



# ALUEELLINEN HYVINVOINTISUUNNITELMA 2020-2025, TILANNEKATSAUS

TUUSULAN HYTE –LAUTAKUNTA, 26.5.2020  
ULKONEN INTEGRAATIO KRISTIINA KARINIEMI-ÖRMÄLÄ, TERO SEITSONEN

## HYVINVOINNIN JA TERVEYDEN EDISTÄMISEN TAVOITTEET KEUSOTESSA

## ALUEELLISEN HYVINVOINTISUUNNITELMAN TAVOITTEET



Sähköisen omahoidon ja asiointin lisääminen



Kansansairauksien ennaltaehkäisy



Hyvinvointi ja terveyserojen kaventaminen



Osallisuuden lisääminen

Keusoten alueen asukkaiden:

- Sairastavuus vähenee
- Liikunta lisääntyy vähän liikkuvien ja liikkumattomien parissa
- Ylipainoisten ja lihaviiden määrä laskee
- Yksinäisyyden kokemus vähenee
- Sähköinen omahoito ja asiointi hyvinvoinnin ja terveyden edistämässä lisääntyy
- Mielenterveysongelmien määrä vähenee
- Päihteiden (nikotiinituotteet, alkoholi, huumeet) käyttö vähenee
- Konkreettisten toimenpiteiden kohdentaminen erityisesti riskiryhmiin yhteistyössä eri toimijoiden kanssa



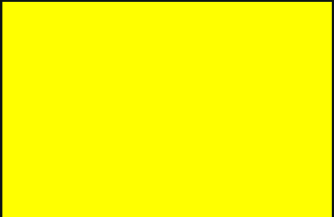
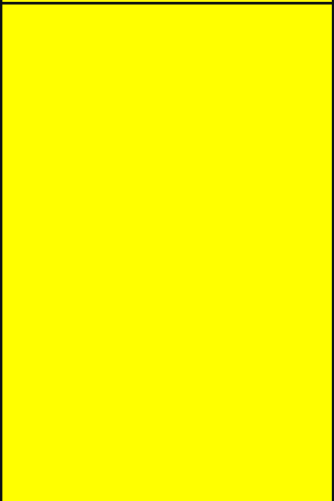

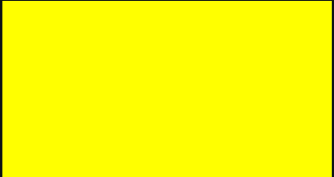



# TAVOITTEET, TOIMENPITEET JA RAPORTOINTI

- Alueellisen hyvinvointisuunnitelman tavoitteet on tarkennettu SMART – tavoitelomakkeilla ja jokaiselle tavoitteelle on taulukoitu toimenpiteitä ja vastuita. Toimenpiteet on myös aikataulutettu. Toimenpiteiden etenemistä arvioidaan liikennevalo –järjestelmän avulla (punainen = ei aloitettu, keltainen = kesken, vihreä = valmis).
- Lakisääteisten ohjelmien (mm. lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma, ikääntyneiden hyvinvointisuunnitelma) yhdyspintatarkastelu ja riippuvuudet valmistuu alkuvuodesta 2020
- Hyvinvointisuunnitelman implementointivaiheessa tavoitekohtaiset toimenpiteet, vastuut ja aikataulut tarkentuvat. Toimenpidetaulukkoja täydennetään esimerkiksi Keusoten tulosityksiköissä sekä monitoimijaisissa ilmiötyöpajoissa, joista 1. järjestetään 30.1.2020.
- Tavoitteiden toteumat raportoidaan vuosittain Keusoten hyvinvointikertomuksen kautta. Vuonna 2022 tehdään ensimmäinen laaja hyvinvointikertomus, jonka pohjalta hyvinvointisuunnitelman tavoitekohtaisia toimenpiteitä tarkistetaan ja täydennetään, myös uusia toimenpiteitä syntyy suunnitelmakaudella.



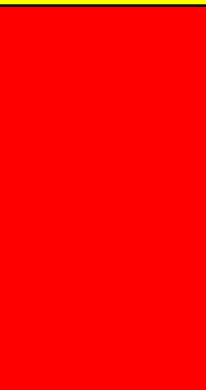
## TAVOITE: KANSANSAIRAUKSIEN ENNALTAEHKÄISY & HYVINVOINTI- JA TERVEYSEROJEN KAVENTAMINEN

Tavoite	Toimenpiteet	Vastuut	Aikataulu	Tila	Tila		Mittarit
					Ei aloitettu	Kesken	
<b>Sairastavuus vähenee</b>	Toimenpiteet kansansairauksien mm. diabetes ehkäisyyn	Keusote Kunnat, liikuntapalvelut? Yhdistykset ja järjestöt			Kesken		
	Työttömien terveystarkastukset	Keusote (Tepasa avopalvelut / Miela)			Ei aloitettu		
	Sähköisen omahoidon ja asiainnin menetelmien käyttöönotto	Keusoten ammattilaiset palveluissa ja asiakasohjauksessa	Käyttöönottosuunnitelman (valmis 2019) mukaisen toiminnan aloitus 2020 alussa		Kesken		
	Keskeiset terveystarkastukset (mm. verensokeri, AUDIT) pitkäaikaissairailta ja paljon palveluita käyttäviltä potilailta	Keusote, Tepasa avopalvelut, vastaanottojen toimipisteiden esimiehet			Kesken		

**TAVOITE: KANSANSAIRAUKSIEN ENNALTAEHKÄISY & HYVINVOINTI- JA TERVEYSEROJEN KAVENTAMINEN**




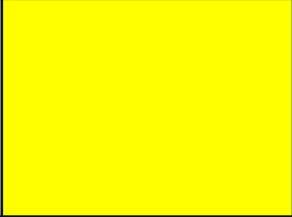
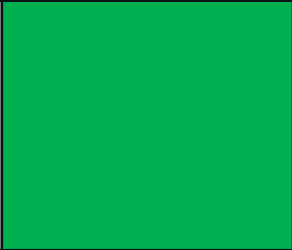
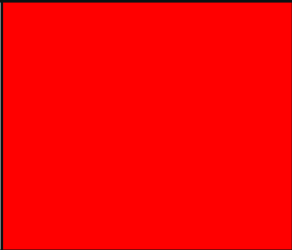


Tavoite	Toimenpiteet	Vastuut	Aikataulu	Tila		Mittarit
				 Ei aloitettu	 Kesken	
<b>Liikkuminen lisääntyy Liikkumattomien ja vähän liikkuvien keskuudessa</b>	Elintapa- ja liikkumisneuvonnan yhdyspintojen tunnistaminen, prosessien ja yhteisten toimintatapojen kehittäminen Keusoten ja kuntien liikuntapalvelujen yhteistyöllä	Keusote Kuntien liikuntapalvelut Yhdistykset / järjestöt	Aloitus keväällä 2019			
	Tuusulan hyvinvointivalmennus –hanke 2020-2022 (AVI) <ul style="list-style-type: none"> <li>• päätavoitteena on kehittää Tuusulan kuntaan liikunta- ja elintapaneuvonnan palveluketju</li> <li>• Edistää Tuusulan kunnan vähän liikkuvien ja terveytensä vuoksi riskiryhmissä olevien työntekijöiden liikkumista ja siten terveyttä, hyvinvointia sekä työ- ja toimintakykyä</li> <li>• Kehittää matalan kynnyksen ryhmänohjausta vähän liikkuville ja riskiryhmässä oleville</li> </ul>	Tuusulan Vapaa-aikapalvelut, yhteistyökumppaneina Keski-Uudenmaan työterveys Oy, Tuusulan opisto ja Liikuntaseura Syke Tuusula Ry	V. 2020-2022			<b>Fysiologiset muutokset:</b> viskeraalinen rasva-arvo, BMI, lihasmassa, rasvaprosentti <b>Psykologiset muutokset:</b> esim. elämän eri osa-alueiden tärkeys/arvot, tyytyväisyys omaan elämään/onnellisuus <b>Terveyskäyttäytymisen muutokset:</b> esim. unen määrä (h), liikuntatottumukset suhteessa liikuntasuosituksiin
	Esim. Tehostetun lasten ylipainon hoidon vaikutukset ja kustannukset	HUS/Hyvinkää, Keusote, Liikuntapalvelut (Hyvinkää), You Move-yritys	Aloitus 2019			
	kotona asuvien 70+ piha-, parveke-, puisto- ja nettijumppa	Kuntien liik.palvelut Keusote, kuntoutus	Kevät 2020			Hyvinkäällä Palvelutalojejn jummat 1/viikko Järvenpää Myllytien toimintakeskuksen tilaisuudet
	Sähköisen omahoidon ja asiainnin menetelmien käyttöönotto	Keusoten ammattilaiset palveluissa ja asiakasohjauksessa	Käyttöönottosuunnitelman (valmis 2019) mukaisen toiminnan aloitus 2020 alussa			
	Ilmiötyöpajat (liikkuminen, yksinäisyys, päihneiden käytön ehkäisy)	Keusote Kuntien hyte-vastaavat Yhdistykset / järjestöt	30.1.2020, Ilmiötyöpaja I, Järvenpää.			Osallistujia yhteensä 130, joista järjestöt 60%, kunnat 25% ja Keusote 15%

# TAVOITE: KANSANSAIRAUKSIEN ENNALTAEHKÄISY & HYVINVOINTI- JA TERVEYSEROJEN KAVENTAMINEN

Tavoite	Toimenpiteet	Vastuut	Aikataulu	Tila	Mittarit
<b>Ylipainoisten ja lihavien määrä vähenee</b>	Esim. Tehostetun lasten ylipainon hoidon vaikutukset ja kustannukset	HUS/Hyvinkää, Keusote, Liikuntapalvelut (Hyvinkää), You Move-yritys	Aloitus 2019		
	Sähköisen omahoidon ja asioiden menetelmien käyttöönotto	Keusoten ammattilaiset palveluissa ja asiakasohjauksessa	Käyttöönottosuunnitelman (valmis 2019) mukaisen toiminnan aloitus 2020 alussa		
	Elintapa- ja liikumisneuvonnan toimenpiteiden kohdentaminen riskiryhmiin kuuluviin	Keusote Kuntien liikuntapalvelut Yhdistykset / järjestöt	Aloitus 2020		

	Ei aloitettu
	Kesken
	Valmis

## TAVOITE: KANSANSAIRAUKSIEN ENNALTAEHKÄISY & HYVINVOINTI- JA TERVEYSEROJEN KAVENTAMINEN


Tavoite	Toimenpiteet	Vastuut	Aikataulu	Tila			Mittarit
							
<b>Yksinäisyyden kokemus vähenee</b>	Osallisuuden vahvistaminen esim. Keusoten osallisuusohjelman kautta.	Keusote, ulkoinen integraatio Kunnat, yhte- vastaavat Järjestöt / Yhdistykset	Keusoten Osallisuusohjelma hyväksytty 11/2019, toimenpiteiden jalkauttaminen		Ei aloitettu	Osallisuusohjelman raportointi 2 kertaa vuodessa	
	Järjestöjen kumppanuustapahtumat osallisuuden vahvistamisessa, ilmiötyöpajat	Keusote, ulkoinen integraatio Kunnat, yhte- vastaavat Järjestöt / Yhdistykset	Ilmiötyöpaja I, 30.1.2020, Järvenpää		Kesken	Osallistujia yhteensä 130, joista järjestöt 60%, kunnat 25% ja Keusote 15%	
	Järjestöjen kumppanuustapahtumat osallisuuden vahvistamisessa, ilmiötyöpajat	Keusote, ulkoinen integraatio Kunnat, yhte- vastaavat Järjestöt / Yhdistykset	Huhti - toukokuu, työpajat II ja III		Valmis	Tilaisuudet peruuntuivat Covid19 -pandemian vuoksi ja siirtyivät syksyyn 2020	
	Sähköisen omahoidon ja asiointin menetelmien käyttöönotto	Keusoten ammattilaiset palveluissa ja asiakasohjauksessa	Käyttöönottosuunnitelman (valmis 2019) mukaisen toiminnan aloitus 2020 alussa				
	Työttömien terveystarkastukset	Keusote (Tepasa avopalvelut / Miela)					

# TAVOITE: KANSANSAIRAUKSIEN ENNALTAEHKÄISY & HYVINVOINTI- JA TERVEYSEROJEN KAVENTAMINEN




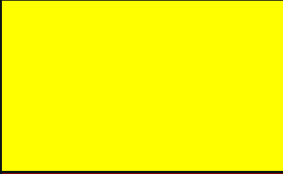
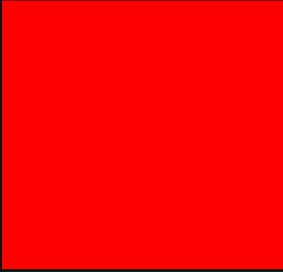

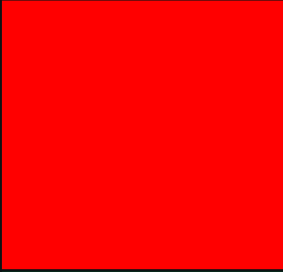














Tavoite	Toimenpiteet	Vastuut	Aikataulu	Tila	Tila		Mittarit
					Ei aloitettu	Kesken	
<b>Mielenterveysongelmien määrä vähenee</b>	Työttömien terveystarkastukset	Keusote (Tepasa avopalvelut / Miela)					
	Matalamallin alueellinen kehittäminen Keusotessa	Keusote, Miela	Keusujuvat 2 - kehittämishanke, vuosi 2020				
	Sähköisen omahoidon ja asiointin menetelmien käyttöönotto	Keusoten ammattilaiset palveluissa ja asiakasohjauksessa	Käyttöönottosuunnitelman (valmis 2019) mukaisen toiminnan aloitus 2020 alussa				
	Lakisäätteisten ohjelmien valmistelu alueellisesti	Keusote ulkoinen integraatio Kuntien hyte -vastavaat Järjestöt / yhdistykset	Valmistelun aloittaminen 2020, päätöksenteko v. 2020 lopussa				Ehkäisevän päihdetyön suunnitelma Lasten ja nuorten sekä ikääntyneiden hyvinvointisuunnitelma Lähisuhde ja perheväkivallan ehkäisyn suunnitelma



# TAVOITE: KANSANSAIRAUKSIEN ENNALTAEHKÄISY & HYVINVOINTI- JA TERVEYSEROJEN KAVENTAMINEN

Tavoite		Toimenpiteet	Vastuut	Aikataulu	Tila	Mittarit
<b>Sähköinen omahoito ja asiointi hyvinvoinnin ja terveyden edistämässä lisääntyy</b>	Asukkaat käyttävät sähköisiä omahoidon ja asiointin menetelmiä (ml. laadukas info) huolen tunnistamisessa, uusien hyte-haittojen ja kansansairauksien ehkäisyssä sekä hoidon/asiointin tukena	Lisätään sekä asukkaiden että ammattilaisten käytön osaamista ja informaatiota menetelmistä mm. nimettyjen omahoidon digitukihenkilöiden ja koulutusten avulla	Keusoten ammattilaiset Viestintä (verkkosivut) Palvelujen ja menetelmien tuottajat	Aloitus tammikuu 2020		
	Sähköisen omahoidon ja asiointin mahdollisuudet tunnistetaan kaikissa palveluissa	Sähköisen omahoidon ja asiointin käyttöönotto-suunnitelman mukaisesti	Keusoten ammattilaiset palveluissa ja asiakasohjauksessa	Käyttöönottosuunnitelman (valmis 2019) mukaisen toiminnan aloitus 2020 alussa		

# TAVOITE: KANSANSAIRAUKSIEN ENNALTAEHKÄISY & HYVINVOINTI- JA TERVEYSEROJEN KAVENTAMINEN

Tavoite	Toimenpiteet	Vastuut	Aikataulu	Tila			Mittarit
							
<b>Päihteiden käyttö (nikotiinituotteet, huumeet, alkoholi) vähenee</b>	Alueellisen ehkäisevän päihdetyön toimintamalli	Kunnat, hyte vastuhenkilöt Keusote (Miepä) Yhdistykset / Järjestöt	Aloitukset syyskuu 2019, suunnittelutyö alkanut kunnissa ja Keusotessa aloitus v. 2020 alussa				Esim. Ankkuri -mallin käyttöönotto Keusoten alueella
	Ehkäisevän päihdetyön toimintamallin toimenpiteiden kohdentaminen erityisesti riskiryhmiin	Keusote Yhdistykset, järjestöt ESH Kunnat (varhaiskasvatus, perusopetus, II asteen oppilaitokset)	Alueellisen ehkäisevän työn suunnitelman valmistelun jälkeen				
	Ilmiötyöpajat	Keusote, ulkoinen integraatio Kunnat, hyte -vastaavat Yhdistykset / järjestöt	Tammikuu 30.1.2020, Ilmiötyöpaja I, Järvenpää				Osallistujia yhteensä 130, joista järjestöt 60%, kunnat 25% ja Keusote 15% Kevään ilmiötyöpajat peruttu
	Työttömien terveystarkastukset	Keusote (Tepasa / Miela)					
	Sähköisen omahoidon ja asiointin menetelmien käyttöönotto	Keusoten ammattilaiset palveluissa ja asiakasohjauksessa	Käyttöönottosuunnitelman (valmis 2019) mukaisen toiminnan aloitus 2020 alussa				
	Wärttinä II ja kansalaistoiminnan keskuksen (Wärtsi) toiminnan aloittaminen ja kehittäminen	Wärttinä II: Keusote, Miela / asumispalvelut & Hoiva Oy Wärtsi: Hoiva Oy, Yhdistykset, järjestöt, oppilaitokset, asukkaat	Toiminta alkanut 2/2020, Wärttinä II Toiminta aloitettu 2/2020, Wärtsi				Tukiasumisen käyttöaste (kk), asiakastytyväisyyskyselyt (vuosi) Kansalaistoiminnan keskuksen käyntimäärät & asiakaskyselyn toteuttaminen
	Matalamallin alueellinen	Keusote, Miela	Keusujuvat 2 -				

**TAVOITE: KANSANSAIRAUKSIEN ENNALTAEHKÄISY & HYVINVOINTI- JA TERVEYSEROJEN KAVENTAMINEN**

	Ei aloitettu
	Kesken
	Valmis

Tavoite	Toimenpiteet	Vastuut	Aikataulu	Tila	Mittarit
<b>HYTE –viestinnän alueellinen kehittäminen</b>	Sovitaan eri toimijoiden kesken viestinnässä käytettävät välineet ja yhteiset pelisäännöt viestinnälle	Keusote, Kuntien hyte-vastaavat verkostoissaan sekä yhdistykset ja järjestöt	Aloitus v. 2020		
	Keusoten nettareiden kouluttaminen HYTE -viestijöiksi	Keusote / viestintäpalv. ja ulkoinen integraatio	Nettari –koulutus 12.3.2020		Keusoten nettareiden tekemät FB-päivitykset
	Keusoten hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen facebook –sivujen käyttöönotto	Keusote, ulkoinen integraatio ja nettarit	FB –sivut avattu 1/2020		FB –päivitykset FB-sivujen seuraajat

# TAVOITTEENA: YHTEISTYÖN VAHVISTAMINEN KOLMANNEN SEKTORIN KANSSA

Tavoite	Toimenpide	Vastuut	Aikataulu	Tila	Mittarit						
<p>Alueellisen yhteistyön vahvistuminen kolmannen sektorin toimijoiden kanssa.</p>	<p>Kontaktien luominen kolmannen sektorin toimijoiden kanssa ja yhteistyöhenkilöiden nimeäminen.</p>	<p>Keusote, ulkoinen integraatio</p>	<p>Aloitus kevät 2019</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 2px;"> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 15px; height: 15px; background-color: red;"></td> <td style="font-size: 8px;">Ei aloitettu</td> </tr> <tr> <td style="width: 15px; height: 15px; background-color: yellow;"></td> <td style="font-size: 8px;">Kesken</td> </tr> <tr> <td style="width: 15px; height: 15px; background-color: green;"></td> <td style="font-size: 8px;">Valmis</td> </tr> </table> </div>		Ei aloitettu		Kesken		Valmis	
	Ei aloitettu										
	Kesken										
	Valmis										
<p>Palveluja suunnitellaan yhdessä kuntien ja kolmannen sektorin/ järjestöjen kanssa. Toteutettavissa palveluissa tulee huomioida asukas- ja tarvelähtöinen toiminta, joilla on terveyttä ja hyvinvointia edistäviä tavoitteita.</p>	<p>Yhteisiä työpajoja, joissa asukas on mukana kehittämässä.</p>	<p>Keusote, ulkoinen integraatio ja palvelualueiden edustus Kunnat</p>	<p>Aloitus kevät 2019</p>		<p>Ilmiötyöpaja 31.1.2020, N 130.</p>						

# KOLMAS SEKTORI MUKANA HYVINVOINTIA JA TERVEYTTÄ EDISTÄMÄSSÄ

Keski-**SOTE**

Tavoite	Toimenpiteet	Vastuut	Aikataulu	Tila	Mittarit						
<b>Sähköisen omahoidon ja itsehoitoinnin lisääminen</b>	Kumppanuuspöydät	Asiakkaat, järjestöt, asiakasohjaajat	2 x/vuosi	<table border="1"> <tr> <td style="background-color: red;"> </td> <td>Ei aloitettu</td> </tr> <tr> <td style="background-color: yellow;"> </td> <td>Kesken</td> </tr> <tr> <td style="background-color: green;"> </td> <td>Valmis</td> </tr> </table>		Ei aloitettu		Kesken		Valmis	
	Ei aloitettu										
	Kesken										
	Valmis										
<b>Kansansairauksien ennaltaehkäisy sekä Hyvinvointi ja terveyserojen kaventaminen</b>	Palvelutarjotin	Asiakasohjaajat ja järjestöjen olennainen panos sisällölle vuonna 2020	jatkuva	<table border="1"> <tr> <td style="background-color: yellow;"> </td> <td>Kesken</td> </tr> </table>		Kesken					
		Kesken									
	Kumppanuusillat	Keusote, ulkoinen integraatio Kunnat, hyte-vastaavat järjestöt	1x/vuosi	<table border="1"> <tr> <td style="background-color: yellow;"> </td> <td>Kesken</td> </tr> </table>		Kesken					
	Kesken										
Eri projektit	Keusoten ja kuntien vastinparit järjestöille + järjestöt PYLL-indikaattorien perusteella kohdennetussa alueellisessa yhteistyössä	jatkuva	<table border="1"> <tr> <td style="background-color: yellow;"> </td> <td>Kesken</td> </tr> </table>		Kesken						
	Kesken										
<b>Osallisuuden lisääminen</b>	Kumppanuusillat ja kumppanuuspöydät	Asiakkaat, järjestöt, Keusote, kunnat	Tarvittavat kerrat	<table border="1"> <tr> <td style="background-color: yellow;"> </td> <td>Kesken</td> </tr> </table>		Kesken					
	Kesken										



KIITOS