

# TOHMAJÄRVEN HYVINVOINTISUU NNITELMA

---

2022-2025





Valtuusto päättää  
hyvinvoinnin edistämisen  
painopisteet ja  
strategiset mittarit

Kuntastrategia  
Hyvinvointisuunnitelma  
Talousarvio ja –  
suunnitelma  
Muut suunnitelmat



Lautakunnat ja  
kunnanhallitus  
määrittävät hyvinvoinnin  
edistämisen  
toiminnalliset tavoitteet,  
toimenpiteet ja mittarit

Talousarvio ja  
käyttösuunnitelmat  
Toimialakohtaiset  
tarkentavat  
suunnitelmat



Kuntalaiset, järjestöt ja  
yhteisöt osallistuvat  
aktiivisesti yhteisen  
hyvinvoinnin  
edistämiseen

Kuntalaisten  
kokemukset  
hyvinvoinnista ja  
mittarit

# TOHMAJÄRVE LÄISTEN YHTEINEN HYVINVOINTI

# HYVINVOINNIN SWOT- ANALYYSI

## VAHVUUDET

- Yhteinen tahtotila edistää hyvinvointia
  - Kunta on toimijana joustava
- Kuntaan päin helppo asioida ja lähestyä
  - Kaunis ja monipuolinen luonto
- Monipuoliset lähiliikuntapaikat ja kulttuuritarjonta (edullisuus!)

## HEIKKOUEDET

- Sijainti
- Työttömyys
- Kunnan sisäiset välimatkat pitkiä
  - Julkinen liikenne heikkoa
- Matala koulutustaso

## Hyvinvoinnin SWOT

## MAHDOLLISUUDET

- - Yhteistyö sujuvaa eri toimijoiden kesken
  - - Itärajan tulevaisuus
- - aktiiviset nuoret ja nuorisovaltuusto
  - - Aktiiviset ikäihmiset
- - Luonto

## UHAT

- "erakoituminen" / yksinäisyys
- Muuttunut itärajan tilanne
- Nuorten mielenhyvinvointi
- Päihteiden runsas käyttö ja sen seuraukset
- huono-osaisuuden ylisukupolvisuus

TERVEET  
ELINTAVAT

**LIIKUNNALLINEN ELÄMÄNTAPA LISÄÄNTYY KAIKISSA IKÄRYHMISSÄ**

(mittari: HYTE-kertoimen indikaattorit ja kouluterveyskyselyn tulokset)

**YLIPAINOISTEN LASTEN JA NUORTEN MÄÄR EI ENÄÄ LISÄÄNNY (vuosi 2025) KEHITYSSUUNNAN KÄÄNTÄMINEN PITKÄLLÄ AIKAVÄLILLÄ**

(mittari: Sotkanet)

**EHKÄISEVÄN PÄIHDETYÖN RAKENTEINTA KEHITETÄÄN JA PÄIHTEIDEN KÄYTTÖÄ SAADAAN VÄHENNETTYÄ KAIKISSA IKÄRYHMISSÄ**

(Mittari: PAKKA-toimintamallin käyttöönottoaminen ja kouluterveyskyselyn sekä muiden kyselyiden tulokset)

MIELLEN  
HYVINVOINTI

**YKSINÄISYYS VÄHENEÄ KAIKISSA IKÄRYHMISSÄ**

(mittari: kouluterveyskysely, FINterveys)

**LASTEN JA NUORTEN MIELENTERVEYS VAHVISTUU**

(mittari: kouluterveyskysely)

OSALLISUUS  
JA  
YHTEISÖLLIS  
YYS

**TUETAAN YHDISTYSTEN KANSALAISTOIMINTAA**

(mittari: kuntalaiskysely)

**LISÄTÄÄN KUNTALAISTEN OSALLISUUDEN KOKEMUKSIA**

(mittari: THL-osallisuusindikaattori)

# HYVINVOI NNIN PAINOPIS TEET

# TERVEET ELINTAVAT

## Terveet elintavat tukevat hyvinvointia

Terveiden elintapojen kolme peruskiveä ovat uni, ravinto ja liikunta. Terveiden elintapojen edistämisessä on tärkeää huomioida erityisesti edellä mainitut osa-alueet. Näiden elementtien ollessa kunnossa heijastuu se myös mielenhyvinvointiin sekä muihin elämän osa-alueisiin kuten mm. työ- ja perhe-elämään. Tohmajärven kouluterveyskyselyn (2021) tulosten perusteella aivan erityistä huomiota tulee kuitenkin kiinnittää päihteiden käytön vähentämiseen.

Terveiden elintapojen edistämisessä hyödynnetään Tohmajärvellä erityisesti alueen kaunista ja monipuolista luontoa, joka tarjoaa monipuolisia liikunta- ja virkistysmahdollisuuksia.

## Tavoitteet

- liikunnallinen elämäntapa lisääntyy kaikissa ikäryhmissä (mittari: HYTE-kertoimen indikaattorit ja kouluterveyskyselyn tulokset)
- ylipainoisten lasten ja nuorten määrä ei enää lisäännä (vuosi 2025), kehityssuunnan kääntäminen pitkällä aikavälillä (mittari: Sotkanet)
- ehkäisevän päihdetyön rakenteita kehitetään ja päihteiden käyttöä saadaan vähennettyä kaikissa ikäryhmissä (Mittari: PAKKA-toimintamallin käyttöönottoaminen ja kouluterveyskyselyn sekä muiden kyselyiden tulokset)

# MIELLEN HYVINVOINTI

## KAIKILLA ON OIKEUS JA MAHDOLLISUUS MIELEN HYVINVOINTIIN

Kouluterveyskyselyn (2021) perusteella lasten ja nuorten mielenterveyshaasteet ovat huomattavia. Koronakriisin myötä mielen pahoinvointi on lisääntynyt muissakin ikäryhmissä. Yksinäisyys on huomattavan suurta verrattuna valtakunnan ja maakunnan lukuihin. Yksinäisyyden torjunta tulee olemaan kunnan hyvinvointisuunnitelman keskeinen osa-alue.

Mielenhyvinvoinnin tukemisessa huomioidaan monipuolisesta alueen luonnon tarjoamat mahdollisuudet. Tutkitustikin luonto ja luonnossa liikkuminen lisää koettua hyvinvointia.

## TAVOITTEET

- Yksinäisyys vähenee kaikissa ikäryhmissä (mittari: kouluterveyskysely, FINterveys)
- Lasten ja nuorten mielenterveys vahvistuu (mittari: kouluterveyskysely)

# OSALLISUUS JA YHTEISÖLLISYYS

## KAIKILLA ON MAHDOLLISUUS OSALLISUUTEEN

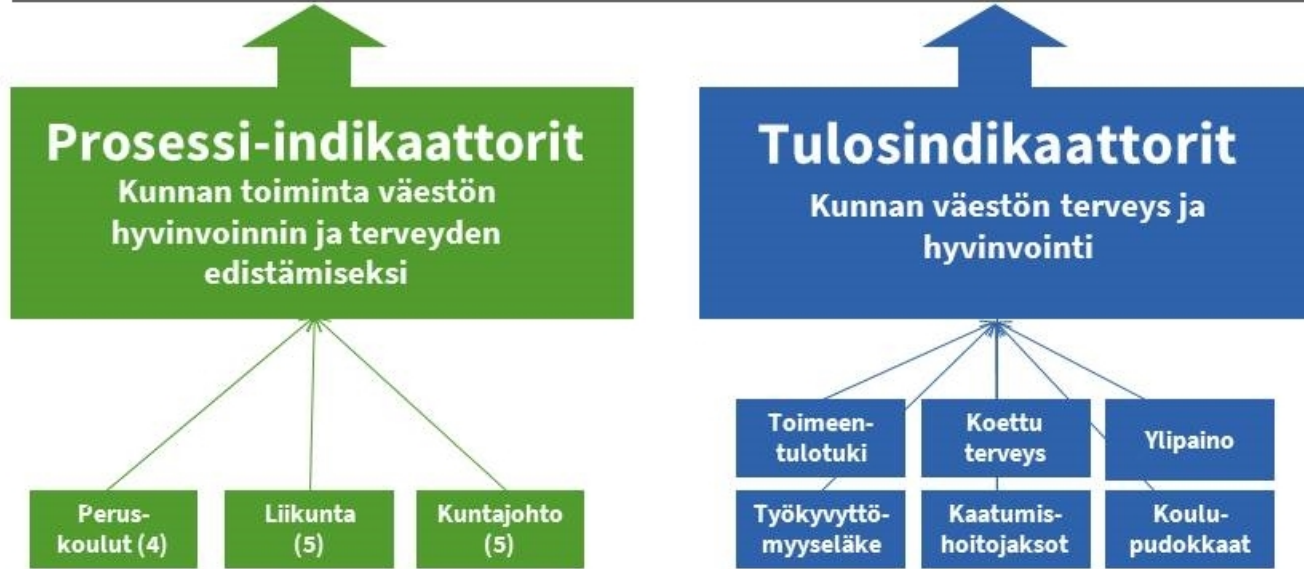
Kokemus osallisuudesta – yhteisöön kuulumisen tunteesta – lisää hyvinvointia, turvallisuutta, uskoa tulevaisuuteen ja omiin mahdollisuuksiin. Osallisuus vähentää yksinäisyyttä ja parantaa elämänlaatua.

Suunnitelmakaudella tullaan kehittämään yhteistyötä kolmannen sektorin suuntaan ja aktivoimaan kuntalaisten ja sidosryhmien osallisuutta yhteisen hyvinvoinnin kehittämisessä.

## TAVOITTEET

- tuetaan yhdistysten kansalaistoimintaa (mittari: kuntalaiskysely)
- lisätään kuntalaisten osallisuuden kokemuksia (mittari: THL-osallisuusindikaattori)

# Kuntien HYTE-kerroin



## STRATEGINEN MITTARISTO

### HYTE-KERROIN

HYTE-kerroin on kannustin, joka tarkoittaa, että kuntien rahoituksen valtionosuuden suuruus määräytyy osaksi niiden tekemän hyvinvoinnin ja terveyden edistämistyön mukaan. Tällä halutaan varmistaa kuntien aktiivinen toiminta asukkaiden hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseksi myös sote-uudistuksen jälkeen.

Hytekerroin muodostuu prosessi- ja tulosindikaattoreista.

Kannustin on suunniteltu otettavan käyttöön vuoden 2023 alusta, jolloin kunnille jaetaan ensimmäisen kerran uudistuksen jälkeinen valtionosuus. Jo nyt tehtävä työ tulee siis vaikuttamaan rahoitukseen. (THL)