

Hankekuvaus ja Laskennallinen tarveselvitys:

Alueelliset hyvinvointipolut – elintapamuutoksen ja omahoidon tuen kehittäminen

964/00.01.05.00/2025

Yksikkö: Hallintopalvelut, kehittämispalvelut

Laatija: vt. hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen päällikkö Leena Suhonen

Rahoituslaskelma

Alueelliset hyvinvointipolut -avustushaun toteuttavat yhteistyössä hallituksen Suomi liikkeelle- ja Terveystieteiden ohjelmat ajalle 1.1.2025-31.3.2027. Pohjois-Karjalan hyvinvointialue on haettavassa hankkeessa osatoteuttaja, pää toteuttajana toimii Pohjois-Karjalan Kansanterveyden keskus. Avustuksen hakijan tulee olla hankekonsortio, joka koostuu useammasta organisaatiosta siten, että yksi organisaatio on avustuksen varsinainen hakija, ja avustusta siirretään muille hankekokonaisuuteen osallistuville organisaatioille. Avustus tullaan jakamaan enintään arviolta kolmelle hankekonsortiolle, joten avustuksen määrä tulee olemaan noin 650 000 €/hankekonsortio. Avustukset myönnetään täysimääräisinä, omarahoitusosuutta ei edellytetä.

Talousarvion valmistelu on kesken. Siun soten osuus hankekonsortiossa tulee olemaan 0,25 htv hankkeen aikana. Henkilöstökuluihin on arvioitu menevän

v. 2025	n. 7 000 €	(1.6.-31.12.2025)
v. 2026	n. 14 000 €	(1.1.-31.12.2026)
v. 2027	n. 2000 €	(1.1.-31.3.2027)

Kokonaisavustuksen määrä on arvioitu 650 000 €, joka jakautuu sovitusti osatoteuttajien kesken.

Rahoituksen kuvaus

Alueelliset hyvinvointipolut -avustushaun toteuttavat yhteistyössä hallituksen Suomi liikkeelle- ja Terveystieteiden ohjelmat. Liikunnallisen elämäntavan ja toimintakyvyn poikkihallinnollisen Suomi liikkeelle -ohjelman tavoitteena on kääntää liikkuminen kasvuun jokaisessa ikäryhmässä. Ohjelmaa koordinoi opetus- ja kulttuuriministeriö. Avustus on tarkoitettu alueellisen hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen tukemiseen lisäämällä vaikuttavien keinojen käyttöä sekä vahvistamalla alueellista yhteistyötä. Avustuksiin on käytettävissä enintään 2 miljoonaa euroa. (0,5 miljoonaa euroa sosiaali- ja terveysministeriön Terveystieteiden ohjelmasta sekä 1,5 miljoonaa euroa opetus- ja kulttuuriministeriön Suomi liikkeelle -ohjelmasta).

Hankkeen kuvaus

Hankeaika on 1.1.2025-31.3.2027. Hankehakemusta valmistellaan parhaillaan hankeconsortiossa ja jätetään rahoittajalle 14.2.2025 mennessä. Terveystyö-ohjelmassa toteutetaan poikkihallinnollisesti ja yhdessä järjestöjen kanssa toimenpiteitä, joilla vahvistetaan hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen vaikuttavuutta ottamalla käyttöön vaikuttaviksi arvioituja käytäntöjä sekä kehitetään uusia ratkaisuja perustuen kokonaistaloudelliseen hyötyyn ja kustannusvaikuttavuuteen. Suomi liikkeelle -ohjelmassa toteutetaan poikkihallinnollisia toimenpiteitä, joilla parannetaan liikkumisen mahdollistavia rakenteita. Erityistä huomiota kiinnitetään arjessa tapahtuvan liikkumisen edistämiseen.

Avustuksen päämääränä on edistää ihmisten terveyttä ja hyvinvointia sekä vähentää terveys- ja hyvinvointieroja. Tavoitteena on saada aikaan positiivisia elintapamuutoksia valituissa väestöryhmissä, ottaa käyttöön vaikuttaviksi todennettuja toimintamalleja sekä kehittää ja vakiinnuttaa alueellisia terveellisiä elintapoja edistäviä toimintamalleja. Hankkeissa kehitetään terveyttä edistävien elintapojen ja omahoidon tukea. Hankkeet kohdennetaan alueille, joilla on tietopohjaisesti tunnistettu tarve väestön hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseen ja joissa ei ole vielä kehitetty tällaisia toimenpiteitä tai toimenpiteiden määrä on ollut vähäinen. Toiminnan kohderyhmänä ovat väestöryhmät, jotka ovat elintapojen (mukaan lukien vähäinen fyysinen aktiivisuus, ravintotottumusten haasteellisuus), yksinäisyyden ja syrjäytymisriskin vuoksi alttiita terveys- ja hyvinvointiongelmille. Kehittämistyössä tarjotaan näiden ryhmien tarpeisiin sovitettuja näyttöön perustuvia monimuotoisia ja eri kanavia hyödyntäviä toimintoja tai palveluja. Toimia toteuttavat laajasti eri toimijat, myös sosiaali- ja terveydenhuollon ulkopuolella. Hankkeissa vahvistetaan alueellista yhteistyötä toimimalla yhdessä esimerkiksi kuntien, hyvinvointialueiden, järjestöjen, yritysten ja oppilaitosten kanssa.

Siun sote on mukana hankeconsortiossa, jossa päätoimijana on Pohjois-Karjalan Kansanterveyden keskus. Se on jatkanut alueellisesti Pohjois-Karjala projektin mukaista hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen työtä 2000-luvulla. Hankeconsortion avulla päämääränämme on toteuttaa Pohjois-Karjala -projekti 2.0 alueellisena pilottina 2020-luvun hengessä, jossa hyödynnetään nykyisiä digitalisuuteen pohjautuvia elintapavalmennuksen menetelmiä. Unohtamatta kuitenkin Pohjois-Karjala projektin yhteisölähtöistä lähestymistapaa ja vahvaa viestinnällistä panosta.

Siun soten osuus osatoteuttajana on keskittyä hankkeessa diabetesriskissä olevien pohjoiskarjalaisten tunnistamiseen ja asiakasohjaukseen sekä elintapavalmennuksen juurruttaminen olemassa oleviin rakenteisiin. Mukana on terveysasemat. Hankkeen tavoitteena on laatia hyvinvointialueen yhteinen toimintamalli diabeteksen sekä sydän- ja verisuonisairauksien riskin varhaiseen tunnistamiseen ja asiakkaiden jatko-ohjaamiseen eri elintapaohjauksen palveluihin. Yhtenä ohjautumiskanava on hankkeen toteuttama elintapavalmennus. Hankkeen aikana vaikuttavaksi todettuja elintapaohjauksen käytänteitä on tarkoitus hyödyntää hyvinvointialueen omien elintapaohjauksen sisältöjen tuottamisessa digipalvelualueella. Lisäksi hankkeen aikana vahvistetaan ammattilaisten elintapaohjaukseen liittyvää osaamista

Kohderyhmä

Suomalainen DPS-tutkimus osoitti, että tyypin 2 diabeteksen kehittyminen voidaan ehkäistä yksinkertaisilla elintapamuutoksilla: painon vähentämisellä, terveellisemmällä ruokavaliolla ja liikunnan lisäämisellä. D2D-hankkeessa tunnistettiin esimerkiksi FINDRISC-diabetesriskitestiä hyödyntämällä yksilöitä, joiden riski sairastua diabetekseen oli suuri.

Hankkeen kohderyhmänä on diabetesriskissä tai sydän- ja valtimotautiriskissä olevat 20-60 vuotiaat pohjoiskarjalaiset.

Hankkeen tarve

Pohjois-Karjalan hyvinvointialueella on luotu pohja elintapaohjauksen kehittämiseksi ja yhteistyölle eri toimijoiden kanssa Tulevaisuuden sosiaali- ja terveyskeskus -hankkeessa (2022-2023). Koulutusten ja hankkeessa kehitettyjen toimintamallien tavoitteena on ollut yhtenäistää toimintatapoja ja vahvistaa elintapaohjauksen toteutumista osana jokaisen ammattilaisen omaa perustyötä. Hankkeessa kehitetty Elintapaohjauksen polku toimii aikuisväestön kanssa työskentelevien ammattilaisten elintapaohjauksen toimintamallina, mikä on ensimmäinen askel kohti vaikuttavampaa, yhdenvertaisempaa ja tasalaatuisempaa elintapaohjausta Siun soten alueella. Lisäksi hankkeessa kehitettiin elintapaohjauksen rakenteita niin Siun soten sisäisesti kuin yhteistyössä kuntien ja muiden toimijoiden kanssa, jotka ovat edellytys systemaattiselle ja tavoitteelliselle yhteistyölle.

Siun soten elintapaohjauksen nykytilan kartoituksen (2022) pohjalta nousi tarve laatia elintapaohjauksen toimintasuunnitelma Siun soten elintapaohjauksen johtamisen ja koordinaation työvälineeksi.

Toimintasuunnitelma on rajattu Siun soten prosessinomaiseen elintapaneuvontaan sekä siihen liittyvään palveluketjuun ja yhdyspintatyöhön eri toimijoiden kanssa. Toimintasuunnitelma hyväksyttiin hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen lautakunnassa 8/2024. Ylipainon ja lihavuuden ehkäisemiseen ja hoitamiseen sekä hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseen on eri ikä- ja väestöryhmille luotu ylipainon ja lihavuuden hoito- ja palveluketjut. Näillä toimenpiteillä on mahdollistettu systemaattisempi ja yhdenvertaisempi elintapoihin liittyvä ohjaus, neuvonta ja hoito Pohjois-Karjalan hyvinvointialueella.

Indikaattoritietojen valossa ylipaino ja lihavuus ovat edelleen merkittävä pohjoiskarjalaisen väestön terveyttä ja hyvinvointia uhkaava terveyshaaste, joka edellyttää jatkossakin ennalta ehkäiseviä toimenpiteitä hyvinvointialueen toiminnassa. Arvioinnissa tulee kuitenkin huomioida, että hyvinvointialueella on vasta viime vuosien aikana luotu elintapaohjauksen pohja, rakenteet ja toimintamallit hanketyöskentelynä.

Pohjoiskarjalaisen väestön ylipainon ja lihavuuden yleisyyteen vaikuttamiseksi tarvitaan toimintamallien juurruttamista sekä systemaattista, pitkäjänteistä työskentelyä eri toimialueilla. Tämä edellyttää elintapaohjauksen kehittämistä koordinoivaa tahoja sekä resurssointia elintapaohjauksen toteuttamiseen hyvinvointialueen palveluissa. Tärkeää on huomioida myös yhdyspintatyöskentely kuntien ja muiden toimijoiden kanssa. Siun soten elintapaohjauksen suunnitelmassa todetaan, että Siun soten sisäisen asiakasohjauksen yhtenä haasteena on prosessinomaisen elintapaohjauksen palveluiden toteuttaminen pienillä resursseilla. Palvelut eivät myöskään toteudu kaikilta osin yhdenvertaisesti koko hyvinvointialueella. Lisäksi palveluita on saatavilla liian

vähän suhteessa palveluista hyötyviin pohjoiskarjalaisiin. Yhdenvertaisten prosessinomaisten palveluiden toteutumiseksi tulisi esimerkiksi palkata elintapaohjaajia sekä kehittää digitaalisia- ja etäpalveluita.

Jatkotoimenpiteiden suunnittelussa on edelleen huomioitava aloitettujen toimintatapojen juurruttaminen toivottujen vaikutusten saavuttamiseksi. Elintapaohjauksen suhteen on tärkeää varmistaa elintapaohjauksen palvelutarjoaman yhdenvertaisuus ja saavutettavien palvelujen kehittäminen koko Siun soten alueella.

Olemalla mukana haettavassa hankeconsortiossa voimme edistää elintapamuutosten ja omahoidon tuen kehittämistä ja juurruttamistyötä edelleen yhteistyössä muiden mukana olevien toteuttajien kanssa.

Hanke linkittyy seuraaviin hyvinvointialueen strategiaan tavoitteisiin

- Toimintamme lähtökohtana on ennaltaehkäisy sekä hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistäminen yhteistyössä asukkaiden ja yhteistyökumppaneiden kanssa.
- Monikanavainen palveluverkkomme vastaa väestön palvelutarvetta.
- Palvelujen saatavuus, saavutettavuus ja oikea-aikaisuus paranevat.
- Toimintamme on tuloksellista, laadukasta ja kustannusvaikuttavaa.
- Toimintamme on pitkäjänteistä, tulevaisuuteen katsovaa ja päätöksenteko lapsen edun mukaista.