

PS HYTE-viesti

POHJOIS-SAVON HYTE

PS HYTE –viesti nro 5/2020

Pohjois-Savon HYTE –viesti kokoaa tietoa, vinkkejä ja tapahtumia maakunnan hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen toiminnasta. HYTE-viesti lähetetään kerran kuukaudessa ilmoittamaasi sähköpostiin. HYTE-viestiä saa välittää eteenpäin. Pohjois-Savon HYTE löytyy myös Facebookista [Pohjois-Savon HYTE](#) , [Pohjois-Savon ehkäisevä päihdetyö](#) ja [Twitteristä](#) PSHYTE

EU:n yleinen tietosuoja-asetus astui voimaan 25.5.2018. Säilytämme henkilötietoja tietosuoja-asetuksen edellyttämällä tavalla. [Tietosuojaseloste](#)

Mikäli haluat saada HYTE-viestin jatkossakin, sinun ei tarvitse tehdä mitään. Mikäli et halua viestiä enää, ilmoita siitä sähköpostilla henkilölle, jolta olet ko. viestin saanut.

Pohjois-Savon hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen - Ajankohtaista

Pohjois-Savon HYTE-tiimi jatkaa hyvinvoinnin ja terveyden edistämistyötä ja tukee kuntia tässä tehtävässä. Tiimi toimii toistaiseksi pääsääntöisesti etäyhteyksillä koronatilanteesta johtuen.

Pohjois-Savon HYTE:n ja yhteistyötahojen koulutuksia tarjolla

Kesäkuu

- **Mitä on kuntien hyvinvointitalous korona-aikana ja sen jälkeen?** Verkkotyöpaja. 10.6.2020 klo 8.45-12.30. THL järjestää. Ilmoittautuminen ja ohjelma: <https://thl.fi/fi/ajankohtaista/tapahtumat/tapahtumakalenteri/-/event/5936650>
- **Hyvinvointiympäristön mallintaminen - kesäwebinaari.** 12.6.2020 klo 12-15.00 HYMY hankkeen järjestämänä. Ohjelma ja ilmoittautuminen https://www.lyyti.fi/reg/Hyvinvointiympariston_mallintaminen_webinaari_2276
- **HYTE-treffit** 12.6., (myös 14.8, 9.10 ja 11.12) klo 10-11. THL ja Kuntaliiton järjestämänä. Videoneuvottelu. Ei tarvitse ilmoittautua. 12.6. aiheena sosiaalinen kestävyys, järjestöyhteistyö, ajantasainen tieto ja tehostettu nuorisotyö. www.kuntaliitto.fi/hyte-treffit
- **Kotona asuvien iäkkäiden kaatumisten ehkäisykeinot.** UKK-instituutin verkkokoulutuksen voi edelleen aloittaa. [Lisätietoja](#)

Elokuu

- **Pohjois-Savon hyvinvointivajeet ja niiden korjaaminen – HYTE-työn painopisteet ja vaikuttavat menetelmät III**, 20.8.2020 klo 12-16 . Kunnanpaikka, Siilinjärvi. PS HYTE järjestää. Ohjelma: <https://bit.ly/32QSMo5> ja ilmoittautuminen: <https://g.surveypal.com/pshyvinvointivajeetjamenetelmat>
- **Maistuva Koulu. Tiedotus- ja koulutustilaisuus**. 27.8.2020 klo 12.30-16.00 Kino Kuvakukko, Vuorikatu 27, Kuopio. Järjestäjä Maistuva Koulu hanke. Tilaisuudessa kuulemme, millaisia vaikutuksia saatiin kehittämällä ruokakasvatusta ja kouluruokailua Kuopiossa. Alakoulun henkilökunnalle tarjoamme myös koulutuksen ruokakasvatukseen (puolikas veso). Tilaisuus on maksuton. Ilmoittautumiset 19. 8. Mennessä. Ohjelma ja ilmoittautuminen: <https://tinyurl.com/MaistuvaKuopio>

Syyskuu

- **Tartu arjen ilmiöihin. Digitaalisuuden haasteet ja mahdollisuudet vanhemmuudessa ja lapsen kehityksessä. Päätteet puheeksi niin lapsen kuin aikuisenkin kanssa**. 2.9.2020 klo 12.00-15.45 Varkaus, kaupunginkirjasto, auditorio. Kohderyhmä: Varhaiskasvatuksen, esiopetuksen ja neuvolan henkilöstö. Järjestäjä Varkauden kaupunki ja PS HYTE. Ohjelma ja ilmoittautuminen: <https://drive.google.com/file/d/1qGaxN6W-vvUgdzB2lz4tgTlLe650KeUg/view?usp=sharing>
- **ILMIÖ! Lasten ja nuorten pahoinvointi - miten sinä sen ratkaisisit? Uudet tilaisuuksiin osallistujat voivat ilmoittautua seuraavan linkin kautta:** <https://link.webpolsurveys.com/S/5822D00B9232D0E7>
Syksyn pöytien ajankohdat:
 - 1.9. klo 13-16 Kuopio, Pohjois-Savon Liitto, Maakuntasali,
 - 3.9. klo 13-16 Iisalmi, Yhdistystalo Vakka, Pohjolankatu 4,
 - 9.9. klo 13-16 Varkaus, Yhdistystalo Warikko, Ahlströminkatu 22 (Tilaisuudet eri paikkakunnilla ovat saman sisältöiset)Tavoitteena on käynnistää työskentelyprosessi lasten ja nuorten pahoinvointi - ilmiön parissa. Työskentelyn tavoitteena on löytää ilmiön parissa toimivien toimijoiden yhteistyöllä yhteisiä ratkaisuja. Mukaan ovat tervetulleita erityisesti ilmiön parissa toimivat **julkisen sektorin toimijat sekä yhdistys- ja järjestötoimijat**. Ilmiötä lähestytään hyödyntäen Sitran ilmiölähtöisen suunnittelun työkalupakkia.
[Tutustu työkalupakkiin tästä>>](#) Tilaisuudet järjestävät yhteistyössä: Pohjois-Savon HYTE-tiimi, Pohjois-Savon Järjestöneuvosto, Kirkkopalvelut ry, Savon Mielenterveysomaiset Finfami ry, EHYT ry, Pelastakaa Lapset Kuopio, Ylä-Savon Vakka, Wastery sekä Sakke-hanke
- **Keinoja omaisten tukemiseksi- koulutus. Kuinka tukea omaista, jonka läheisellä on päihteiden käyttöä? Omaishoitajaliitto**. 9.9.2020 klo 12-16.00 Helsinki ja verkossa.

Ohjelma ja ilmoittautuminen: <https://omaishoitajat.fi/events/venues/meeting-park-forum/>

- **Mitä uutta aikuisten ja lasten lihavuudesta – lihavuuden Käypä hoito – suositus käyttöön.** THL järjestää 11.9.2020 klo 9.30 -16.30 Päivi Mäen mukaan etäyhteysmahdollisuus pyritään järjestämään. Ohjelma ja ilmoittautuminen: <https://thl.fi/fi/ajankohtaista/tapahtumat/tapahtumakalenteri/-/event/5764308>
- **28 päivää ilman ohjaajakoulutukset.** 28 päivää ilman on kaikille sopiva palvelu nikotiiniriippuvuudesta vieroittautumiseen. Nyt on mahdollisuus lähteä 28pv ilman-ohjaajakoulutukseen syyskuussa 2020. Tarkemmat tiedot koulutuksesta <http://www.28paivaailman.fi/fi/services/courses>

Lokakuu

- **Tartu arjen ilmiöihin. Digitaalisuuden haasteet ja mahdollisuudet vanhemmuudessa ja lapsen kehityksessä ja päihheet puheeksi niin lapsen kuin aikuisenkin kanssa.** 28.10.2020 klo 12.00-15.45 Iisalmi, Lumakeskus, Savonkatu 5. Järjestäjänä Iisalmen kaupunki ja PS HYTE. Kohderyhmä: Varhaiskasvatuksen, esiopetuksen ja neuvolan henkilöstö. Ohjelma ja ilmoittautuminen: <https://drive.google.com/file/d/1V8poswJOJ96DCjTKpndQgcsyBSQEEQCX/view?usp=sharing>
- **Kuopio Open Data 2020 -seminaari** 6.10.2020 klo 12.00 - 16.00. Järjestäjänä Kuopion kaupunki. <https://www.kuopio.fi/fi/avoim-data>
- **Kuopion hyvinvointiseminaari** 29.10.2020 klo 9.00 - 15.00 Webinaarina. Järjestäjänä Kuopion kaupunki ja PS HYTE. Ilmoittautuminen aukeaa myöhemmin.

Marraskuu

- **Tunne- ja vuorovaikutustaidot seksuaalikasvatustyön tukena.** 20.11.2020 klo 8-14.30. KYS auditorio, mahdollisuus osallistua myös verkon kautta. Järjestäjänä Pohjois-Savon seksuaaliterveyden edistämisen työryhmä. Ilmoittautuminen aukeaa myöhemmin.

Tammikuu

- **Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen osaamiskokonaisuus (3op/5op).** Verkko- ja etäopetus. Koulutuksessa syvennät osaamistasi monitoimijaisesta hytetyö-orientaatiosta, hyvinvointijohtamisesta ja tutkimustyön hyödyntämisestä hyte-työssä. Saat näkökulmia ja välineitä tehdä kielellisesti sekä kulttuurisesti vastuullista, monimuotoista hyte-työtä. Järjestäjä Turun yliopiston Sote-akatemia. Maksuton

täydennyskoulutus. Haku aika 28.9-25.10.2020 osoitteessa: www.ty.fi/hyte2021
Lisätietoja: www.utu.fi/hyte

Tallenteita ja materiaaleja

- **Ehkäisevän päihdetyön osaaja** -verkkokoulutusten tallenteita, EHYT ry:
 - Nuuska [koulutustallenne](#)
 - Kannabis [koulutustallenne](#)
 - Rahapelaaminen [koulutustallenne](#)
 - Kulttuurisensitiivinen työote [koulutustallenne](#)
 - Varhaiskasvatus - Ajan ilmiöt [koulutustallenne](#)
 - Varhaiskasvatus - Peli- ja mediakasvatus [koulutustallenne](#)
- Oppimateriaalia **nikotiinituotteista** <http://smokefree.fi/blog-post/oppimateriaalia-nikotiinituotteista/>
- **Nuorisotyön ammattilaisille:** Digipelaaminen ilmiönä ja pelikulttuurit nyt - [koulutustallenne](#)
- **Luonto kuntoutumisen tukena.** Sininauhaliiton Vihreä veräjä -toiminnan kehittäjän Tuomo Salovuoren kirjoittama Luonto kuntoutumisen tukena -kirja on julkaistu pdf-versiona. Kirjasta löytyy paljon vinkkejä luontoavusteisen toiminnan käyttöönottoon. [Kirja pdf:nä](#)
- UKK-instituutin Kaatumisseula.fi-sivustolla on tarjolla runsaasti tietoa ja aineistoja sekä koulutusta ja luentoja **kaatumisten ehkäisyn tueksi.** [Tutustu](#)
- **Oppilaitoksille julkaistu päihde- ja pelikasvatusopas.** [Tutustu](#)
- **Ikäihmisten yksinäisyyden vähentäminen:** Menetelmiä kuopiolaisten vanhusten sosiaalisen hyvinvoinnin tukemiseksi, Tenovirta, Antti (2020) Mielenkiintoinen opinnäytetyö, jonka aineistonkeruumenetelmänä toimivat puolistrukturoidut haastattelut, jotka toteutettiin Kuopiossa asukastupa Minnantuvalla. Opinnäytetyö luettavissa [tästä](#)

Työryhmät ja verkostot

- Äskettäin perustetussa Pohjois-Savon **kiusaamisen ehkäisyn työryhmässä** laitetaan päät ja voimat yhteen sekä tehdään tekoja kiusaamisen ehkäisemiseksi. Tule mukaan, ole yhteydessä [sade.rytkonen\(a\)kuh.fi](mailto:sade.rytkonen(a)kuh.fi)

Huomasithan...

- **Pohjois-Savon alueella on seulontoihin osallistumisessa petrattavaa**, sillä kohdunkaulasyövän seulontoihin osallistuminen on ollut **heikointa Pohjois-Savossa.**

Rintasyövän seulontoihin osallistuminen on isoissa kaupungeissa muuta Suomea alhaisempaa: <https://www.epressi.com/tiedotteet/terveys/syopaseulonta-jaa-sosiaalisesti-heikommassa-asemassa-olevilta-naisilta-liian-usein-valiin.html>

- **Karttasivusto kertoo huono-osaisuuden vaihtelusta.** Diakonia-ammattikorkeakoulussa valmistuneen uuden karttasivuston avulla käyttäjät pystyvät vertaamaan oman alueensa huono-osaisuustilannetta muihin alueisiin. Vertailutiedon avulla palvelujärjestelmää voidaan kehittää ja tasata alueiden välisiä eroja huono-osaisuudessa. https://dialogi.diak.fi/2020/05/13/uusi-karttasivusto-paljastaa-miten-huono-osaisuus-vaihtelee-alueiden-valilla/?utm_campaign=unspecified&utm_content=unspecified&utm_medium=email&utm_source=apsis-anp-3
- **Uusi kartta opastaa lähiluontoon Pohjois-Savossa.** Nappaa uudesta kartasta vinkit ja löydä lähikohteita, joissa voit liikkua, harrastaa tai ihan vain virkistyä luonnossa! Leader-rahoituksella on paikallisten toimijoiden voimin toteutettu Pohjois-Savossa monta upeaa kohdetta kaikkien käyttöön. Uudessa kartassa on koottu lähes 50 upeaa esimerkkiä kohteista: <https://highwaysavo.fi/>

Tukea ja apua

- **Aggredista apua väkivallan kierteestä irtautumiseen.** Aggredi auttaa kodin ulkopuolisen väkivallan tekijöitä irti väkivallasta. Aggrediin osallistuminen on vapaaehtoista ja maksutonta. Asiakkaiksi ovat kaikki kohderyhmän väki tervetulleita riippumatta asuinpaikkakunnasta. Aggredin asiakaskohderyhmää ovat:
 - kodin ulkopuolisiin väkivaltarikoksiin syyllistyneet 18–49-vuotiaat henkilöt
 - vakavasti väkivallalla oireilevat henkilöt
 - koulu- tai joukkosurmaa tai vakavaa väkivaltarikosta suunnittelevat henkilöt (fantasiapohjainen väkivalta – tässä kohderyhmässä otamme vastaan myös alaikäisiä asiakkaita)
 - ääriliikkeiden edustajat (äärioikeisto, äärivasemmisto) sekä taistelualueille lähtöä suunnittelevat ja sieltä palaavat henkilöt
 - järjestäytyneestä rikollisuudesta irtaantuvat henkilöt sekä heidän lähipiirinsä kuten vanhemmat, sisarukset sekä puoliset (asiakkaat ohjautuvat pääsääntöisesti Keskusrikospoliisin JR-Exit-toiminnan kautta)Aggredi ei työskentele perhe-, pari- ja lähisuhdeväkivaltaan tai seksuaalirikoksiin syyllistyneiden asiakkaiden kanssa. Yhteystiedot: <https://www.aggredi.fi/aggredi>
- **Ensi- ja turvakotien liiton chat –palveluista apua** moneen elämäntilanteeseen:
 - [Apua väkivaltaan -chat](#)
 - [Vauvaperhe ja päihteet -chat](#)
 - [Apua eroon -chat](#)
 - [Vauvaperheiden chat](#)

- [Päihteitä käyttävien äitien nettiryhmä](#)
- **Pelotta - väkivaltatyön avopalvelu**, maksuton. Toiminta-alue koko Pohjois-Savo. Kuopion ensikotiyhdistys ry. Aikuisille ja lapsille, jotka kokevat lähisuhteissaan väkivaltaa tai sen uhkaa. Väkivaltakokemus voi olla tuore tai siitä voi olla jo aikaa. Avopalvelu osoitteessa Kauppakatu 9, Kuopio. Yksilötapaamiset, etäyhteyshmahdollisuus sekä chat (ks. Yllä linkki)! Lapsilähtöinen työskentely koko perheen kanssa, turvallisuus huomioiden. TRAPPAN-lapsityötä 4-18 –vuotiaille, perheessään väkivaltaa kokeneille/altistuneille. Ammattilaisille puhelinkonsultaatiot, työryhmien koulutukset. Ota yhteyttä: Projektipäällikkö Hanna Ravi p. 044 3697211 ja projektityöntekijä Saara Röntynen p. 044 3697210

Muuta menossa olevaa vinkiksi

- **Maakunnassa käynnistyy uusi hanke, Nuoret pohjoissavolaiset tulevaisuudentekijät, jonka kohderyhmänä ovat maakunnan nuoret.** Projektipäälliköksi on valittu Tanja Moilanen, joka aloittaa tehtävässään 27.7.2020. Hankkeen rahoittajina ELY-keskus (ESR) ja Pohjois-Savon liitto. Lisätietoa hankkeesta löytyy [täältä](#).
- **Stressistä säätelyyn -hanke (2020-2022)**, Ensi- ja turvakotien liitto. Tavoitteena on vähentää vauvojen ja heidän vanhempiensa kokemia stressiä kehittämällä stressin tunnistamista ja säätelykeinoja lisääviä työtapoja odotus- ja vauva-ajan käyttöön. Hanketta hallinnoi Ensi- ja turvakotien liitto. Hanketyöntekijä Laura Lahti p. 0443697202.

Avustushakuja menossa

- **Valtionavustus kunnille ja kuntayhtymille työkyvyn tukemiseen vuosille 2020-2022.** Valtionavustuksella tuettavat toimenpidekokonaisuudet ovat 1) työkyvyn tuki osaksi tulevaisuuden sosiaali- ja terveyskeskusta ja 2) tuetun työllistymisen menetelmät. Deadline 15.6.2020. [Lue lisää](#)
- **Valtionavustushaku mielenterveysosaamisen vahvistamiseen kunnissa.** Avustuksia voi hakea kunnat, kuntayhtymät ja yleishyödylliset toimijat. Deadline 30.7.2020. [Lue lisää](#)
- **Valtionavustushaku itsemurhien ehkäisyyn.** Avustuksia voi hakea kunnat, kuntayhtymät ja yleishyödylliset toimijat. Deadline 30.7.2020. [Lue lisää](#)
- **Kuntien terveyden edistämisen määräraahaku 3.-31.8.2020. THL.** Tarkemmat hakuohjeet ja lisätietoa: <http://www.thl.fi/maararaha> Vuoden 2021 terveyden edistämisen määrärahat kohdennetaan hankkeisiin, joiden tavoitteena on vähentää

kevään ja kesän 2020 koronakriisin negatiivisia vaikutuksia väestön hyvinvointiin ja terveyteen sekä eriarvoisuuden lisääntymiseen. Painopisteet:

- 1. ”Ikäystävällisen kunnan” hyvinvointijohtaminen hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen yhdyspinnoilla
- 2. Kulttuurilla hyvinvointia
- 3. Hyvää ja laadukasta ravitsemusta ikäihmisille ja työelämän ulkopuolella oleville
- 4. Nikotiini- ja alkoholihaittojen ehkäisy Pakka-toimintamallin avulla

Kyselyt

- ◆ **Rahapelaajat kertovat pelaamisensa vähentyneen.** Ehyt ry:n kyselyn tuloksista [täällä](#) ja Pelirajat’on -toiminnan kyselyn tuloksista [täällä](#).

Ota rohkeasti yhteyttä!

- Seuraa meitä **Facebookissa**: Pohjois-Savon HYTE ja Pohjois-Savon ehkäisevä päihdetyö
- Seuraa meitä **Twitterissä**: PSHYTE
- **Välitäthän kuntasi asukkaille kohdistettua viestintää** eli ”Tiesitkö että...” vinkkejä. Vinkkejä lähetetään parin viikon välein ajankohtaisista aiheista. Vinkit löytyvät Pohjois-Savon HYTE facebookista ja [nettisivuiltamme](#). Esim. Vk 20 julkaistiin Tiesitkö että...Ikäihmisten terveyden ja hyvinvoinnin kannalta on tärkeää, että liikkumista ja lihaskunnan harjoittamista jatketaan myös poikkeusoloissa. Lue lisää: <https://bit.ly/2ydivfk> ja vk 22: Tiesitkö että...Puutiaiset (punkit) ovat heränneet talvihorroksestaan! Suojauduthan punkeilta. Lue lisää: <https://bit.ly/2ydivfk>
- **PSHYTE tiimi blogga**: <https://www.psshp.fi/blogit/PS-HYTE> Lue uusin teksti aiheesta ”*Mielenterveyden kahdet kasvot: Kallein kansantauti vai potentiaalinen investointikohde?*” Tämänkertaisen blogikirjoituksen on kynäillyt Elli Hartikainen, Pohjois-Savon Sairaanhoidopiirin HYTE-tiimissä kuluneen kevään aikana harjoitteluaan suorittanut terveystaloustieteilijän alku.

Kiitos, kun jaat HYTE-viestiä eteenpäin!

Julkaisemme HYTE-viestin joka kuukauden ensimmäinen torstai. Voit jakaa viestiä tai sen osia vapaasti eteenpäin asiasta mahdollisesti kiinnostuneille.

Mikäli haluat liittyä/ peruuttaa HYTE-viestin, ota yhteyttä sade.rytkonen@kuh.fi

Terveisin Pekka, Helena, Jaana ja Säde