



Pohjois-Karjalan hyvinvointialueen elintapaohjauksen toimintasuunnitelma 2024–2028

-toimenpiteiden vuosiarviointi 2025

Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen lautakunta 17.9.2025

Elintapaohjauksen toimintasuunnitelma 2024–2028

1. Elintapaohjauksen rakenteiden vahvistaminen

Tavoite	Toimenpiteet	Vastuutaho	Aikataulu	Toteutuminen (kyllä/osittain/ei)	Mahdolliset korjaustoimenpiteet
1.1 Elintapaohjauksen rakenteet on määritelty	Hyvinvointialueen elintapaohjauksen rakenteet on kuvattu ja johtamisvastuu määritelty	Hyte-koordinaatiosta vastaava yksikkö	2024–2025	Ei Itsearviointi elintapaohjauksen rakenteiden vahvuudesta (0 = ei rakenteita, 10 = vahvat rakenteet)	Itsearviointi toteutetaan syksyn 2026 aikana. Ehdotetaan, että itsearvioinnissa hyödynnetään THL:n mukaista ehkäisevän päihdetyön itsearviointia.
	Hyvinvointialueen monialainen koordinaatioryhmä tukee toimialueita toimintasuunnitelman toimeenpanossa	Elintapaohjauksen asiantuntija	2024	Kyllä Koordinaatioryhmän kokoontumiset: • Syksyn 2024 kokoontumiset: 6.9. (6/6), 11.10. (4/6), 12.12. (5/6)	Koordinaatioryhmä kutsutaan koolle tarpeen mukaan.
	Elintapaohjauksen asiantuntijan työnkuva on määritelty osana elintapaohjauksen kokonaisuuden koordinaatiota	Hyte-koordinaatiosta vastaava yksikkö	2024–2025	Kyllä Työnkuva on määritelty LAURA ohjelmaan keväällä 2025, mutta tehtävää ei ole vakinaistettu.	
	Selvitetään tarvetta nimetä yksiköihin elintapaohjauksen vastuuhenkilöt (yhteensovittaen muiden hyvinvointiin ja terveyden edistämiseen liittyvien vastuiden kanssa)	Elintapaohjauksen asiantuntija	2024	Kyllä Selvitetty tarvetta elintapaohjauksen vastuuhenkilöistä. Hyödynnetään tällä hetkellä olemassa olevia työryhmiä ja verkostoja.	Tarvetta arvioidaan uudestaan HYTE-rakenteiden tarkennuttua.
1.2 Elintapaohjaus näkyy osana hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen suunnittelua ja raportointia	Elintapaohjauksen indikaattorit, nykytilan kuvaus ja johtopäätökset näkyvät hyvinvointikertomuksessa	Hyte-koordinaatiosta vastaava yksikkö	2025	Kyllä Vähimmäistietosisältöasetuksen elintapaohjauksen-indikaattorit löytyvät hyvinvointikertomuksesta.	Hyvinvointikertomus on laadittu sen hetkisen vähimmäistietosisällön mukaisesti.
	Elintapaohjauksen tavoitteet ja toimenpiteet on kirjattu hyvinvointisuunnitelmaan	Hyte-koordinaatiosta vastaava yksikkö	2025	Kyllä Hyvinvointisuunnitelmasta löytyy tavoite ja toimenpiteitä elintapaohjauksesta.	

	Elintapaohjaus nostetaan yhdeksi teemaksi asiakas- ja potilasturvallisuuden sekä laadunhallinnan suunnitelmaan	Elintapaohjauksen asiantuntija Potilasturvallisuus-päällikkö	2025	Kyllä Elintapaohjaus on osa asiakas- ja potilasturvallisuuden sekä laadunhallinnan suunnitelmaa.	
	Elintapaohjaus nostetaan yhdeksi teemaksi terveydenhuollon omavalvontasuunnitelmaan	Elintapaohjauksen asiantuntija Potilasturvallisuus-päällikkö	2025	Kyllä Elintapaohjaus on osa terveydenhuollon omavalvontasuunnitelmaa.	
	Elintapaohjauksen tilanteesta, tavoitteista ja toimenpiteistä raportoidaan valtuustolle ja hyte-lautakunnalle vuosittain	Elintapaohjauksen asiantuntija osana lakisääteistä velvoitetta	2024 2025 2026 2027 2028	Toteutunut osittain Hyvinvointialue on raportoinut hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen lautakunnalle, mutta ei valtuustolle.	Laaja hyvinvointikertomus- ja suunnitelma käsitelty valtuustossa 2025. Jatkossa raportointi vuosittain hyvinvointisuunnitelman raportoinnin yhteydessä valtuustolle.

2. Yhdenvertaisten prosessinomaisten elintapaohjauksen palveluiden kehittäminen koko Siun soten alueella

Tavoitteet	Toimenpiteet	Vastuutaho	Aikataulu	Seuranta, mittarit	Mahdolliset korjaustoimenpiteet
2.1 Elintapaohjausta toteutetaan osana ammattilaisten perustyötä yhteisen toimintamallin mukaisesti	Elintapaohjauksen polun päivittäminen eri ikäryhmien tarpeiden pohjalta	Elintapaohjauksen asiantuntija Ikääntyneiden yhteiset palvelualue Neuvolatoiminta, koulu- ja opiskelu-terveydenhuolto Ravitsemusterapia Terapiapalvelut Ikäneuvola	2025	Toteutunut osittain Elintapaohjauksen polku on määritelty ikäihmisten ja heidän kanssaan työskentelevien ammattilaisten tarpeiden pohjalta.	Elintapaohjauksen polun päivitystarvetta lasten, nuorten ja perheiden osalta arvioidaan osana Neuvokas perheen monialainen tuki lapsiperheille –hanketta (1.9.2024-31.-8.2027).

	Elintapaohjauksen polun systemaattinen jalkauttaminen eri palveluihin (tarkempi suunnitelma käyttönotosta tehdään toimi-/palvelualueittain)	Elintapaohjauksen asiantuntija Terveysasemat Ikääntyneiden yhteiset palvelualue Mielenterveys- ja päihdepalvelut Perhe- ja sosiaalipalvelut Terapiapalvelut	2024–2028	Kyllä Elintapaohjauksen polun käyttöönottokoulutukset: - Mielenterveys- ja päihdepalvelut (työpajat 8.1.-5.2.2025, koko henkilöstön koulutus 11.4 ja 28.4.) - Terveysasemat (työpajat 23.1.-8.5.2025, koko henkilöstön koulutukset syksystä 2025 lähtien) - Terapiapalvelut (työpajat 24.4.-20.5.2025, koko henkilöstö koulutus syksyllä 2025) Elintapaohjauksen polun perehdytykset eri toimialueille yhteensä 21 kpl syksyn 2024 ja kevään 2025 aikana.	Elintapaohjauksen polun käyttöönottokoulutukset jatkuvat syksyllä 2025 terveysasemilla, terapiapalveluissa ja ikäalueella. Koulutuksia järjestetään asteittain eri palvelualueilla.
	Selvitetään elintapaohjauksen polun käyttöönottomahdollisuuksia muissa palveluissa	Elintapaohjauksen asiantuntija	2024–2025	Kyllä Suun terveydenhuolto on ottanut elintapaohjauksen polun käyttöön keväällä 2025.	Selvitystyötä tehdään asteittain eri palveluissa.
	Lisätään suun terveydenhuollon ammattilaisten tietoisuutta elintapaohjauksen polusta ja asiakkaan ohjaamisesta oikealle ammattilaiselle	Elintapaohjauksen asiantuntija Suun terveydenhuolto	2024–2028	Kyllä Suun terveyden osuus on lisätty elintapaohjauksen polkuun syksyn 2024-kevään 2025 aikana. Koko henkilöstön koulutus on järjestetty 16.4.2025.	
	Selvitetään mahdollisuuksia kehittää ja ottaa käyttöön elintapaohjauksen tarpeen tunnistamisen työkaluja	Elintapaohjauksen asiantuntija yhteistyössä toimialueiden kanssa	2024–2028	Kyllä Digitaaliselle palvelualueelle on lisätty elintapaohjauksen asiointikanava syksyllä 2024, josta asiakkaat ohjautuvat esitietolomakkeen perusteella ikäneuvolaan tai elintapaohjaajalle. 121 henkilöä on täyttänyt lomakkeen. Mielenterveys- ja päihdepalveluissa on käytössä terapianavigaattori ja käyttöön otettavissa digitaalisen palvelualueen lomakkeissa on huomioitu elintavat. 836 henkilöä on täyttänyt terapianavigaattorin syksyllä 2024 ja 1047 henkilöä keväällä 2025. Elintapaohjauksen polun käyttöönottokoulutuksessa elintapoihin liittyvät otsikot lisätään	Selvitystyötä jatketaan osana digitaalisen palvelualueen käyttöönoton laajentumista ja uuden potilastietojärjestelmän käyttöönottoa.

				potilastietojärjestelmän mallikirjauspohjiin, mikä toimii herätteenä puheeksiottoon.	
2.2 Toteutetaan ja kehitetään elintaparyhmiä	Elintaparyhmät kirjataan osaksi laajan palveluiden soteasemien suunnitelmaa	Elintapaohjauksen asiantuntija Terveysasemat	2024–2025	Ei Elintaparyhmät on kirjattu osaksi laajan palveluiden soteasemien suunnitelmaa.	Elintaparyhmät huomioidaan jatkossa terveydenhuollon omavalvontasuunnitelmissa.
	Etäelintaparyhmät käynnistetään digisotekeskuksessa	Elintapaohjauksen asiantuntija Terveysasemat	2024	Kyllä - Syksy 2024: moniammatillinen ryhmä, 8 osallistujaa - Kevät 2025: moniammatillinen ryhmä, 6 osallistujaa ja painonhallintaryhmä, 13 osallistujaa	
	Elintaparyhmät toteutuvat laajan palveluiden soteasemilla vuosikellon mukaisesti	Terveysasemat	2025–2028	Toteutunut osittain Elintaparyhmiä toteutetaan kerran keväällä ja syksyllä resurssien mukaan. Tulppa-verkkovalmennuspilotti käynnistynyt keväällä 2025 (kolme pilottiryhmää): - Helmikuu: 21 asiakasta, - Maaliskuu: 19 asiakasta, - Huhtikuu ja toukokuu: 23 asiakasta	Tulppa-verkkovalmennuspilotti on toteutunut suunnitellusti, mutta aikaisemmin suunniteltu ryhmätoiminta ei ole toteutunut resurssien vähäisyyden vuoksi. Tulppa-verkkovalmennuspilotin kokemuksia hyödynnetään ryhmätoiminnan kehittämisessä.
	Eri ammattilaisten osaamista hyödynnetään terveysasemien toteuttamissa moniammatillisissa elintaparyhmissä	Mielenterveys- ja päihdepalvelut Terapiapalvelut Ravitsemusterapia	2025–2028	Kyllä Digisotekeskuksen elintaparyhmät on toteutettu moniammatillisesti (ohjaajina elintapaohjaaja, sairaanhoitaja, ravitsemusterapeutti, sosionomi, psykologi). Tulppa-verkkovalmennuspilotissa tehty yhteistyötä eri terveysasemien sairaanhoitajien välillä.	
	Liikuntaneuvonnan ryhmämuotoinen toimintamalli käynnistetään	Elintapaohjauksen asiantuntija Terapiapalvelut	2025–2026	Kyllä Suunnittelu käynnistynyt kesällä 2025.	Suunnittelutyö jatkuu syksyllä 2025.

	Alueellisen Ikäneuvolan elintaparyhmät toteutuvat vuosikellon mukaisesti koko maakunnan alueella: – Intoa elämään -ryhmä – Uniryhmä – Finger-aivoterveysryhmä	Alueellinen ikäneuvola	2025–2028	Kyllä Finger-aivoterveysryhmät: - Syksy 2024: 82 ryhmäkäyntiä - Kevät 2025: 36 ryhmäkäyntiä (36 asiakasta) Intoa elämään -ryhmät: • Syksy 2024: 103 ryhmäkäyntiä • Kevät 2025: 149 ryhmäkäyntiä (89 asiakasta) Uniryhmät: • Syksy 2024: 89 ryhmäkäyntiä • Kevät 2025: 127 ryhmäkäyntiä (84 asiakasta) • Unettomuuden haitta-asteen arvio, ISI (ryhmään osallistuneiden ka): – ryhmä alussa 15 (keskivaikea unettomuus), – ryhmän lopussa 9 (lievä unettomuus) ja – puolen vuotta ryhmän päätyttyä 6 (ei kliinisesti merkittävää unettomuutta).	
	Painonhallintaryhmät toteutuvat Siilaisen terveysasemalla keväisin ja syksyisin	Ravitsemusterapia	2024–2028	Kyllä • Syksy 2024: 8 osallistujaa • Kevät 2025: 4 osallistujaa	
	Selvitetään mahdollisuuksia toteuttaa painonhallintaryhmä etänä koko Siun soten alueelle	Ravitsemusterapia	2024–2028	Kyllä Etäryhmä on toteutettu keväällä 2024 yhdessä digisotekeskuksen elintapaohjaajan kanssa.	
	ENE-ryhmät toteutuvat keskussairaalassa keväisin ja syksyisin	Ravitsemusterapia	2024–2028	Kyllä • Syksy 2024: 7 osallistujaa • Kevät 2025: 6 osallistujaa	
	Uniryhmät toteutuvat mielenterveys- ja päihdepalveluissa etänä koko Siun soten alueella	Mielenterveys- ja päihdepalvelut	2025–2028	Kyllä Kevät 2025: Maakunnallinen uniryhmä (etätoteutus), 8 osallistujaa Asiakaspalaute: • Kokonaisarvosana ryhmästä 4.74 asteikolla 1–5 (1=huonoin ja 5=paras mahdollinen arvosana).	

				Kaikki ryhmään osallistuneet oppivat uusia käytännön toimintamalleja omaan ajatteluun tai toimintaan.	
	Elintapateemat sisältyvät osaksi mielenterveys- ja päihdepalveluiden ryhmätoimintoja	Elintapaohjauksen asiantuntija Mielenterveys- ja päihdepalvelut	2024–2025	Kyllä Elintapateemat sisällytetty osaksi ryhmämuotoista hoitoa syksyllä 2024, mutta toteutumista ei vielä pystytä seuraamaan.	Elintapaneuvonnan toteutumisen kirjaamista ryhmissä hyte-kertoimen mukaisesti kehitetään syksyllä 2025.
2.3 Toteutetaan ja kehitetään yksilöllistä prosessinomaista elintapaneuvontaa	Alueellinen ikäneuvola toteuttaa prosessinomaista elintapaneuvontaa koko maakunnan alueella yhteisen toimimallin mukaisesti	Alueellinen ikäneuvola	2025–2028	Kyllä Syksy 2024: - Terveystapaamiset 146 kpl - Uniohjaus (seuranta 1.6. lähtien) 80 kpl Kevät 2025: - Terveystapaamiset 206 kpl (188 asiakasta) - Uniohjaus 101 kpl (84 asiakasta)	
	Yksilöllistä prosessinomaista liikuntaneuvontaa toteutetaan etä- ja lähipalveluna	Terapiapalvelut	2024–2028	Kyllä - Syksy 2024: 96 asiakasta - Kevät 2025: 85 asiakasta	
	Ravitsemusterapiaa toteutetaan nykymuotoisten palveluiden lisäksi osana digisotekeskuksen toimintaa	Ravitsemusterapia	2025–2028	Toteutunut osittain Ravitsemusterapia ei ole vielä tällä hetkellä osa digisotekeskuksen toimintaa, mutta suunnittelutyö on käynnissä.	Digitaalisen palvelualustan käyttöönotto meneillään (oma etävastaanotto).
2.4 Ammattilaiset ohjaavat asiakkaita eri toimijoiden elintapaohjauksen palveluihin	Kehitetään ja otetaan käyttöön asiakkaille matalan kynnyksen elintapaohjauksen digipolku itse- ja omahoidon tueksi	HyKe-hanke yhteistyössä toimialueiden kanssa Elintapaohjauksen asiantuntija	2024–2025	Kyllä Asiakastyytyväisyyttä kysytään Roidu-asiakaspalautteen kautta. NPS (Kuinka todennäköisesti suosittelet digipolkuja läheisellesi?): - Nuku paremmin: 50 (4 vastausta) - Syö terveellisemmin: 100 (1 vastaus) - Lähde liikkeelle: 0 vastausta	Elämänlaatumittari on tulossa hyvinvoinnin digipolkuihin.

	Elintapaohjauksen digihoitopolku vakiinnutetaan käyttöön	Elintapaohjauksen asiantuntija yhdessä toimialueiden kanssa	2025–2028	Kyllä Seuranta ajalta: joulukuu 2024-toukokuu 2025 Syö terveellisemmin digipolku: • Yhteensä 713 aloitettua ja 55 keskeytettyä polkua Nuku paremmin digipolku: • Yhteensä 639 aloitettua ja 83 keskeytettyä polkua Lähde liikkeelle digipolku: • Yhteensä 802 aloitettua ja 95 keskeytettyä polkua	
	Elintapaohjauksen palveluja on tunnistettu ja ne on kuvattu palvelutietovarantoon, josta tiedot ovat nostettavissa hyte-palvelutarjottimelle	HyKe-hanke yhteistyössä toimialueiden kanssa Terveys- ja sairaanhoitopalvelut Ikääntyneiden palvelut	2024–2025	Toteutunut osittain Terveelliset elintavat -teemaan nousee yhdeksän Siun soten palvelua. Lisäksi PTV-kuvauksia on muilta toimijoilta (esim. kuntien liikuntaneuvonta. Hankekauden jälkeinen hallintamallia (ylläpito yms.) ei vielä ole hyväksytty.	Hallintamalli varmistetaan ennen HyKe-hankkeen päättymistä.
	Ammattilaiset osaavat hyödyntää hyte-palvelutarjotinta asiakkaiden ohjaamisessa hyvinvointialueen ja eri toimijoiden toteuttamaan elintapaohjaukseen	HyKe-hanke yhteistyössä toimialueiden kanssa Elintapaohjauksen asiantuntija	2025–2028	Kyllä Hyte-palvelutarjotin on osa elintapaohjauksen polkua. Siun soten elintapaohjauksen polun katselukerrat: • 2024: 1988 katselua • 2025 (tammi-toukokuu): 1241 katselua	

3. Elintapaohjauksen näkyväksi tekeminen

Tavoitteet	Toimenpiteet	Vastuutaho	Aikataulu	Seuranta, mittarit	Mahdolliset korjaustoimenpiteet
3.1 Hyte-kertoimen mukaiset toimenpidekoodit ovat käytössä	Elintapaohjauksen kirjaamista kehitetään hyte-kerroin huomioiden	Elintapaohjauksen asiantuntija Terveysasemat Ravitsemusterapia Äitiys- ja lastenneuvola Terapiapalvelut Työ- ja toimintakyvyn osaamiskeskus	2024–2028	Kyllä Hyte-kertoimen mukaisten toimenpidekoodien kirjausten määrä vuonna 2024 (THL:n tietopohja 23.6.2025): • Yhteensä: 2547 (vrt. 2023: 1960) • Terveysasemat / digisotekeskus: 259 (2023: 16) • Ravitsemusterapia: 2008 (2023: 1827) • Äitiys- ja lastenneuvola: 114 (2023: 15) • Terapiapalvelut: 229 (2023: 0) • Mielenferveys- ja päihdepalvelut: 4 (2023:0) Elintapaneuvonnan toteutuminen tyyppin 2 diabetesriskissä oleville Käypä hoito -suosituksen mukaisesti (Hoitoilmoitusrekisteri / Avohilmo, THL) vuonna 2024: • Tyyppin II diabetesriski todettu, lkm: 633 (vrt. 698 vuonna 2023) • Neuvonta annettu, lkm: 89 (vrt. 35 vuonna 2023) • Neuvonta annettu, %: 14,1 (vrt. 5,0 % vuonna 2023) • Pistet: 25	Hyte-kertoimen mukaista kirjaamista edistetään osana elintapaohjauksen polun jalkauttamista. Koulutuksia järjestetään asteittain eri palvelualueilla. PowerBI-alustalle tulossa syksyn 2025 aikana hyte-kertoimen seurantajärjestelmä tiedolla johtamisen tueksi.
	Selvitetään elintapaohjauksen kirjaamisen kehittämistä hyte-kerroin huomioiden muissa palveluissa	Elintapaohjauksen asiantuntija	2024–2025	Kyllä Palvelualueet, jotka ovat ottaneet käyttöön hyte-kertoimen mukaiset toimenpidekoodit Vuonna 2024: • Ravitsemusterapia • Äitiys- ja lastenneuvola • Terapiapalvelut • Terveysasemien elintaparyhmät • Digisotekeskuksen elintapaohjaus	Selvitystyötä tehdään asteittain osana palvelualueiden kanssa käytäviä keskusteluja.

				Kevät 2025: • Mielenterveys- ja päihdepalvelut • Terveysasemat osana Tyypin 2 diabeteksen ja esidiabeteksen digitaalista hoito- ja valmennusohjelmaa	
3.2 Elintaparyhmiä kehitetään kerätyn tiedon perusteella	Sovitaan ja otetaan käyttöön elintaparyhmien vaikuttavuuden arvioimiseksi yhteiset mittarit	Elintapaohjauksen asiantuntija yhteistyössä terveysasemien ja ikäneuvolan kanssa	2025–2028	Kyllä Ikäneuvolan uniryhmissä käytössä unettomuuden haitta-asteen arviointi, ISI. Terveysasemien ryhmissä mittarina laboratoriotulokset (lähtötilanteessa ja vuoden päästä ryhmän päätyttyä).	Tulokset raportoitavissa syksyn 2025-kevään 2026 aikana.
	Kerätään asiakaspalautetta elintaparyhmistä ja kehitetään ryhmätoimintoja saadun palautteen perusteella	Elintapaohjauksen asiantuntija yhteistyössä terveysasemien ja ikäneuvolan kanssa	2025–2028	Kyllä Ikäneuvolan ja digisotekeskuksen ryhmissä on käytössä Roidu-asiakaspalautte. Tulppa-verkkovalmennuspilotissa palautekysely asiakkaalle pilotin lopussa (loppu vuodesta 2025).	Roidu-asiakaspalautteen kautta tuloksia ei voida eritellä muusta ikäneuvolan/terveysasemien palautteista.
3.3 Tarjotaan elintapaohjaukseen liittyviä sisältöjä ulkoisille ja sisäisille kohderyhmille	Määritellään Siun soten verkkosivuille kohderyhmittäin (ammattilaiset ja asiakkaat) elintapaohjauksen palvelusisältö	Elintapaohjauksen asiantuntija Viestintä	2024	Kyllä Hoida hyvinvointiasi -sivusto julkaistu keväällä (16.4.) 2025 verkkosivu-uudistuksen myötä. Siun soten uudistetuilla verkkosivuilla kumppaneille osio, josta saa tietoa, miten hyvinvointialueen kanssa voi tehdä yhteistyötä elintapaohjauksessa. Elintapaohjauksen polussa omat sisällöt asiakkaalle ja ammattilaiselle (päivitetty keväällä 2025).	
	Tarjotaan elintapaohjaukseen liittyviä sisältöjä ulkoisille ja sisäisille kohderyhmille intrassa ja Siun soten verkkosivuilla	Elintapaohjauksen asiantuntija Viestintä	2024–2028	Kyllä Intran ja verkkosivujen sisällöt ovat ajan tasalla. Viestinnällisen ja sisällön tuotannon vastuut on sovittu.	

4. Ammattilaisten elintapaohjauksen osaamisen vahvistaminen					
Tavoitteet	Toimenpiteet	Vastuutaho	Aikataulu	Seuranta, mittarit	Mahdolliset korjaustoimenpiteet
4.1 Elintapaohjaus on osa ammattilaisten perehdytystä	Kehitetään elintapaohjauksen verkkokurssi terveysasemien henkilöstön osaamisen vahvistamiseksi	Elintapaohjauksen asiantuntija Terveysasemat	2024–2025	Toteutunut osittain Elintapaohjaus on osa Yleisimpien pitkäaikaissairauksien perusteet –verkkokurssia, jota ei ole vielä julkaistu.	Yleisimpien pitkäaikaissairauksien perusteet –verkkokurssin julkaisu syksyn 2025 aikana.
	Liikuntaneuvonnan verkkokurssi on osa avopuolen fysioterapeuttien perehdytystä	Terapiapalvelut	2024–2028	Kyllä Verkkokurssi on osa avopuolen fysioterapeuttien perehdytystä. Verkkokurssin käyneiden ammattilaisten määrä: • Syksy 2024: 21/35 fysioterapeuttia • Kevät 2025: 27/34 fysioterapeuttia	
4.2 Elintapaohjauksesta on saatavilla lisäkoulutusta	Ammattilainen elintapaohjauksen tukijana -koulutuskokonaisuutta toteutetaan (avoin kaikille ammattilaisille) kerran keväällä ja syksyllä	Elintapaohjauksen asiantuntija	2024–2026	Kyllä Koulutus on järjestetty vuosikellon mukaisesti kerran keväällä ja syksyllä: • Syksy 2024: 18 osallistujaa • Kevät 2025: 14 osallistujaa Kokonaisarvosana kurssista 4 asteikolla 1-5 (1=huono, 2=välttävä, 3=keskinkertainen, 4=hyvä, 5=erinomainen).	
	Järjestetään koulutusiltapäiviä ammattilaisille ajankohtaisista elintapateemoista (esim. uudet suositukset jne.)	Elintapaohjauksen asiantuntija yhdessä muiden ammattilaisten kanssa	2024–2028	Kyllä Koulutuksia on järjestetty yhteistyössä: • Itä-Suomen AVI, Pohjois- ja Etelä-Savon hyvinvointialueet sekä liikunnan aluejärjestöt, Sydänliitto, Painonhallintatalo / HUS, Sosiaali- ja terveysministeriö (osa kansallista liikunnan ja ravitsemuksen edistäminen hyvinvointialueilla ja niiden yhdyspinnoilla -koulutuskokonaisuutta), Gery ry:n Muisti ja ruoka -hanke, Voimaa vanhuuteen –ohjelma (2025–2027)	

				• Koulutuksiin on osallistunut yht. 704 ammattilaista.	
	Tehdään suunnitelma elintapaohjauksen osaamisen kehittämisestä Siun soten ammattilaisten tarpeiden pohjalta	Elintapaohjauksen asiantuntija Osaamisen kehittämisen yksikkö	2026	Toimenpide ei koske vuotta 2024–2025	
	Sisällytetään tarpeen mukaisesti mielen hyvinvointia tukevia teemoja osaksi Siun soten ammattilaisten elintapaohjauksen koulutuksia / verkkokursseja	Elintapaohjauksen asiantuntija yhdessä mielenterveys- ja päihdepalveluiden kanssa	2026	Toimenpide ei koske vuotta 2024–2025	
	Järjestetään ammattilaisille elintapaohjauksen koulutusta osaamisen kehittämisen suunnitelman mukaisesti	Elintapaohjauksen asiantuntija Osaamisen kehittämisen yksikkö	2027–2028	Toimenpide ei koske vuotta 2024–2025	
	Seurataan ja arvioidaan elintapaohjauksen koulutuksen vaikutuksia	Elintapaohjauksen asiantuntija Osaamisen kehittämisen yksikkö	2027–2028	Toimenpide ei koske vuotta 2024–2025	
4.3 Elintaparyhmiä toteuttavien ammattilaisten osaamista tuetaan	Järjestetään verkostotapaamisia elintaparyhmiä toteuttaville ammattilaisille kaksi kertaa vuodessa	Elintapaohjauksen asiantuntija yhdessä terveysasemien kanssa	2024–2028	Kyllä Verkostotapaamisia järjestetty keväällä ja syksyllä: • 30.10.2024 14 osallistujaa • 13.5.2025: 11 osallistujaa Tulppa-verkkovalmennuspilotin ohjaajatapaamiset: • 19.2./28.2. (yhteensä 17/12 osallistujaa) • 20.3. (11/12 osallistujaa) • 10.4. (10/12 osallistujaa) • 22.5. (11/12 osallistujaa) Kokonaisarvosana verkostotapaamisista 4 asteikolla 1-5 (1=huono, 2=välttävä, 3=keskinkertainen, 4=hyvä, 5=erinomainen). Tapaamisiin osallistuneet kokivat tapaamisten sisällöt hyödyllisiksi.	

5. Yhteistyön kehittäminen eri toimijoiden kanssa

Tavoitteet	Toimenpiteet	Vastuutaho	Aikataulu	Seuranta, mittarit	Mahdolliset korjaustoimenpiteet
5.1 Elintapaohjausta toteutetaan tiiviissä yhteistyössä kuntien kanssa	Sovitaan elintapaohjauksen toteutuksesta hyvinvointialueen ja kuntien liikuntaneuvonnan välisenä yhteistyönä (yhteinen toimintamalli)	Hyte-koordinaatiosta vastaava yksikkö Kumppanuus-päällikkö	2024	Kyllä Elintapaohjauksen toteutuksesta on sovittu yhdessä kuntien kanssa.	Yhteistyösopimukseen lisätään päivityksen yhteydessä elintapaohjauksesta tarkentava liite, jossa on kuvattu yhteinen toimintamalli.
	Nimetään paikallistasolla hyvinvointialueen vastinpari kunnan liikuntaneuvojalle	Elintapaohjauksen asiantuntija yhteistyössä terveysasemien kanssa	2024–2025	Kyllä Vastinparit on nimetty.	Vastinpareja täydennetään tarpeen mukaan syksyn 2025 aikana.
	Liikuntaneuvonnan palveluketjua arvioidaan vuosittain niissä kunnissa, joissa liikuntaneuvontaa toteutetaan	Elintapaohjauksen asiantuntija yhteistyössä terveysasemien ja terapiapalveluiden kanssa	2025	Kyllä Itsearviointi on käynnistynyt ja se saatetaan loppuun syksyn 2025 aikana.	
5.2 Elintapaohjausta kehitetään yhteistyössä eri toimijoiden kanssa	Elintaparyhmiä kehitetään yhteistyössä kuntien ja muiden toimijoiden kanssa	Elintapaohjauksen asiantuntija yhteistyössä toimialueiden kanssa	2024–2028	Kyllä Ikäneuvolan Finger-ryhmissä ja Intoa elämään hyvinvointikursseilla on tehty yhteistyössä eri toimijoiden kanssa. Ryhmämuotoisen sosiaalisen kuntoutuksen pilotissa (Outokumpu ja Joensuu) on tehty yhteistyötä kuntien liikuntaneuvojien kanssa. Terveysasemien elintaparyhmissä on tehty yhteistyötä eri toimijoiden kanssa.	
	Hyvinvointialue myöntää järjestöille avustuksia hyvinvoinnin, terveyden ja osallisuuden edistämiseen	Hyte-koordinaatiosta vastaava yksikkö	2025–2028	Kyllä	Vuoden 2025 avustukset raportoidaan 1/2026 mennessä

				Vuonna 2025 moni hyvinvointialueen myöntämistä järjestöavustuksista kytkeytyi elintapaohjauksen kokonaisuuteen. Terveellisten elintapojen ylläpitämiseen myönnetyt avustukset: • FB Factor: Aikuisille suunnatut lajikokeilut • SPR Tohmajärvi: Hyvinvointipiste-toiminta • Keski-Karjalan Diabetes ry: Elintaparyhmän toteutus • Kansanterveyden keskus: Kaatumisen ehkäisy • Suomen arki ry: ikäihmisten hyte-luennot ja muu toiminta • Eläkeläis- ja potilasjärjestöjen avustukset kohdentuvat osaltaan elintapaohjauksen kokonaisuuteen. • Lisätietoa myönnettyistä avustuksista: Siunsote toiminta avustukset 2025.pdf Kumppanuusavustukset vuonna 2025: • Pohjois-Karjalan syöpäyhdistys (ennaltaehkäisy, syöpäpotilaan palvelupolut)	
	Maakunnallinen elintapaohjauksen verkosto tukee elintapaohjauksen palveluketjujen kehittämistä eri toimijoiden välillä	Elintapaohjauksen asiantuntija	2024–2028	Kyllä Elintapaohjauksen verkosto toimii hyvinvointialueen koordinoimana. Tapaamiset neljä kertaa vuodessa.	
	Maakunnallinen elintapaohjauksen verkosto on mukana tuottamassa sisältöä maakuntaliiton hyte-uutiskirjeeseen (julkaisu kaksi kertaa vuodessa)	Elintapaohjauksen asiantuntija	2025–2028	Ei Maakuntaliitto on vastuussa hyte-uutiskirjeen julkaisusta. Uutiskirjettä ei ole julkaistu syksyyn 2025 mennessä.	Uutiskirjeessä on vaihtuvat teemat. Osallistetaan maakunnallista elintapaohjauksen verkostoa, kun teemana elintavat.
	Alueellisissa kumppanuusryhmissä keskustellaan elintapaohjauksen yhdyspintatyön kehittämisestä	Hyte-koordinaatiosta vastaava yksikkö Kumppanuus-päällikkö	2024–2028	Ei Vuoden 2024 alueellisten kumppanuusryhmien teemana oli turvallisuus.	Alueellisten kumppanuusryhmien toiminta lakkautettiin keväällä 2025. Hyte-rakennetta tarkastellaan syksyn 2025 aikana.

		Elintapaohjauksen asiantuntija			
	Perhekeskusverkostossa ja perhekeskuksen kohtaamispaikoissa sekä opiskeluhuollon yhteisöllisessä työssä huomioidaan Pohjois-Karjalan hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen tavoitteet	Lapsiperheiden palvelut Neuvolatoiminta, koulu- ja opiskelu-terveydenhuolto	2024–2028	Kyllä Kuntien matalan kynnyksen kohtaamispaikoilla on vierailnut hyte-työtä tekeviä paikallisjärjestöjä. Maakunnallisia hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen tavoitteita on nostettu esille yhteisissä perhekeskusverkoton / opiskeluhuollon tapaamisissa.	Elintapoihin liittyviä hyte-tavoitteita viedään eteenpäin osana Neuvokas perheen Monialainen tuki lapsiperheille –hanketta (1.9.2024-31.-8.2027) Opinnäytetyönä valmistumassa opiskeluhuollon yhteisöllisen työn vuosikello (sis. HYTE)
	Elintapateemoja, elintapaohjauksen polkua ja yhteisösosiaali-ohjausta jalkautetaan asukkaille ja eri toimijoiden ammattilaisille osana eri toimijoiden tilaisuuksia / tapahtumia	Elintapaohjauksen asiantuntija Yhteisösosiaali-ohjaajat Toimialueet	2024–2028	Kyllä Syksy 2024: Eri tilaisuuksissa ja tapahtumissa tavoitettiin 3870 asukasta ja 72 ammattilaista. Kevät 2025: Eri tilaisuuksissa ja tapahtumissa tavoitettiin 4800 asukasta ja 479 ammattilaista.	Tilaisuuksien ja tapahtumien / tavoitettujen ammattilaisten ja asukkaiden määrä on vaikea raportoida koko hyvinvointialueen näkökulmasta. Tähän raportointiin on nostettu niitä tilaisuuksia, mistä on saatu tieto ja pidetty kirjanpitoa.