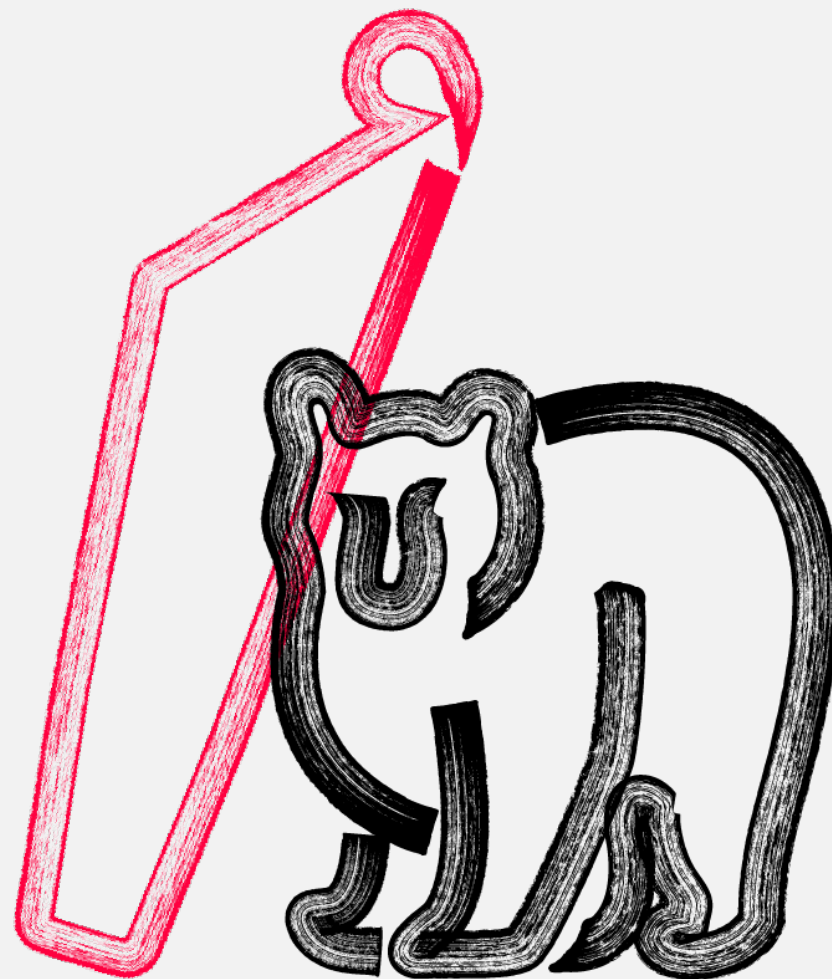


# Lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma vuosille 2025-2028

## Vuosiraportti 2025

Taru Rätty,  
hyvinvointikoordinaattori  
Ilomantsin kunta  
[taru.raty@ilomantsi.fi](mailto:taru.raty@ilomantsi.fi)  
040 104 3114

26.3.2026



# Taustaa

**Hyvinvointilautakunnan päätöksellä 21.02.2024/Pykälä 11 on laadittu lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma, joka on hyväksytty Ilomantsin kunnanvaltuustossa 24.2.2025 pykälä 10.**

**Lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma on lastensuojelulain mukaisesti kunnan tai useamman kunnan laatima lasten ja nuorten hyvinvoinnin edistämiseksi tehty suunnitelma.** Laadittu suunnitelma tulee hyväksyä kunnan kunnanvaltuustossa ja tarkistaa vähintään kerran neljässä vuodessa.

Suunnitelma on otettava huomioon kuntalain (410/2015) 110 §:n mukaista talousarviota ja -suunnitelmaa laadittaessa.

Lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelman tulee sisältää suunnittelukaudelta tiedot

- 1) lasten ja nuorten kasvuoloista sekä hyvinvoinnin tilasta;
- 2) lasten ja nuorten hyvinvointia edistävästä sekä ongelmia ehkäisevistä toimista ja palveluista;
- 3) yhteistyön järjestämisestä eri viranomaisten sekä lapsille ja nuorille palveluja tuottavien yhteisöjen ja laitosten välillä; sekä
- 4) suunnitelman toteuttamisesta ja seurannasta.

**Ilomantsin monialainen lapsi- ja perhetyöryhmä Mopsi** on vastannut suunnitelman laatimisesta, toteuttamisesta sekä raportoinnista. Mopsissa on edustettuna kunnasta varhaiskasvatus, koulut, liikunta- ja nuorisotoimi, liikuntakasvatus ja kotouttamispalvelut sekä hyvinvointikoordinaattori, Siun sotesta neuvolatoiminta, opiskeluhuolto, opiskeluterveydenhuolto, lapsiperhepalvelut, yhteisasiakasohjaus sekä lastensuojelu. Kolmannesta sektorista edustus on Ilomantsin luterilaisen seurakunnan sekä ortodoksisen kappeliseurakunnan nuorisotyö.

Ilomantsin kunnan lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelman kohderyhmänä ovat kaikki alle 29-vuotiaat.



# 1) Lasten ja nuorten hyvinvoinnin tila hyvinvointisuunnitelmaan valittujen indikaattoreiden avulla tarkastelemalla. Vertailu tehty edelliseen kouluterveyskyselyn tiedonkeruuseen (2023 ja 2025).

## 4.- ja 5.-luokkalaiset Ilomantsissa (kouluterveyskysely)

- Huomannut usein olevansa netissä vaikka ei ole huvittanut 30 % (2023) -> 25 % (2025)
- Kokenut usein, että pitäisi viettää aikaa muutoin kuin netissä 35 % -> 29 % (Pohjois-Karjalan kunnista toiseksi heikoin tulos)
- Harjaa hampaansa ainakin kahdesti päivässä 63 % -> 68 %
- Vähintään yksi hyvä ystävä 100 % -> 100 %
- Syö aamupalaa joka arkiamu 56 % -> 61 % (Pohjois-Karjalan kunnista kolmen heikoimman kuntakohtaisen tuloksen joukossa)

## 8.- ja 9.-luokkalaiset Ilomantsissa (kouluterveyskysely)

- Huomannut usein olevansa netissä vaikka ei ole huvittanut 44 % (2023) -> 33 % (2025)
- Kokenut usein, että pitäisi viettää aikaa muutoin kuin netissä 48 % -> 33 % (Pohjois-Karjalan kunnista kolmen heikoimman kuntakohtaisen tuloksen joukossa)
- Harjaa hampaansa ainakin kahdesti päivässä 31 % -> 49 % (Pohjois-Karjalan kunnista heikoin tulos)
- Ei yhtään läheistä ystävää 22 % (2023) -> ei tulosta (2025) (Pohjois-Karjalassa 10 % -> 8 %)
- Syö aamupalaa joka arkiamu 41 % (2023) -> 43 % (2025) (Pohjois-Karjalan kunnista toiseksi heikoin tulos)

## Ylipainon (ml. lihavuus) yleisyys %

2 - 6-v. 31,43 % (2023) -> 26,67 % (2024)

7 - 12-v. 28,13 % -> 25,83 %

13 - 16-v. 40,96 % -> 29,17 %.

## 5.- ja 8.-luokkalaiset Ilomantsissa (Move-mittaustulokset)

Lasten ja nuorten fyysinen toimintakyky on heikko %

=5. lk 57,1 % (v. 2024)

33,3 % (v.2025)

=8. lk 52,4 % (v. 2022)

48,3 % (v.2025)

4. ja 5. luokan oppilaista % on käyttänyt tupakkaa, sähkötupakkaa, nuuskaa tai nikotiinipusseja vähintään kerran 10 % (2023) -> 15 % (2025) (Pohjois-Karjalan kunnista heikoin tulos)

8. ja 9. luokan oppilaista % harrastaa hengästyttävää liikuntaa vapaa-ajalla korkeintaan 1h viikossa 26 % (2023) -> 44 % (2025) (Pohjois-Karjalan kunnista toiseksi heikoin tulos)

## 1. ja 2. vuoden lukio-opiskelijoilla Pohjois-Karjalassa (kouluterveyskysely)

- Huomannut usein olevansa netissä vaikka ei ole huvittanut 41 % (2023) -> 45 % (2025)
- Kokenut usein, että pitäisi viettää aikaa muutoin kuin netissä 27 % -> 33 %
- Harjaa hampaansa ainakin kahdesti päivässä 71 % -> 77 %
- Ei yhtään läheistä ystävää 9 % -> 8 %
- Syö aamupalaa joka arkiamu 64 % -> 61 % - Ilomantsin lukiossa jonkin verran yleisempää kuin keskimäärin Pohjois-Karjalassa

## 2) Lasten ja nuorten hyvinvointia edistävät sekä ongelmia ehkäisevät toimet ja palvelut sekä yhteistyö

### • Perhekeskustoiminta ja monialainen lapsi- ja perhetyöryhmä Mopsi

- Monialainen lapsi- ja perhetyöryhmä Mopsi toimii osana Siun soten keskisen alueen perhekeskusverkostoa ja on yksi perhekeskustiimeistä. Keskisen alueen perhekeskusverkosto kehittää yhdessä perhekeskustiimien toimintaa samaan suuntaan, antaa tukea ja ratkoo yhdessä perhekeskusjohtoryhmän avulla keskeisiä ilmiöitä, perhekeskustiimeistä nousseita aloitteita sekä ajankohtaisia asioita.
- Monialainen lapsi- ja perhetyöryhmä kokoontui vuonna 2025 kahdeksan kertaa. Kokouksissa Ilomantsin lapsia, nuoria ja perheitä kohtaavat yksikkönsä edustajat ovat käyneet läpi työryhmän tehtävien mukaisia asioita, mm. perhekeskustoiminnan kunnassa, ehkäisevän päihdetyön ohjausryhmän asioita sekä oppilashuoltoryhmän asioita. Tämän lisäksi työryhmän jäsenet ovat saaneet yksikköihinsä vietäväksi tietoa, osaamista sekä materiaalia työn tueksi.
- Monialainen lapsi- ja perhetyöryhmä Mopsi sai maakunnallisen perhekeskustoiminnan palkinnon vuonna 2025 tehdystä työstä.
- Ilomantsin perhekeskuksen kohtaamispaikka Perhekahvila on toiminut Pohjois-Karjalan hyvinvointialueen sekä kunnan yhteistyöllä lapsiperheiden kohtaamispaikkana vuonna 2025 38 kertaa, kävijämäärä aikuisia 191 ja lapsia 204, keskimääräisesti 10 kävijää/kerho. *(Laskelmiin ei ole laskettuna perhekahvilan järjestämää valokuvauskertaa, joka tavoitti n. 30 lasta + huoltajat).*

### • Osallisuus

- Perhekahvilassa lapsiperheet ovat saaneet vaikuttaa toiminnan suunnitteluun sähköisellä kyselyllä sekä kahvilakerroilla otetuissa vapaissa palautteissa. Lapsille on tarjottu mahdollisuus näyttää muun muassa kuvakortein heidän toiveitaan perhekahvilakerran toteutuksista.
- Varhaiskasvatusikäisille sekä alakouluikäisille lapsille järjestettiin Ilomantsissa Lasten kyselytunti, jossa lapset saivat esittää päättäjille sekä viranhaltijoille heitä mietityttäviä kysymyksiä.
- Leikkikenttien kehittämisestä kerättiin ideoita ja palautteita lapsilta sekä perheiltä kesäpiknikeillä.
- Nuorten toiveita eri nuorisotoimen järjestämisestä tapahtumista on kerätty nuorisotilassa sekä koulupäivien aikana sisältyvissä ohjatuissa toiminnoissa.
- Varhaiskasvatuksessa lapsia on osallistettu liikkumisen suunnitteluun piirtämällä, haastattelemalla sekä äänestämällä.
- Kouluikäisille on järjestetty vuosittainen harrastekysely Harrastamisen Suomen mallin toiminnan suunnitteluvaiheessa, ja ohjatuissa toiminnoissa kerätään toimintakauden aikana säännöllisesti palautetta.
- Harrastamisen Suomen mallissa on toteutettu laaja-alaista harrastusetsivätoimintaa, jossa etsitään ilman harrastusta jääneitä sekä heille mieleistä harrastustoimintaa.

# 3) Suunnitelman toteuttaminen vuonna 2025

**Painopiste: Hyvinvoivat ja toimintakykyiset lapset ja nuoret**

1) **Tavoite:** Liikkumisen lisääminen ja ylipainon vähentäminen lapsilla ja nuorilla.

**Tehdyt toimet vuonna 2025:**

- **Hallinto:** Syksyn aikana kuntosalikampanja tavoitti aikuisväen lisäksi myös nuoria kuntosalille tutustujia. Ilomantsin kunnan järjestämässä kuntosalikyselyssä nuoret ovat päässeet vaikuttamaan ja tuomaan esille omia toiveitaan ja tarpeitaan. Leikkikenttien kehittäminen jatkunut teknisen toimen kanssa. Terveys- ja hyvinvointimittauspäivä TestLab Mehtimäki -hankkeen kanssa on tarjottu toinen testauspäivä erityisesti urheiluseuran sekä tavoitteellista urheilua suorittaville nuorille. Sivistystoimen yleisavustuksien avulla on tuettu lasten ja nuorten liikkumista. Uimahallissa lastenlauantait joka kuukauden viimeinen lauantai, jossa myös kunto- ja lastenaltaiden veden lämpötilaa on nostettu.
- **Varhaiskasvatus:** Tehty kokonaistilannearviointi nykytilasta liikunnan kehittämisessä. Liikkumisen lisääminen erilaisten teemaviikkojen avulla. Varhaiskasvatuksessa olevien lasten sekä heidän perheidensä tiedon lisääminen liikkumisen hyödyistä sekä jaettu liikkumisvinkkejä hoitopäivän jälkeiseen aikaan. Lisäksi liikuntatoimi on pitänytvarhaiskasvatuksessa säännöllisesti virikeperjantaita ohjaten liikunnallisiin leikkeihin. Liikuntasalivuorot olleet viikoittain päiväkodin käytössä.
- **Perusopetus ja lukio:** MOVE-tuloksia hyödynnetty kouluterveydenhoitajan sekä koululääkärin tarkastuksissa. Tämän pohjalta käyty keskustelua harrastuksiin motivoitumisesta ja annettu kerhotiedotteen avulla ohjausta mieleisen harrastuksen löytymiseen. Ylipainon osalta toteutettu hyvinvointialueen yhteistä hoitopolkua, jota tehdään perheen voimavarojen mukaisesti. Perusopetuksessa käynnistynyt Harrastamisen Suomen malli, jossa tarjotaan mieleisiä ja uusia harrastustoimintoja 1. - 9.-luokkalaisille. Perusopetuksessa on liikkuvia välitunteja. Perusopetuksessa välinelainaamo, jossa lainattavissa välitunneille erilaisia liikunnallisia tavaroita. UNICEF-kävely toteutunut syksyllä. Lukiossa liikunnan valinnaiset opinnot ovat toteutuneet hyvin.
- **Liikunta- ja nuorisotoimi sekä maahanmuuttajapalvelut:** Keväällä toteutettu kerhoja ja harrastuksia paikallisen harrastustoiminnan hankeavustuksella. Kesäajan piknik-tapahtumissa on järjestetty lapsille ja nuorille suunnattua liikunnallista ohjelmaa. 4. - 6.-luokkalaisille on järjestetty matalan kynnyksen höntsä-liikuntaryhmiä sekä nuorille lasketteluretki Mustavaaralle. Lisäksi on tarjottu koululaisten lomaviikoille ohjattua ohjelmaa ja myös alle kouluikäisille tarjottu loma-aikoina liikuntakerhoja ja leikkikenttätoimintaa sekä aikuisten liikuntatoteutuksen yhteydessä lapsiparkkitoimintaa. Uimataitoa on opetettu tukiovetuksen ja koulu-uintien lisäksi uinnin alkeilla sekä alle kouluikäisten uintikerholla. Kampanjoita toteutettu omatoimisen liikkumisen edistämiseksi. Maahanmuuttajapalveluissa harrastusten pariin saattaminen.
- **Siun sote:** Kannustettu esimerkiksi perhetyössä sekä tukihenkilötoiminnassa liikkumiseen sekä tuettu mielekkään liikuntaharrastuksen löytämisessä. Ohjatussa toiminnassa liikuttu ja ulkoiltu yhdessä.
- **Seurakunnat:** Kerhoissa ja leireillä pelattu liikunnallisia pelejä, tehty luonnossa rastiratoja, panostettu terveelliseen ruokaan ja tarjoiltaviin. Seurakunnan omissa tilaisuuksissa ei ole saanut käyttää energijuomia. Kaupan mehu on osittain korvattu vapaaehtoisten keräämillä ja mehustamalla viinimarjamehulla.
- **Perhekahvila:** Liikuntavuorokertoja perheiden toiveiden mukaisesti. Toteutettu myös liikkumista leikkikenttäkerroilla sekä yhteisin vaunulenkein.

26.3.2026

# 3) Suunnitelman toteuttaminen vuonna 2025

**Painopiste:** Hyvinvoivat ja toimintakykyiset lapset ja nuoret

**2) Tavoite:** Lasten ja nuorten tukeminen ruutuajan vähentämiseen.

**Tehdyt toimet vuonna 2025:**

**Perusopetus ja lukio:** Kouluterveydenhoitajan tarkastuksissa ruutuajan puheeksiotto. Vaihtoehtoisten toimintojen ideointi yhdessä lasten ja nuorten kanssa. Peruskoulussa päivitetty järjestyssääntöjä muuttaen sinne säännöksi, että oppitunneilla ei saa olla kännykät käytössä. Ruokailussa puhelimet kielletty. Välitunnilla yläkouluikäiset saavat käyttää älylaitteita. Koululla toteutuneessa Voi hyvin -teemaviikossa käsitelty älylaitteita. Harrastustoimintojen aikana ei saa käyttää puhelinta muutoin kuin ohjaajan luvalla.

**Liikunta- ja nuorisotoimi:** Nuorten toiminnoissa ohjattu älylaitteiden käytön vaihtoehtoisiin toimiin. Tehty viestintää/informaatiota mm. julistein lapsille ja nuorille suunnatuissa tiloissa. Pizzatiistaisin ei ole nuorisotilan pelilaitteet käytössä, jolloin tehdään ohjattua yhteistoimintaa.

**Kirjasto- ja elokuvatoimi:** Tuotu esille kirjastoa eri keinoin, mm. pop up -kirjastona kesätorilla, seitsemäs- ja kahdeksaluokkalaisille kirjailijavierailua koululla. Varhaiskasvatuksen ja perusopetuksen yhteinen lukutaitotyö, mm. satuhetket, tutustumiskäynnit kirjastoon, tiedonhaun opetus ja kirjavinkkaus tavoitteena mm. lukemaan innostaminen.

**Siun sote:** Neuvolatoiminnassa sekä lapsiperhepalveluissa ruutu-aika otettu puheeksi sekä sen näkökulma muun toiminnan vaikutukseen. Lisäksi tarjottu keinoja ruutuajan rajaamiseen.

**Seurakunnat:** Ohjattujen toimintojen aikana puhelimet eivät ole käytössä. Tapahtumissa ja leireillä ruutu-aika on rajattu ohjelmaosuuksien ulkopuoliseen aikaan.

**Perhekahvila:** Lapsiperheiden tietoisuutta ruutuajasta lisätty tarjolla olevien materiaalien kautta sekä keskusteluissa.



# 3) Suunnitelman toteuttaminen vuonna 2025

**Painopiste: Hyvinvoivat ja toimintakykyiset lapset ja nuoret**

**3) Tavoite:** Lasten ja nuorten hampaiden harjaaminen toteutuu kahdesti päivässä.

**Tehdyt toimet vuonna 2025:**

**Perusopetus ja lukio:** Alakoululaisille suuhygienistit ovat pitäneet suuhygieniainfon. Kouluterveydenhoitajan tarkastuksissa otetaan suunterveys puheeksi ja annetaan ohjausta.

**Liikunta- ja nuorisotoimi:** Nuorten tapahtumissa palkinnoissa huomioitu xylitolituotteet. Viestitty nuorille suunterveydestä ja terveyden edistämisestä.

**Siun sote:** Neuvolatoiminnassa suun terveyden puheeksiottoa sekä ohjausta. Lapsiperhepalveluissa hampaiden peseminen otettu puheeksi ja ohjattu siihen sekä pyritty löytämään perheelle sopivat keinot asian edistämiseksi.

**Seurakunnat:** Leireillä muistutettu nuoria hampaiden pesusta päivittäin ja lastenleirillä hampaat on harjattu yhdessä koko porukalla ulkona.

**Perhekahvila:** Hammashygienisti vierailut antamassa ohjausta ja neuvontaa lapsiperheille.



# 3) Suunnitelman toteuttaminen vuonna 2025

**Painopiste: Osallisuus, yhteisöllisyys ja turvallinen arki**

1) **Tavoite:** Yhteisöllisyys ja mielen hyvinvointi lisääntyy ja yksinäisyys vähenee.

**Tehdyt toimet vuonna 2025:**

**Hallinto:** Kesätoreilla lapsille suunnattu toripäivä, jossa ollut paljon erilaista toimintaa. Mielen hyvinvointi -kampanjaviikko 47, teknisen toimen kanssa Ilomielen polun korjaus ja ehostaminen sekä tiedottaminen. Perhekahvilan tukeminen lapsiperheiden kohtaamispaikkana.

**Varhaiskasvatus:** Päivitetty kiusaamisen ehkäisyn suunnitelma, käsitelty teemoja toiminnoissa ja MiniVerso-toiminta käynnistetty sekä jalkautettu osaksi ryhmien toimintaa. Erityisopettaja elokuuhun 2025 asti päiväkodilla ja tämän jälkeen päivän viikossa. Isompien lasten ryhmien kerhotoiminnassa käsitelty tunne- sekä kaveritaitoja. Päiväkoti järjestänyt keväällä perheille yhdessä Marttojen kanssa toiminnallisen tapahtuman sekä talvella Ilomantsi 150 vuotta -yhteisjuhlan. Seurakunnat ovat käyneet päiväkodissa säännöllisesti.

**Perusopetus ja lukio:** Perusopetuksen HYVIS-tunneilla käsitelty näitä teemoja. Positiivista pedagogiikkaa sekä vahvuuspedagogiikkaa toteutettu. Oppilas- ja opiskelijakunta-toiminnassa yhteistä tekemistä. Kummi- ja tukioppilastoimintaa on ollut välituntiohjelmin ja teemapäivin. Perusopetuksessa alettu työstää hyvinvoinnin vuosikelloa laajan hyvinvointisuunnitelman sekä lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelman pohjalta. Harrastamisen Suomen mallin toimintaan osallistuville ja heidän huoltajilleen tiedotettu kiusaamisen nollatoleranssista. Rasisminvastaisella viikolla esillä yhdenvertaisuus ja tasa-arvo. Lukiolla hyvinvointivälitunnit ja alakoululla toiminnalliset välitunnit teemoina rentoutus, piirustus, luku ja leikki. Nuoriso-ohjaaja järjestänyt säännöllisesti 5. – 9.-luokkalaisille ohjelmaa välitunneilla. KiVa-viikon välituntiohjelma on kaikenikäisille perusopetuksessa.

**Liikunta- ja nuorisotoimi sekä maahanmuuttajapalvelut:** Nuorisotila avoinna nuorten kohtaamispaikkana, joka toimii kiusaamisen vastaisena alueena. Nuorten toivomia teemoja ja toimintoja toteutettu. Tapahtumien ja retkien järjestäminen matalan kynnyksen tapahtumina sekä mahdollisimman monenlaisia ja monelle suunnattuja tapahtumia. Nuorisotilassa on järjestyssääntöjen lisäksi turvallisen tilan säännöt luomassa turvallista tilaa nuorille. Nuorisotoimi on pitänyt kuukausittain aamu- ja iltapäivätoiminnassa oleville (0.–2.-lk.) ohjelmaa sekä lisäksi kevät- ja syksyretket. Koululaisille järjestetty kesäajan kerhotoimintaa sekä kesäretkiä. Maahanmuuttajien ohjausta ja saattamista mieleisten harrastuksen pariin on toteutettu maahanmuuttajapalveluissa. Maahanmuuttajaillassa Perhekahvilan lapsiperheiden kohtaamispaikka on ollut esittelyssä.

**Kirjasto ja elokuvatoimi:** Lapsille toteutunut Kirsi Kunnaksen Runo-olohuone-näyttely lastenosastolle eri tavoin runoihin tutustumalla. Kaikille soveltuva Lainan päivän kampanjan ”150 lainaa” kannustanut lukemaan kirjoja vuoden aikana. *Nuoret aikuiset keskelle kenttää* - Vaara-kirjastojen hankkeen myötä bakkäri-passi kannustaa syrjäytyneitä nuoria palaamaan kirjaston asiakkaaksi antamalla mahdolliset sakot anteeksi. Kirjastossa järjestelty selko- ja isotekstiset aineistot saavutettavuusnäkökulmasta helpommin saavutettavaksi. Kirjastolla toteutettu ympäristön esteettömyys- ja saavutettavuusarviointi. Kino Mantsin 50-vuotisjuhla- viikonloppuna myös lapsille maksuton elokuvanäytös.

**Siun sote:** Toteutettu BUUSTI-ryhmä, jossa tarjotaan harrastustoimintaa tukea tarvitseville nuorille. Neuvolapalveluissa tehdään tukiverkoston ohjausta ja otetaan kaveritaidot puheeksi. Siun sotessa on otettu käyttöön uusi palvelu perheille – perhepuhelin, joka tukee lapsiperheitä kokonaisvaltaisesti.

**Seurakunnat:** Perhetapahtumia sekä yhteistyön tekemistä. Nuorille pizzailtoja ja erilaisia tapahtumia. Kouluun jalkautumista. Seurakunnissa toimintoja yli oman kunnan rajojen, jossa nuorilla ollut mahdollisuus lisätä ihmissuhteita omankin kunnan ulkopuolelle. Toiminnassa panostettu ryhmäytymiseen ja esim. rippikoulussa jokaisen nuoren kanssa ohiaaia keskustellut kahden kesken leirin alussa, keskellä ja lopussa. Leireillä osallistutetaan ohjelmien tekemiseen.



ILOMANTSI

# 3) Suunnitelman toteuttaminen vuonna 2025

**Painopiste: Osallisuus, yhteisöllisyys ja turvallinen arki**

**2) Tavoite:** Aamupalarutiinit ovat jokaisen lapsen ja nuoren arjessa läsnä.

**Tehdyt toimet vuonna 2025:**

**Perusopetus ja lukio:** Kouluterveydenhoitajan vastaanotoilla puheeksiotto sekä aamupalan syömiseen kannustettu keskustelulla. Kodin ja koulun päivässä terveelliset ravitsemustottumukset sekä mm. aamupalan syömiseen tärkeys ollut lasten, nuorten ja perheiden kanssa toiminnallisessa muodossa keskustelussa.

**Liikunta- ja nuorisotoimi:** Aamupalan tarjoaminen yläkoululla sekä lukiolla yhteistyössä muiden nuorisotyötä tekevien kanssa sekä niiden lisäksi nuorisotoimen järjestämänä KiVa-viikoilla. Viestintää terveellisen ravitsemuksen osalta sekä aamupala-haastekampanja nuorisotilassa.

**Siun sote:** Puheeksiotto ja ohjaus. Käsitellyt terveellistä ravitsemusta asiakassuunnitelmissa ja käytännössä. Ravitsemusterapeutti vierailut perhekahvilassa. Terveellisiä aamu- ja välipalavinkkejä jaettu Tervettä kasvua -hankkeen kanssa.

**Seurakunnat:** Aamupalan tarjoaminen ajoittain kouluilla. Leiritoiminnassa säännöllinen ruokarytmi.

**Kirjasto:** Päivittänyt verkkosivuille osion ”lasten kirjoja aiheista” oman osion Syöminen ja ruokailu, josta löytyy kootusti tieto- ja kaunokirjallisuutta aihepiiristä.

**Hyvinvointikoordinaattori:** Lasten hiihtokisoissa energiajuoma-infopiste tavoittaen lapsia, nuoria sekä perheitä. Moniammatillisen lapsi- ja perhetyöryhmän tiedottaminen ja osaamisen lisääminen Tervettä kasvua -hankkeen avulla sekä muiden ajankohtaisten tiedotusten osalta.



# Vuoden 2026 aikana tuoreiden kouluterveyskyselyn tuloksien pohjalta erityistä huomiota kannattaisi kiinnittää seuraaviin asioihin:

## 1. Hyvinvoivat ja toimintakykyiset asukkaat

- Liikkumisen lisääminen ja ylipainon vähentäminen lapsilla ja nuorilla.

*Hengästyttävää liikuntaa yli 1 h viikossa harrastaneiden 8.- ja 9.-luokkalaisten määrä on Ilomantsissa Pohjois-Karjalan kunnista toiseksi pienin.*

- Lasten ja nuorten tukeminen ruutuajan vähentämiseen.

*4. ja 5. luokan sekä 8. ja 9. luokan oppilaiden netin käyttö. Ilomantsissa mm. lapset kokevat viettävänsä liikaa aikaa netissä.*

- Lasten ja nuorten hampaiden harjaaminen toteutuu kahdesti päivässä.

*Ilomantsilaiset 8. ja 9.-luokkalaiset harjaavat hampaitaan kahdesti päivässä vähiten Pohjois-Karjalassa.*

## 2. Osallisuus, yhteisöllisyys ja turvallinen arki

- Yhteisöllisyys ja mielen hyvinvointi lisääntyy ja yksinäisyys vähenee.

- Aamupalarutiinit ovat jokaisen lapsen ja nuoren arjessa läsnä.

*Aamupalaa joka arkipäivä syövien määrä on Pohjois-Karjalassa toiseksi pienin.*

- *Tupakkaa, sähkötupakkaa, nuuskaa tai nikotiinipusseja vähintään kerran käyttäneitä 4. ja 5. luokan oppilaita on Ilomantsissa eniten Pohjois-Karjalan kuntiin verraten.*

