäopetukseen 8.3.-28.3.2021 väliselle ajalle. Etäopetuspäätöstä jatkettiin vaikeutuneen alueellisen koronatilanteen vuoksi 11.4.2021 saakka.
- Tuusulan lukio toimi hybridimallilla kevätlukukauden 2021 alusta lukien. Osa opiskelijoista oli etäopinnoissa ja osa sai lähiopetusta. Tuusulan lukio siirtyi kokonaan etäopetukseen 3.3.2021.
- Oppilashuollon palvelut toteutettiin kevään aikana sekä lähi- että etäpalveluna huomioiden kulloinkin voimassa olevat koronaohjeistukset.
- Kasvomaskisuositus 12 v- ja siitä ylöspäin + henkilöstö, jonkin aikaa 1.lk -ja siitä ylöspäin
- Tuusulan opisto toimi kevätlukukaudella 2021 lähes täysin etäopetuksena, mutta syyskauden alusta voitiin siirtyä lähiopetukseen.
- Vuonna 2008 syntyneille ja sitä nuoremmille opiskelijoille voitiin järjestää lähiopetusta sekä Tuusulan opistossa, että Tuusulan kuvataidekoulussa jo kevätkaudella.
- Koulun kerhotoiminta oli katkolla lähes koko kevään 2021
- Perhetuvat olivat suljettuina tammi-toukokuussa 2021.
- Museot olivat suljettuina 3.5.2021 saakka.
- Kirjastojen tilat olivat suurelta osin suljettu alkuvuonna. Ainoastaan lainojen palauttaminen, varausten nouto ja pikainen asiointi tietokoneella oli mahdollista. Loppukeväällä tiloja ja palveluja avattiin varovasti rajoitusten puitteissa.
- Loppuvuodesta tapahtumia jouduttiin jälleen peruuttamaan pandemiatilanteen takia. Sekä perusopetuksen että varhaiskasvatuksen kulttuurikasvatussuunnitelmia toteutettiin keväällä pääosin virtuaalisesti, syksyllä ohjelmia toteutettiin lähes normaaliin tapaan.
- Nuorisotilat olivat kiinni keväällä 2021,
- Uimahalli oli suljettuna koronarajoitusten vuoksi 2.5.2021 asti.



## Lasten, nuorten ja perheiden palvelut

Lasten ja nuorten perusterveydenhuollon palvelujen toimintaedellytykset ovat heikentyneet neuvolassa, kouluterveydenhuollossa ja opiskeluterveydenhuollossa, kun koronaepidemian aikana on tehty näissä palveluissa runsaasti henkilöstösiirtoja ja terveystarkastuksia on vähennetty. Lapsiperheiden sosiaalipalveluissa mahdollisuus vastata avun tarpeisiin on heikentynyt.

Perhekeskuspalvelujen osalta saatiin lähtötilannetietoja vuoden 2020 osalta. Vuoden 2021 käyttäjätilastot kertovat, että nuorisosemien käyttö on lisääntynyt kuntayhtymän alueella. Vuoden 2020 perheneuvolan suoritteissa oli mukana neuvolapsykologien asiakasmäärät, jotka on vuodesta 2021 tilastoitu omanaan. Kuntayhtymätasoisesti tarkasteltuna luvuissa on jonkin verran kasvua lukuun ottamatta Perheoikeudellisen yksikön asiakaskäynteihin, jotka ovat hieman laskeneet vuoden 2020 luvuista.

	Perheneuvola, asiakasmäärä (N)		Neuvola- psykologien asiakasmäärä (N)	Nuorisosema, asiakasmäärä (N) <small>*toiminta käynnistyi 1.7.2020</small>		Perheoikeudellinen yksikkö, asiakaskäynnit (N)	
	v. 2020	v. 2021	v. 2021	v. 2020	v. 2021	v. 2020	v. 2021
Hyvinkää	419	309	142	364	470	1417	1407
Järvenpää	348	330	179	172*	352	1731	1524
Mäntsälä	490	243	75	273	249	543	498
Nurmijärvi	569	434	149	160	453	1175	1019
Pornainen	119	50	8	41	37	132	140
Tuusula	322	302	102	327	452	1127	998
Keusote	2267	1668	685	1165	1813	6125	5586

Vuoden 2021 aikana nuorisopalvelut osallistui KASKU-hankkeen pilottiryhmätyöhön. KASKU-hanke on peruskouluihin ja ammatillisiin oppilaitoksiin kohdistuva koulun kasvattajakumppanuus toiminta, jonka tavoitteena on lisätä koulussa tapahtuvaa vuorovaikutusta ja kohtaamista opettajien ja nuorisotyöntekijöiden työparityöskentelyn seurauksena.

Koulunuorisotyötä käynnisteltiin syyskauden alkaessa. Marraskuussa saatiin käyntiin kouluyhteistyö, joka on lähtenyt säännöllisillä käynneillä/ajoilla hyvin käyntiin. Yhteistyö koulun kasvatusohjaajan kanssa toimi moitteettomasti, samoin nuorisovaltuuston vaalien järjestely ja toteutus toimivat moitteettomasti. Nuorten kohtaamiset koululla ovat olleet positiivisia. Kohdattuja nuoria vuoden 2021 aikana on noin 300.

## Työikäisten palvelut

Vaikeassa sosiaalisessa tilanteessa olevien työikäisten keskuudessa ovat näkyneet erityisesti mielenterveyden ja talouden ongelmat sekä asiakkaiden elämänhallinnan vaikeudet. Konkreettista apua, kuten ruoka-apua ja asumisen turvaamiseen liittyvää tukea, on kyetty tarjoamaan varsin hyvin. Osa sosiaalityön tarpeesta olevista on kuitenkin jäänyt avun ja tuen ulkopuolelle, kun heidän tarvitsemiaan palveluja on suljettu, supistettu tai muutettu digitaalisiksi. Asiakkaiden aktiivinen tavoittelu ei ole juuri lisääntynyt koronaepidemian aikana, vaikka henkilökohtaista vuorovaikutusta tarvittaisiin juuri kriisinomaisissa olosuhteissa.

## Ikääntyneiden palvelut

lääkäiden palvelujen tarve on vähintäänkin ennallaan tai jopa lisääntynyt. Vanhuspalveluihin on syntynyt palveluvajetta ja näin on erityisesti kotihoidossa, mikä näkyy palvelutarvearviointien viivästyksenä sekä kotihoidon palvelujen rajoittamisena. Ympäri vuorokautisen hoidon toimintakäytännöt ovat muuttuneet laitospaisempaan suuntaan. Lisäksi omaishoitajien lakisääteisten vapaiden peruminen ja päivätoiminnan keskeytykset ovat kuormittaneet omaishoitajia ja vaikuttaneet heidän jaksamiseensa. Etäpalveluja hyödynnetään aiempaa enemmän terveyspalveluissa, kuntoutuksessa, tiedonhaussa ja yhteydenpidossa läheisiin. Iso osa iäkkäistä tarvitsee kuitenkin tukea ja opastusta näiden palvelujen käyttöön ja toimintakykyrajoitteet saattavat vaikeuttaa huomattavasti etäpalvelujen käyttöä.

Ikääntyneillä asiakkailla kasvokkaista asiointia on usein vaikea korvata etäyhteyksillä, sillä kaikki eivät asioi syystä tai toisesta sähköisesti. Sosiaalityöntekijät arvioivat ikääntyneet yhdeksi niistä perustoimeentulotuen asiakasryhmistä, jotka ovat kärsineet epidemiatilanteesta eniten.

## 4 Koronaepidemia ja ympäristö

Koronaepidemia on saanut asukkaat liikkumaan enemmän kodin lähellä. Kodin lähiympäristön merkitys on korostunut ja vaatimukset hyvää asuinalueetta kohtaan ovat muuttuneet. Varsinkin ulkoiluun houkuttelevan luonnon arvo on noussut. Viheralueet ymmärretään nyt aiempaa tärkeämpinä kohtaamis- ja vapaa-ajanviettopaikkoina.

Lähiympäristön merkityksen lisääntyminen on nähtävissä myös FinSote-tutkimuksesta, jossa asuinalueeseensa olosuhteisiin tyytyväisten osuus on kasvanut kaikissa ikäryhmissä.

		2018	2020
Asuinalueensa olosuhteisiin tyytyväisten osuus (%) <a href="#">info ind. 4305</a>	Keski-Uusimaan hyvinvointialue		84,3
	Hyvinkää	81,5	84,6
	Järvenpää	84,5	85,1
	Nurmijärvi	81,5	83,0
	Tuusula	81,9	85,8
Asuinalueensa olosuhteisiin tyytyväisten osuus (%), 20 - 64-vuotiaat <a href="#">info ind. 4306</a>	Keski-Uusimaan hyvinvointialue		83,5
	Hyvinkää	80,7	83,4
	Järvenpää	84,1	83,4
	Nurmijärvi	81,9	81,5
	Tuusula	81,6	85,7
Asuinalueensa olosuhteisiin tyytyväisten osuus (%), 65 vuotta täyttäneet <a href="#">info ind. 4307</a>	Keski-Uusimaan hyvinvointialue		86,3
	Hyvinkää	83,7	87,2
	Järvenpää	86,0	90,4
	Nurmijärvi	79,9	87,9
	Tuusula	82,9	86,0
Asuinalueensa olosuhteisiin tyytyväisten osuus (%), 75 vuotta täyttäneet <a href="#">info ind. 4308</a>	Keski-Uusimaan hyvinvointialue		85,0
	Hyvinkää	85,5	
	Järvenpää	83,8	
	Nurmijärvi	80,7	
	Tuusula	80,4	

## Elinympäristön terveysturvallisuus

Keski-Uudenmaan ympäristökeskuksen terveysturvallisuus valvoo Tuusulassa elintarvikkeiden valmistusta, talous- ja uimaveden laatua sekä tekee olosuhdevalvontaa (esim. sisäilman laatu) kuntalaisten käytössä olevissa kohteissa kuten kouluissa ja päiväkodeissa.

Elintarvikevalvonnassa ravintoloihin, suurtalouksiin, kauppoihin, varastoihin jne. tehtiin Tuusulassa 150 tarkastusta vuonna 2021. Pääosin kohteiden elintarviketurvallisuus oli hyvällä tasolla. Kuitenkin 16%:ssa tarkastuksista havaittiin epäkohtia, jotka edellytettiin korjattavaksi. Nämä korjaukset varmistettiin kohteisiin tehdyillä seurantatarkastuksilla.

Sekä talousveden että uimaveden laatu Tuusulassa täytti vuonna 2021 lainsäädännön vaatimukset.

Kouluihin ja päiväkoteihin tehtiin yhteensä 14 tarkastusta, näistä kahdella tarkastuksella havaittiin korjattavaa sisäilman laadussa. Tilanne vuonna 2021 oli huomattavasti parempi kuin vuotta aiemmin. Vuonna 2020 kouluja ja päiväkoteja tarkastettiin Tuusulassa 17 ja näistä kahdeksalla tarkastuksella havaittiin sisäilman laatuun vaikuttavia epäkohtia.

## 5 Järjestöt asukkaiden hyvinvoinnin edistäjinä

Järjestöjen merkitys kunnan asukkaiden hyvinvointia tukemassa on suuri. Kolmannen sektorin toiminta on monipuolista. Järjestöt tarjoavat harrastusmahdollisuuksia, virkistystä, tukea ja ne tekevät ennaltaehkäisevää työtä hyvinvoinnin saralla. Aktiivisesti järjestötoimintaan osallistuvien aikuisten osuus on jonkin verran vähentynyt vuoden 2018 luvuista. Nyt noin joka viides ilmoittaa osallistuvansa aktiivisesti johonkin järjestötoimintaan. Aktiivisesti osallistuvien määrän laskuun saattaa koronalla olla vaikutuksensa.

Kulttuuri-, liikunta-, luonto- ja mm. kyläyhdistykset luovat toiminnan mahdollisuuksia ja rakentavat yhteisöllisyyttä. Sosiaali- ja terveydenalan järjestöt toimivat esimerkiksi potilastyössä ja vertaistuen tarjoajina. Kaikki kolmannen sektorin toiminta luo osaltaan kunnan yhteisyyttä ja vetovoimaa.

Koronan aikana järjestöt tekivät yhteistyötä julkisen sektorin kanssa tukien niitä, joiden päivittäinen elämä hankaloitui tai terveys vaarantui pandemian vuoksi. Järjestöt ovat esittäneet huolensa koronan jälkeen. On tunnistettu esimerkiksi lasten, nuorten, mielenterveys- ja päihdetyön sekä ikääntyneiden parissa tehtävän järjestötyön myötä huolta ihmisten putoamisesta turvaverkkojen väliin. Koronapandemia on ollut haastava yksilöille, erityisesti heikommassa asemassa oleville. Järjestöt tukevat ja auttavat myös koronan jälkeen heitä, joille aika on tuonut suuria haasteita.

Kunnassa järjestettiin vuoden 2021 aikana kaksi Järjestöfoorumia kuntavetoisesti ja yhteistyössä Keski-Uudenmaan Yhdistysverkoston kanssa kahdet Järjestötreffit. Tuusulan Järjestösuunnitelma hyväksyttiin ja otettiin käyttöön.

## 6 Yhteenveto

Vuoden 2021 aikana koronaepidemian vuoksi palveluita jouduttiin sulkemaan tai rajoittamaan. Varhaiskasvatuksessa ja kouluissa rajoitukset vähensivät yhteisöllistä toimintaa, koulujen sulku aika aiheutti vaikutuksia erityisesti nuoriin. Erityisesti ikäihmisiä kosketti terveystalvuuhiin ja vanhuspalveluihin syntynyt vaje, joka näkyi etenkin kotihoidossa. Lääkärin ja terveydenhoitajan vastaanottojen osittainen siirtyminen digitaalisiksi palveluiksi aiheutti osalle ihmisistä haasteita palveluihin hakeutumisessa.

Harrastustoimintaan kohdistuneet rajoitukset kohdistuivat erityisesti nuorten ja aikuisten vapaa-ajanviettomahdollisuuksiin. Valtakunnallisesti nuorten liikuntaharrastuksissa ja nuorisoseuratoiminnassa harrastajamäärät ovat vähentyneet. Jatkossa on varmistettava, että lapsilla, nuorilla ja eri-ikäisillä aikuisilla on mahdollisuus monipuoliseen matalan kynnyksen harrastamiseen.

Mahdollisuudet järjestää kokoontumisia ja tapahtumia olivat rajallisia kaikissa kuntapalveluissa. Peruopetuksen vuosiluokilla 7-9 ja toisen asteen opinnoissa oli etäopetusjaksoja. Varhaiskasvatuksessa, esiopetuksessa ja peruskoulun vuosiluokilla 1-6 siirtymistä etäopetukseen tai lasten hoitamiseen kotona ei tarvittu. Yhteisöllisen toimintakulttuurin palauttaminen ja erilaisten sosiaalisten kohtaamisten mahdollistaminen ovatkin keskeisimpiä korona-exitin toteuttamistapoja.

Lähiympäristö, luonnossa liikkuminen, lähiliikuntapaikat ja kodin lähellä olevat kirjasto- ja kulttuuripalvelut ovat korostuneet korona-aikana. Näiden palveluiden merkitys kaiken ikäisten fyysiselle ja psyykkiselle hyvinvoinnille on kasvanut. Vapaa-aikaan ja kulttuuriin liittyvien palveluiden kehittäminen on tärkeää ja ennaltaehkäisevät toimet kannattavat. Asukkaat ja paikalliset yhteisöt ottavat vastuuta toiminnasta ja kolmannen sektorin työtä tulee tukea. Tuloksia saadaan aikaiseksi yhteistyötä tekemällä. Korona-exitissä paikallisen aktiivisuuden palauttaminen ja uusien tekijöiden saaminen mukaan yhteisölliseen toimintaan on tärkeää.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen toteuttamasta Kouluterveyskyselystä voidaan nostaa seuraavat hyvinvoinnin tilaa kuvaavat asiat: tyttöjen tilanne, turvallisuuden kokemus, kokemus omasta terveydestä on heikentynyt, mielenterveyden asiat sekä koulunkäynti ja ammattikoulussa opiskelevien tilanne. Kouluterveyskyselyn tulosten tarkastelussa tulee muistaa, että peruskoulun ja toisen asteen oppilaiden ja opiskelijoiden fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen terveyden ja turvallisuuden kokemuksiin vaikutetaan yhteistyössä, monialaisesti ja eri ikäryhmien kanssa toimien. Panostaminen koko perheen hyvinvointiin vaikuttaa positiivisesti vanhempien jaksamiseen ja vuorovaikutukseen perheen sisällä ja sitä kautta myös lapsiin ja nuoriin.



<b>Tyttöjen tilanne</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Masentuneisuus, ahdistuneisuus, päihteiden käyttö lisääntymään päin, kokemus mielenterveyden heikentymisestä ja koulu-uupumisesta, nukkuminen vähentynyt, yksinäisyyden kokemus lisääntynyt</li> </ul>
<b>Turvallisuuden kokemus</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Seksuaalisen ehdottelun kokemukset hyvin yleisiä, myös fyysisen väkivallan uhka yleistynyt</li> <li>Tytöillä päihteiden käytön yleistymistä</li> <li>Kiusaamisen kokemukset lievässä nousussa</li> </ul>
<b>Kokemus omasta terveydestä heikentynyt</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Aktiivinen liikkuminen vähentynyt, 8 tunnin yöuni vähentynyt, syöminen ja nukkuminen jää netin takia</li> <li>Kokemus omasta ylipainoisuudesta</li> <li>Mielenterveyden ja ahdistuneisuuden kokemukset yleisiä</li> </ul>
<b>Mielenterveyden asiat</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ahdistuneisuus, masentuneisuus lisääntyneet eri ikäryhmissä</li> <li>Yksinäisyyden kokemus lisääntynyt</li> </ul>
<b>Koulunkäynti</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Koulu-uupuminen lisääntynyt, myös keskittymisvaikeudet ja oppimistaitojen vaikeudet lisääntyneet</li> <li>Toisaalta moni kokee viihtyvänsä koulussa hyvin, ja työrauha on parantunut</li> <li>Aikuisilta saatu apu sekä välittävä ja oikeudenmukainen kohtelu ovat parantuneet</li> </ul>
<b>Ammattikoulussa opiskelevien tilanne</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tulokset yleisesti kautta linjan heikompia kuin lukiolaisilla</li> </ul>

Koronaepidemian ja siihen liittyvien rajoitustoimien vaikutukset näkyvät väestön mielialassa, aikuisväestössä esimerkiksi toiveikkuuden vähenemisenä tulevaisuuden suhteen sekä lisääntyneenä stressinä. Psykkinen kuormittuneisuus lisääntyi loppuvuodesta, kun epidemian ensimmäisessä aallossa näin ei pääsääntöisesti tapahtunut.

Lomautukset ja työttömyys ovat lisänneet taloudellisia ongelmia ja aiheuttaneet huolta sekä oman että läheisten toimeentulon riittävyydestä koronaepidemian alkuvaiheesta saakka. Noin vajaa neljännes suomalaisista kokee taloudellisen tilanteensa heikentyneen koronaepidemian seurauksena. Yritysten toiminnassa pelättyä konkurssiaaltoa ei tullut, vaan uusiakin yrityksiä on perustettu.

Ikäihmisten elintavoissa, sosiaalisessa kanssakäymisessä ja palveluissa tapahtuneet muutokset voivat vaikuttaa terveyteen, toimintakykyyn ja kroonisten sairauksien taakkaan pitkällä aikavälillä. Rajoitustoimet kohdistuivat myös ikääntyneiden liikkumiseen. Kunnan liikuntapalvelut kehitti uudenlaisia tapoja osallistua ohjattuun liikuntaan, esimerkiksi parvekejumppien ja Keusoten organisoiman KotiTV:n ohjattujen liikuntatuokioiden välityksellä. Useat terveyden edistämisen palvelut ovatkin ryhmätoimintaa, jotka olivat laajasti keskeytettynä. Keskeytyksen pitkäaikaisvaikutuksien estämiseksi ryhmätoiminnan palauttaminen mahdollisimman nopeasti epidemiaa edeltäneelle tasolle on tärkeää. Ikääntyneiden mielenterveys, fyysinen toimintakyky ja sosiaaliset suhteet ovat olleet koetuksella. Rokotekattavuuden paranemisen ja epidemian rauhoittumisen myötä erityisesti näihin on kiinnitettävä erityistä huomiota.

Kunnan korona-exit –toteutuksessa ja vuoden 2023 talousarvion laadinnassa on tarpeen kiinnittää huomiota koronapandemian hättävaikeuksien vähentämiseen eri-ikäisten tuusulalaisten keskuudessa, ikäihmisten kasvavaan määrään ja heidän hyvinvointiaan vahvistavaan yhteisölliseen toimintaan ja asumiseen sekä hyvinvointialueuudistuksen vaikutuksiin palveluiden yhteensovittamisessa ja saavutettavuudessa.

## Lähteet

Kouluterveyskysely

Finlapset

FinSote-tutkimus 2020

Seurantaraportti: Koronaepidemian vaikutukset hyvinvointiin, palveluihin ja talouteen, THL

Covid-19-epidemian vaikutukset hyvinvointiin, palvelujärjestelmään ja kansantalouteen:

Asiantuntija-arvio, kevät 2022