



Pohjois-Karjalan hyvinvointialueen elintapaohjauksen toimintasuunnitelma 2024–2028

-toimenpiteiden vuosiarviointi 2025

Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen lautakunta 20.5.2026

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	2026	Toimenpide ei koske vuotta 2024–2025 Itsearviointi elintapaohjauksen rakenteiden vahvuudesta (itsearvioinnissa hyödynnetään THL:n mukaista ehkäisevän päihdetyön itsearviointia)	Itsearviointi toteutetaan syksyn 2026 aikana.
	Hyvinvointialueen monialainen koordinaatioryhmä tukee toimialueita toimintasuunnitelman toimeenpanossa	Elintapaohjauksen asiantuntija	2024	Kyllä Koordinaatioryhmän kokoontumiset: • Syksy 2024: 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	Elintapaohjauksen asiantuntija	2025	Kyllä	

	potilasturvallisuuden sekä laadunhallinnan suunnitelmaan	Potilasturvallisuus-päällikkö		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 hytelautakunnalle 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	2027	Toteutunut osittain Elintapaohjauksen polku on päivitetty ikäihmisten ja heidän kanssaan työskentelevien ammattilaisten tarpeiden pohjalta.	Elintapaohjauksen polun päivyststarvetta 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 käyttöönnotosta tehdään toimi-/palvelualueittain)	Elintapaohjauksen asiantuntija Sotokeskukset	2024–2028	Kyllä Elintapaohjauksen polun käyttöönottokoulutukset 2025: • Mielenveys- ja päihdepalvelut • Terapiapalvelut	Elintapaohjauksen polun käyttöönottokoulutukset jatkuvat keväällä 2026 sotokeskuksissa ja ikäalueella.

		Ikääntyneiden yhteiset palvelualue Mielenterveys- ja päihdepalvelut Perhe- ja sosiaalipalvelut Terapiapalvelut		<ul style="list-style-type: none"> Sotokeskukset KOTA-palvelut ja kotihoito <p>Elintapaohjauksen polun perehdytykset eri toimialueille yhteensä 16 kpl vuoden 2025 aikana.</p>	Koulutuksia järjestetään asteittain eri palvelualueilla.
	Selvitetään elintapaohjauksen polun käyttöönottomahdollisuuksia muissa palveluissa	Elintapaohjauksen asiantuntija	2024–2028	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.	
	Selvitetään mahdollisuuksia kehittää ja ottaa käyttöön elintapaohjauksen tarpeen tunnistamisen työkaluja	Elintapaohjauksen asiantuntija yhteistyössä toimialueiden kanssa	2024–2028	<p>Kyllä</p> <p>Digitaaliselle palvelualueelle on lisätty elintapaohjauksen asiointikanava syksyllä 2024, josta asiakkaat ohjautuvat esitietolomakkeen perusteella elintapaohjaajalle tai ikäneuvolaan.</p> <ul style="list-style-type: none"> Digisotokeskuksen elintapaohjaus: 121 asiakasta täyttänyt lomakkeen (syksy 2024-kevät 2025) Ikäneuvola: 47 asiakasta täyttänyt lomakkeen (tilastoitu syksystä 2025 alkaen). <p>Mielenterveys- ja päihdepalveluissa on käytössä terapianavigaattori ja käyttöön otettavissa digitaalisen palvelualueen lomakkeissa on huomioitu elintavat. 2243 henkilöä on täyttänyt terapianavigaattorin vuoden 2025 aikana.</p> <p>Elintapaohjauksen polun käyttöönottokoulutuksessa elintapoihin liittyvät otsikot lisätään potilastietojärjestelmän mallikirjauspohjiin, mikä toimii herätteenä puheeksiottoon.</p>	<p>Syksyllä 2025 elintapaohjauksen asiointikanava rajattiin vain yli 65-vuotiaiden käyttöön, koska digisotokeskuksen elintapaohjauksen jatkuminen vuoden 2025 jälkeen oli epävarmaa.</p> <p>Selvitystyötä jatketaan osana digitaalisen palvelualueen käyttöönoton laajentumista ja uuden potilastietojärjestelmän käyttöönottoa.</p>

2.2 Toteutetaan ja kehitetään elintaparyhmiä	Elintaparyhmät kirjataan osaksi alueellisia järjestämissuunnitelmia	Elintapaohjauksen asiantuntija Sotekeskukset	2024–2025	Ei Elintaparyhmät on kirjattu osaksi alueellisia järjestämissuunnitelmia.	Elintaparyhmät huomioidaan jatkossa sotekeskusten omavalvontasuunnitelmissa.
	Etäelintaparyhmät käynnistetään digisotekeskuksessa	Elintapaohjauksen asiantuntija Sotekeskukset	2024	Kyllä • 2025: moniammatillinen ryhmä, 6 osallistujaa ja painonhallintaryhmä, 13 osallistujaa	
	Elintaparyhmät toteutuvat sotekeskuksissa vuosikellon mukaisesti	Sotekeskukset	2025–2028	Toteutunut osittain Sydänliiton, Sydänkeskuksen ja sotekeskusten yhteistyössä toteuttamaan Tulppa-verkkovalmennuspilottiin (15.3.–31.12.2025) osallistui 83 asiakasta. Alkuohjausryhmät tyyppin 2 ja esidiabetesdiagnoosin saaneille: • 2025: toteutuvat säännöllisesti 7 sotekeskuksessa. Alkuohjausryhmästä asiakkaat ohjautuvat tyyppin 2 diabeteksen ja esidiabeteksen digitaaliseen hoito- ja valmennusohjelmaan.	Tulppa-verkkovalmennuspilotti toteutui suunnitellusti, ja sen kokemuksia hyödynnetään jatkossa ryhmätoiminnan kehittämisessä. Aiemmin suunniteltu muu ryhmätoiminta ei toteutunut.
	Eri ammattilaisten osaamista hyödynnetään sotekeskusten toteuttamissa moniammatillisissa elintaparyhmissä	Mielenterveys- ja päihdepalvelut Terapiapalvelut Ravitsemusterapia	2025–2028	Kyllä Digisotekeskuksen elintaparyhmät on toteutettu moniammatillisesti (ohjaajina elintapaohjaaja, sairaanhoitaja, ravitsemusterapeutti, sosionomi, psykologi). Tulppa-verkkovalmennuspilotissa on tehty yhteistyötä eri sotekeskusten sairaanhoitajien välillä.	
	Liikuntaneuvonnan ryhmämuotoinen toimintamalli käynnistetään	Elintapaohjauksen asiantuntija Terapiapalvelut	2025–2026	Kyllä Suunnittelu käynnistynyt kesällä 2025.	Pilotointi keväällä 2026
	Alueellisen Ikäneuvolan elintaparyhmät toteutuvat vuosikellon mukaisesti koko maakunnan alueella: – Intoa elämään -ryhmä – Uniryhmä	Alueellinen ikäneuvola	2025–2028	Kyllä Vuosi 2025 yhteensä: • Finger-aivoterveysryhmät: 160 ryhmäkäyntiä (96 asiakasta) • Intoa elämään -ryhmät: 382 ryhmäkäyntiä	Osa puolen vuoden mittauksista on vielä raportoimatta, koska ryhmän päättymisen jälkeiset kyselyt

	– Finger-aioterveysryhmä			(242 asiakasta) <ul style="list-style-type: none"> • Uniryhmät: 373 ryhmäkäyntiä (192 asiakasta) • Unettomuuden haitta-asteen arvio, ISI (ryhmään osallistuneiden ka): <ul style="list-style-type: none"> – ryhmä alussa 17 (keskivaikea unettomuus), – ryhmän lopussa 11 (lievä unettomuus) ja – puoli vuotta ryhmän päätyttyä 7 (ei kliinisesti merkittävää unettomuutta). 	ajoittuvat osalla asiakkaista keväälle 2026.
	Painonhallintaryhmät toteutuvat Siilaisen sotekeskuksessa keväisin ja syksyisin	Ravitsemusterapia	2024–2028	Kyllä <ul style="list-style-type: none"> • Syksy 2024: 8 osallistujaa • Kevät 2025: 4 osallistujaa • Syksy 2025: 7 osallistujaa 	
	Selvitetään mahdollisuuksia toteuttaa painonhallintaryhmä etänä koko Siun soten alueelle	Ravitsemusterapia	2024–2028	Kyllä Etäryhmä on toteutettu keväällä 2025 yhdessä digisotekeskuksen elintapaohjaajan kanssa.	
	ENE-ryhmät toteutuvat keskussairaalassa keväisin ja syksyisin	Ravitsemusterapia	2024–2028	Kyllä <ul style="list-style-type: none"> • Syksy 2024: 7 osallistujaa • Kevät 205: 6 osallistujaa • Syksy 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: <ul style="list-style-type: none"> • 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. Syksy 2025: kognitiivisen lyhytterapian unettomuuden hoitomallin pilottiryhmä Rantakylän sotekeskuksessa, 3 osallistujaa.	

	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 kehitetty syksyn 2025 aikana.
2.3 Toteutetaan ja kehitetään yksilöllistä prosessinomaista elintapaneuvontaa	Alueellinen ikäneuvola toteuttaa prosessinomaista elintapaneuvontaa koko maakunnan alueella yhteisen toimimallin mukaisesti	Alueellinen ikäneuvola	2025–2028	Kyllä Vuosi 2025 yhteensä: • Terveystapaamisia yht. 529 kpl (502 asiakasta) • Uniohjaus 224 kpl (195 asiakasta) • Terveystapaamiskäynti puhelimitse 216 kpl • Terveystapaaminen digiasiointi 2 kpl • Unitapaamiskäynti puhelimitse 17 kpl	
	Yksilöllistä prosessinomaista liikuntaneuvontaa toteutetaan etä- ja lähipalveluna	Terapiapalvelut	2024–2028	Kyllä • Syksy 2024: 96 asiakasta • 2025: 154 asiakasta	
	Ravitsemusterapiaa toteutetaan nykymuotoisten palveluiden lisäksi osana digisotokeskuksen toimintaa	Ravitsemusterapia	2025–2028	Toteutunut osittain Ravitsemusterapia ei ole vielä tällä hetkellä osa digisotokeskuksen toimintaa, mutta suunnittelutyö on käynnissä.	Digitaalinen palvelualusta otettu käyttöön vuoden 2025 aikana (oma etävastaanotto).
2.4 Ammatillaiset 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 digipolku läheisellesi?): • Nuku paremmin: 69 (n=13) • Syö terveellisemmin: 43 (n=8) • Lähde liikkeelle: 0 (n=2, toinen vastaus 0 ja toinen 9)	Elämänlaatumittari on tulossa hyvinvoinnin digipolkuihin.

	Elintapaohjauksen digihoitopolku vakiinnutetaan käyttöön	Elintapaohjauksen asiantuntija yhdessä toimialueiden kanssa	2025–2028	<p>Kyllä</p> <p>Hyvinvoinnin digipolut julkaistu 12 /2024.</p> <p>Syö terveellisemmin / aloitetut itsehoidot:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 2024: joulukuu 129 • 2025: 1 216 aloitettua ja 271 päättynyttä polkua <p>Nuku paremmin / aloitetut itsehoidot:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 2024: joulukuu 112 • 2025: 940 aloitettua ja 250 päättynyttä polkua <p>Lähde liikkeelle / aloitetut itsehoidot:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 2024: joulukuu 121 • 2025: 1 169 aloitettua ja 270 päättynyttä 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	<p>Kyllä</p> <p>Terveelliset elintavat -teemaan nousee yhdeksän Siun soten palvelua. Lisäksi PTV-kuvauksia on muilta toimijoilta (esim. kuntien liikuntaneuvonta).</p> <p>Hankekauden jälkeinen hallintamallia on päätetty vuoden 2025 lopulla.</p>	
	Ammattilaiset osaavat hyödyntää hyte-palvelutarjotinta asiakkaiden ohjaamisessa hyvinvointialueen ja eri toimijoiden toteuttamaan elintapaohjaukseen	HyKe-hanke yhteistyössä toimialueiden kanssa Elintapaohjauksen asiantuntija	2025–2028	<p>Kyllä</p> <p>Hyte-palvelutarjotin on osa elintapaohjauksen polkua</p> <p>Siun soten elintapaohjauksen polun katselukerrat (Siun soten sisäiset):</p> <ul style="list-style-type: none"> • 2024: 1988 katselua • 2025: 2276 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 Sotokeskukset Ravitsemusterapia Äitiys- ja lastenneuvola Terapiapalvelut Työ- ja toimintakyvyn osaamiskeskus	2024–2028	<p>Kyllä</p> <p>Elintapaneuvonnan toteutuminen eri palvelualueilla toimenpidekoodien kirjausten perusteella (Lähde: Qlik - JOHDA! toimintaa):</p> <ul style="list-style-type: none"> • 2024: 3090 (1807 asiakasta) • 2025: 8634 (6440 asiakasta) <p>Elintapaneuvonnan toteutuminen tyypin 2 diabetesriskissä oleville Käypä hoito -suosituksen mukaisesti (Hoitoilmoitusrekisteri / Avohilmo, THL):</p> <p>Tyypin II diabetesriski todettu, lkm:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 2024: 633 • 2025 (alustava tulos): 939 <p>Neuvonta annettu, lkm:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 2024: 89 • 2025 (alustava tulos): 350 <p>Neuvonta annettu, %:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 2024: 14,1 • 2025 (alustava tulos): 37,3 <p>Pisteet:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 2024: 14,1 • 2025 (alustava tulos): 37,3 	<p>Hyte-kertoimen mukaista kirjaamista edistetään osana elintapaohjauksen polun jalkauttamista.</p> <p>Koulutuksia järjestetään asteittain eri palvelualueilla.</p> <p>PowerBI-alustalle kehitetty syksyn 2025 aikana hyte-kertoimen seurantajärjestelmä tiedolla johtamisen tueksi.</p>
	Selvitetään elintapaohjauksen kirjaamisen kehittämistä hyte-kerroin huomioiden muissa palveluissa	Elintapaohjauksen asiantuntija	2024–2025	<p>Kyllä</p> <p>Palvelualueet, jotka ovat ottaneet käyttöön hyte-kertoimen mukaiset toimenpidekoodit:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ravitsemusterapia • Äitiys- ja lastenneuvola • Terapiapalvelut • Sotekeskusten elintaparyhmät • Digisotekeskuksen elintapaohjaus • Mielensterveys- ja päihdepalvelut • Sotekeskukset (asteittain syksyn 2025 ja vuoden 2026 aikana) 	Selvitystyötä tehdään asteittain osana palvelualueiden kanssa käytäviä keskusteluja.

3.2 Elintaparyhmiä kehitetään kerätyn tiedon perusteella	Sovitaan ja otetaan käyttöön elintaparyhmien vaikuttavuuden arvioimiseksi yhteiset mittarit	Elintapaohjauksen asiantuntija yhteistyössä Sotokeskuksien ja ikäneuvolan kanssa	2025–2028	Kyllä Ikäneuvolan uniryhmissä sekä mielenterveys- ja päihdepalveluiden maakunnallisessa uniryhmässä käytössä unettomuuden haitta-asteen arviointi, ISI (tulokset raportoitu kohdassa 2.2 Toteutetaan ja kehitetään elintaparyhmiä): Sotokeskusten ryhmissä mittarina laboratoriotulokset (lähtötilanteessa ja vuoden päästä ryhmän päätyttyä).	Sotokeskusten ryhmätoiminta ei ole toteutunut alkuperäisen suunnitelman mukaisesti.
	Kerätään asiakaspalautetta elintaparyhmistä ja kehitetään ryhmätoimintoja saadun palautteen perusteella	Elintapaohjauksen asiantuntija yhteistyössä sotokeskuksien ja ikäneuvolan kanssa	2025–2028	Kyllä Ikäneuvolan ja digisotokeskuksen ryhmissä on käytössä Roidu-asiakaspalautte. Tulppa-verkkovalmennuspilotissa NPS 45 (22 vastaajaa).	Roidu-asiakaspalautteen kautta tuloksia ei voida eritellä muusta ikäneuvolan/ sotokeskusten 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 sotekeskusten henkilöstön osaamisen vahvistamiseksi	Elintapaohjauksen asiantuntija Sotekeskukset	2024–2025	Kyllä Elintapaohjaus on osa Yleisimpien pitkäaikaissairauksien perusteet –verkkokurssia, joka on julkaistu 11/2025. Kurssille oli kirjautunut 146 osallistujaa vuoden 2025 loppuun mennessä. Elintapaohjaus on osa Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen –verkkokurssia (julkaistu 6/2025).	
	Liikuntaneuvonnan verkkokurssi on osa avopuolen fysioterapeuttien perehdytystä	Terapiapalvelut	2024–2028	Kyllä Verkkokurssi on osa avopuolen fysioterapeuttien perehdytystä. Verkkokurssin suorittaneiden määrä: • 2025: 30/34 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: • Vuonna 2025: 23 osallistujaa Kokonaisarvosana kurssista 4 asteikolla 1-5 (1=huono, 2=välttävä, 3=keskinkertainen, 4=hyvä, 5=erinomainen).	
	Järjestetään koulutusiltoja 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: • 2025: 720 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 sotekeskusten kanssa	2024–2028	Kyllä Verkostotapaamisia järjestetty keväällä ja syksyllä: • 2024 14 osallistujaa • 2025: keskimäärin 12 osallistujaa / tapaaminen Tulppa-verkkovalmennuspilotin ohjaajatapaamiset: • 7 tapaamista ja keskimäärin 11 osallistujaa / tapaaminen. 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 sotekeskusten 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 sotekeskusten 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. Sotekeskusten elintaparyhmissä on tehty yhteistyötä eri toimijoiden kanssa.	
	Hyvinvointialue myöntää järjestöille avustuksia hyvinvoinnin, terveyden ja osallisuuden edistämiseen	Hyte-koordinaatiosta vastaava yksikkö	2025–2028	Kyllä Vuonna 2025 moni hyvinvointialueen myöntämistä järjestöavustuksista kytkeytyi elintapaohjauksen kokonaisuuteen.	Vuoden 2025 avustukset raportoidaan 5/2026 mennessä

				<p>Terveellisten elintapojen ylläpitämiseen myönnetyt avustukset:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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 <p>Kumppanuusavustukset vuonna 2025:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pohjois-Karjalan syöpäyhdistys (ennaltaehkäisy, syöpäpotilaan palvelupolut) 	
	Maakunnallinen elintapaohjauksen verkosto tukee elintapaohjauksen palveluketjujen kehittämistä eri toimijoiden välillä	Elintapaohjauksen asiantuntija	2024–2028	<p>Kyllä</p> <p>Elintapaohjauksen verkosto toimii hyvinvointialueen koordinoimana. Tapaamiset neljä kertaa vuodessa.</p>	
	Maakunnallinen elintapaohjauksen verkosto on mukana tuottamassa sisältöä maakuntaliiton hyte- uutiskirjeeseen (julkaisu kaksi kertaa vuodessa)	Elintapaohjauksen asiantuntija	2025–2028	<p>Ei</p> <p>Maakuntaliitto on vastuussa hyte-uutiskirjeen julkaisusta. Uutiskirjettä ei ole julkaistu syksyyn 2025 mennessä.</p>	Uutiskirjeessä on vaihtuvat teemat. Osallistetaan maakunnallista elintapaohjauksen verkostoa, kun teemana elintavat.
	Alueellisissa kumppanuusryhmissä keskustellaan elintapaohjauksen yhdyspintatyön kehittämisestä	Hyte-koordinaatiosta vastaava yksikkö Kumppanuus-päällikkö Elintapaohjauksen asiantuntija	2024–2028	<p>Ei</p> <p>Vuoden 2024 alueellisten kumppanuusryhmien teemana oli turvallisuus.</p>	Alueellisten kumppanuusryhmien toiminta lakkautettiin keväällä 2025. Hyte-rakennetta tarkastellaan syksyn 2025 aikana.

	<p>Perhekeskusverkostossa ja perhekeskuksen kohtaamispaikoissa sekä opiskeluhuollon yhteisöllisessä työssä huomioidaan Pohjois-Karjalan hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen tavoitteet</p>	<p>Lapsiperheiden palvelut Neuvolatoiminta, koulu- ja opiskelu-terveydenhuolto</p>	<p>2024–2028</p>	<p>Kyllä Kuntien matalan kynnyksen kohtaamispaikoilla on vierailut hyte-työtä tekeviä paikallisjärjestöjä. Maakunnallisia hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen tavoitteita on nostettu esille yhteisissä perhekeskusverkoton / opiskeluhuollon tapaamisissa.</p>	<p>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)</p>
	<p>Elintapateemoja, elintapaohjauksen polkua ja yhteisösosiaaliohjausta jalkautetaan asukkaille ja eri toimijoiden ammattilaisille osana eri toimijoiden tilaisuuksia / tapahtumia</p>	<p>Elintapaohjauksen asiantuntija Yhteisösosiaali-ohjaajat Toimialueet</p>	<p>2024–2028</p>	<p>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. Syksy 2025: Eri tilaisuuksissa ja tapahtumissa tavoitettiin 3329 asukasta ja 486 ammattilaista.</p>	<p>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.</p>