

PS HYTE-viesti

POHJOIS-SAVON HYTE

PS HYTE –viesti nro 9/2020

Pohjois-Savon HYTE –viesti kokoaa tietoa, vinkkejä ja tapahtumia maakunnan hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen toiminnasta. HYTE-viesti lähetetään kerran kuukaudessailmoittamaasi 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 tukee kuntia hyvinvoinnin ja terveyden edistämistyössä.

Suuri kiitos vastaamisesta PSHYTE-viestin palautekyselyyn. Suurin osa vastaajista oli varsin tyytyväisiä uutiskirjeen sisältöön ja uutiskirjeestä pystyy poimimaan itseään kiinnostavia koulutuksia ja tapahtumia.

Pohjois-Savon HYTE:n ja yhteistyötahojen koulutuksia tarjolla

Lokakuu

- **Elintapaohjauksen perusteet – verkkokoulutus järjestötoimijoille 1.10.-1.12.2020.** Järjestötoimijoille maksuton. Järjestäjänä UKK-instituutti. Ilmoittaudu: <https://www.ukkinstituutti.fi/koulutuskalenteri>
- **Itä-Suomen liikuva koulu ja opiskelu –webinaari 6.10.2020 klo 9-12.15.** Webinaari, ei tallennetta, osallistumislinkki lähetetään ilmoittautuneille. Webinaarin järjestävät yhdessä Itä-Suomen aluehallintovirasto, Etelä-Savon Liikunta ry, Pohjois-Karjalan Liikunta ry ja Pohjois-Savon Liikunta ry. Koulutus on maksuton. https://www.lyyti.fi/reg/Liikuva_kouluopiskelu_webinaari_9407
- **Kuopio Open Data 2020 -seminaari 6.10.2020 klo 12.00 - 16.00.** Järjestäjänä Kuopion kaupunki. <https://www.kuopio.fi/fi/avoin-data>
- **Nuoret, seksuaalisuus ja seksuaalisen hyväksikäytön kokemukset 6.10.2020.** Barnahus-hankkeen webinaari: <https://thl.fi/fi/ajankohtaista/tapahtumat/tapahtumakalenteri/-/event/6411567>
- **Tasa-arvopäivät 7-8.10.2020** Tasa-arvotiedon keskus ja Sukupuolella väliä? -hanke järjestävät valtakunnalliset Tasa-arvopäivät yhteistyössä sosiaali- ja terveysministeriön ja tasa-arvotoimijoiden verkoston kanssa. Osallistuminen etänä verkon kautta. Maksuton. <https://thl.fi/fi/web/sukupuolten-tasa-arvo/ajankohtaista/tasa-arvopaivat>
- **HYTE-treffit 9.10.2020 klo 10-11.** THL ja Kuntaliiton järjestämänä. Aiheena **Sote-uudistus kuntien hyvinvointityön näkökulmasta.** Treffien alustukset tarjoavat Heli Hätönen (STM) ja Karri Vainio (Kuntaliitto). Teams kokous. Ei tarvitse ilmoittautua. www.kuntaliitto.fi/hyte-treffit
- **Elämää pakko-oireiden kanssa 21.10.2020 klo 17.-18.30** Hyvän mielen talo (Raittiustalo) Minna Canthin katu 52. Kokemusasiatuntija. Maksuton. Ei ilmoittautumista.
- **Lähisuhdeväkivallan puheeksi ottaminen ja varhainen tuki 21.10.2020 klo 13-15.30** Zoom -etäyhteys, linkki lähetetään osallistujille ennen tilaisuutta. <https://www.uef.fi/fi/uutinen/moniammatillinen-suursimulaatio-jarjestetaan-ensimmaista-kertaa-kokonaan-etana-aiheena> Tilaisuuden tavoitteena on kehittää eri alojen työntekijöiden ja opiskelijoiden osaamista lähisuhdeväkivallan puheeksi ottamisesta, varhaisesta tuesta ja moniammatillisesta yhteistyöstä. Kohderyhmänä ovat sosiaali- ja terveysalan opiskelijat, ammattilaiset ja kouluttajat.
- **Terveysliikuntapäivät: Hyvinvointia 24/7 - Kaikki liike vaikuttaa 21.- 22.10.2020** Helsingissä. Maksullinen. Ohjelma ja ilmoittautuminen: <https://www.ukkinstituutti.fi/terveysliikuntapaivat>
- **Valtakunnalliset ympäristöterveyspäivät 27.10.2020:** <https://thl.fi/fi/ajankohtaista/tapahtumat/tapahtumakalenteri/-/event/5633673>
- **Valtakunnalliset Terveysneuvontapäivät 27.-28.10.2020** Helsinki. Kohderyhmä: Huumeiden käyttäjille suunnattua sosiaali- ja terveysneuvontaa toteuttavat ammattilaiset, vertaistoisijat, terveysneuvontapalveluita käyttävät, sosiaali- ja terveydenhuollon muu henkilöstö sekä aiheesta kiinnostuneet päättäjät ja virkamiehet. Osallistumismaksu: Tilaisuuden hinta on 140€ kaksi päivää ja 80€ yksi päivä. Ilmoittautuminen: 200 osallistujaa ilmoittautumisjärjestyksessä. Ilmoittautuminen viimeistään 25.9.2020:

<https://link.webropolsurveys.com/S/E9C15994BBBC27A1> Lisätietoja:

<https://www.facebook.com/events/2251811411788176/>

- **Kansanterveyttä metsästä - webinaari. 28.10.2020 klo 13-15.** Järjestäjänä Tapio Oy ja Kainuun sosiaali- ja terveydenhuollon kuntayhtymä. Tilaisuudessa esitellään käytännön esimerkkejä metsien hyödyntämisestä terveydenhoidossa ja hyvinvointityössä ja saadaan tietoa metsäluonnon vaikutuksista ihmisten hyvinvointiin ja terveyteen. Seminaari on maksuton. Ohjelma ja ilmoittautuminen: <https://tapio.fi/tapahtumat/kansanterveytta-metsasta-webinaari-28-10-2020/>
- **Kuopion hyvinvointiseminaari 29.10.2020** klo 9.00 - 15.00 Webinaarina. Järjestäjänä Kuopion kaupunki ja Pohjois-Savon HYTE. Ohjelma julkaistaan pian. Ilmoittautuminen: <https://bit.ly/kuopioweb>
- Pohjois-Savossa alkaa **Tulppa – ohjaajakoulutus**, jossa perehdytetään kuntoutusryhmien ohjaamiseen Tulppa-toimintamallin avulla. Saat valmiudet ohjata ryhmäläistä tekemään terveyttä tukevia muutoksia. Koulutukseen sisältyy kolme lähiovetuspäivää (**27.-28.10.2020 ja 4.2.2021** KYS, Puijon sairaala) ja välitehtävät verkossa. Koulutus on osallistujille maksuton. Koulutus järjestetään osana Tulevaisuuden soite-keskus hanketta Siilinjärven kunnan, Pohjois-Savon perusterveydenhuollon yksikön ja Suomen Sydänliiton yhteistyönä. Ilmoittautuminen: <https://link.webropolsurveys.com/Participation/Public/62678ca2-30d1-4224-8b7a-fcbcf6d5d37b?displayId=Fin2050399> ja ohjelma: https://drive.google.com/file/d/1Zd8Ae_wMrPlgjLp2j6bTNIUPS4iIBj31/view?usp=sharing

Marraskuu

- **Ehkäisevän päihdetyön osaaja – verkkokoulutus 2.11.2020 klo 17-19 etäyhteyksin: Nuuskaton urheiluseura.** <https://ehyt.fi/tapahtuma/ehkaisevan-paihdeyten-osaaja-verkkokoulutus-nuuskaton-urheiluseura/>
- **Virtuaaliset päihdepäivät. Päihdetyön haasteet ja ratkaisut 9.11.-13.11.2020.** Viiden päivän aikana iltapäivisin klo 13-15 toteutetaan webinaari ajankohtaisesta ehkäisevään päihdetyöhön liittyvästä aiheesta. Virtuaaliseminaarit ovat maksuttomia ja niihin ilmoittaudutaan verkossa 1.10. alkaen <https://www.ept-verkosto.fi/paihdepaivat/>
- **HYTE-treffit 11.12.2020** klo 10-11. THL ja Kuntaliiton järjestämänä. Videoneuvottelu. Ei tarvitse ilmoittautua. www.kuntaliitto.fi/hyte-treffit
- **Terve Kunta verkoston avoin seminaaripäivä 11.11.2020** etäyhteydellä. Ohjelma ja ilmoittautumislinkki tulevat pian THL:n tapahtumakalenteriin.
- **Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen päivä 12.11.2020** etäyhteyksin. Järjestäjänä THL. [Lisätietoja](#)
- **Päihteet omaishoitoperheissä -seminaari. 19.11.2020** klo 12.00-16.00 Raahe, Raahen teatteri, Koulukatu 13. Mitä tehdä, kun omaishoitajan päihteiden käyttö huolestuttaa? Miten auttaa ja tukea omaishoitoperhettä, jossa päihteet ovat haasteena? Miltä alkoholiriippuvuus tuntuu? Kaikenlaisesta päihteiden käytöstä

puhumista on hyvä lisätä, myös omaishoidon yhteydessä. Omaishoitajaliitto ry., Kuppi Nurin -hanke. Ohjelma ja ilmoittautuminen:

<https://omaishoitajat.fi/tapahtumat/>

- **Tunne- ja vuorovaikutustaidot seksuaalikasvatustyön tukena. 20.11.2020** klo 8-14.30. KYS auditorio ja mahdollisuus myös seurata seminaaria yksisuuntaisella etäyhteydellä. Järjestäjänä Pohjois-Savon seksuaaliterveyden edistämisen työryhmä ja KYS:
<https://koulutuskalenteri.psshp.fi/hrm/public?PAGE=PublicTrainingProgramme>
- **Vakaasti eteenpäin -seminaari 25.11.2020** klo 10-15. Järjestäjänä UKK-instituutti. Seminaari on läkkäiden kaatumisten ehkäisy kuntien ja maakuntien yhteiseksi tehtäväksi -hankkeen päätöstilaisuus. Ohjelma ja ilmoittautuminen:
<https://www.ukkinstituutti.fi/vakaastieteenpain> Voit osallistua myös paikan päällä ns. "Kisastudioissa" (yhdessä etäyhteyttä seuraten ja keskustellen):
 - KYS Kaarisairaala, 4.krs. 4067A. Kisastudiossa kahvitarjoilu. Ilmoittautuminen KYSin kisastudioon:
<https://koulutuskalenteri.psshp.fi/hrm/public?PAGE=PublicTrainingProgramme>
 - Iisalmen sairaalalla SOTE-työntekijöille
- **Valtakunnallinen perhekeskuskonferenssi 26.11.2020** Helsinki. Järjestäjänä Lastensuojelun Keskusliitto ja THL:
<https://thl.fi/fi/ajankohtaista/tapahtumat/tapahtumakalenteri/-/event/6230018>
- **Puutu, keskustele, kysele ja kohtaa – Yksi hetki voi muuttaa kiusaamisen – ammattilaisille kiusaamisen teemoista. 30.11.2020** klo 12-16 Kuopio, KYS, auditorio. Mahdollisuus osallistua myös verkon kautta. Järjestäjänä Pohjois-Savon kiusaamisen ehkäisyn työryhmä. Ohjelma ja ilmoittautuminen:
<http://bit.ly/kiusaamisteemoistaammattilaisille>

Joulukuu

- **Puutu, keskustele, kysele ja kohtaa – Yksi hetki voi muuttaa kiusaamisen – ammattilaisille kiusaamisen teemoista. 2.12.2020** klo 12-16 Iisalmi, Collan –sali. Mahdollisuus osallistua myös verkon kautta. Järjestäjänä Pohjois-Savon kiusaamisen ehkäisyn työryhmä. Ohjelma ja ilmoittautuminen:
<https://drive.google.com/file/d/1DxTwj2Sgbsm1jFl5PPBdnCSOnSKRcFnz/view?usp=sharing>
- **Päihteet omaishoitoperheissä -seminaari. 3.12.2020** klo 9.00-16.00 Helsingissä, Ostrobotnia, Museokatu 10 ja verkossa. Mitä tehdä, kun omaishoitajan päihteiden käyttö huolestuttaa? Miten auttaa ja tukea omaishoitoperhettä, jossa päihteet ovat haasteena? Miltä alkoholiriippuvuus tuntuu? Kaikenlaisesta päihteiden käytöstä puhumista on hyvä lisätä, myös omaishoidon yhteydessä. Omaishoitajaliitto ry., Kuppi Nurin –hanke. Ohjelma ja ilmoittautuminen:
<https://omaishoitajat.fi/tapahtumat/>

Tammikuu

- **Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen osaamiskokonaisuus (3op/5op).** Verkko- ja etäopetus. Koulutuksessa syvennät osaamistasi monitoimijaisesta hytetyö-orientaatiosta, hyvinvointijohtamisesta ja tutkimustyön hyödyntämisestä hytetyössä. Saat näkökulmia ja välineitä tehdä kielellisesti sekä kulttuurisesti vastuullista, monimuotoista hyte-työtä. Järjestäjä Turun yliopiston Sote-akatemia. Maksuton täydennyskoulutus. **Hakuaika 28.9-25.10.2020** osoitteessa: www.ty.fi/hyte2021
Lisätietoja: www.utu.fi/hyte
- **Vahvuutta ja varmuutta – tietoa ja työmenetelmiä nikotiinittomuuden tueksi neuvolatyöhön. 21.1.2021.** Kuopio, KYS. Lisätietoja: <https://drive.google.com/file/d/1BoQirWvheuPjvR0WsZpG9b5134Zm54AZ/view?usp=sharing>

Tallenteita, materiaaleja ja verkkokursseja

- **Tietojen hyödyntäminen suunnittelussa ja johtamisessa –verkkokoulu,** THL. Osoite: <https://verkkokoulut.thl.fi/course/view.php?id=16>
- Avoin Itä-Suomen yliopiston **MOOC -verkkokurssilla käydään läpi vaikuttavuustiedon avainkäsitteitä ja käyttötarkoituksia.** Mitä vaikuttavuustieto on ja missä tilanteissa sitä tarvitaan? Itä-Suomen yliopiston kaikille avoimeen MOOC-kurssitarjontaan (Massive Open Online Course) avattu **vaikuttavuuden verkkokurssi** tarjoaa perusteet vaikuttavuuden tematiikkaan, sen keskeisiin käsitteisiin ja määritelmiin. Verkkokurssin on kehittänyt Vaikuttavuuden talo, hyvinvointiin ja terveyteen liittyvä vaikuttavuuden tutkimuksen ja koulutuksen monitieteinen yhteistyöverkosto Itä-Suomen yliopistossa.
<https://www.uef.fi/fi/uutinen/vaikuttavuustiedon-merkitys-korostuu-sote-alalla>
- **Meillä saa puhua kannabiksesta – verkkokoulutus** 22.10.2020:
<https://ehyt.fi/tapahtuma/meilla-saa-puhua-kannabiksesta-etakoulutus-4/>
- **Verkkokurssi: Miksi kiusataan? Oivalla kiusaamisilmiön ydin.** Maksullinen.
<https://lahiverkkokauppa.com/collections/tuotteet/products/verkkokurssi-miksi-kiusataan-oivalla-kiusaamisilmion-ydin>

Huomasithan...

- **AVI tiedottaa: Ehkäisevä päihdetyö tarvitsee rakenteet ja resurssit - Itä-Suomen tilanne kohentunut.** Lue lisää: <http://www.avi.fi/web/avi/-/ehkaiseva-paihde-tyo-tarvitsee-rakenteet-ja-resurssit-ita-suomen-tilanne-kohentunut-ita-suomi>
- **Mielenterveyspäivä 10.10.2020 Teemana kuunteleminen. Vihreää valoa kuuntelemiselle -kampanja.** <https://mieli.fi/fi/maailman-mielenterveys%C3%A4iv%C3%A4-2020-vihre%C3%A4%C3%A4-valoa-kuuntelemiselle>
- **Koti- ja vapaa-ajan tapaturmien ehkäisyn tavoiteohjelman julkaisu 13.11.2020** etäyhteyksin. Tervetuloa kuulemaan ja kommentoimaan uusia tavoitteita ja toimenpiteitä lasten, nuorten, työikäisten ja iäkkäiden kaatumisten, myrkytysten, tieliikenneonnettomuuksien ja hukkumisten ehkäisemiseksi. Ohjelma ja ilmoittautumislinkki tulevat osoitteeseen: <https://thl.fi/fi/ajankohtaista/tapahtumat/tapahtumakalenteri>
- **Iäkkäiden kaatumisvaaraan kotona voi vaikuttaa.** UKK-instituutti on tuottanut [ammattilaisille](#) ja [iäkkäiden läheisille](#) tietoa ja **interaktiivisia kuvia kodin vaaranpaikoista**. Niitä ovat esimerkiksi huono valaistus, puuttuvat liukuesteet mattojen alta tai kiikkerät huonekalut, jotka eivät pysy paikoillaan, kun niistä ottaa tukea. Vaaranpaikat kannattaa korjata.
- **Etävertaistukiryhmä vanhemmille starttaa lokakuussa!** Väsymyksen tunteet ja arjen haasteet ovat tuttuja varmasti jokaiselle vanhemmalle. Älä jää yksin, vaan tule keskustelemaan luottamuksellisesti vanhemmuuden haasteista, tunteista, arjesta ja ajankäytöstä! Osallistuminen on maksutonta ja tarvitset osallistumiseen tietokoneen tai mobiililaitteen, jossa on internet-yhteys ja kamera. Ilmoittautumiset sähköpostiin: seppo.teraslahti@kuopionkriisikeskus.fi Lisätietoja: Seppo Teräslahti p. 050 557 6716 Paavo Eloranta p. 040 415 6656 Yhteistyössä [MIELI Etelä-Karjalan Mielenterveys ry](#)
- **Ensihuoli- verkkokoulutus 17.11.2020** klo 17-19. Kuntalaisille, joilla huoli läheisen jaksamisesta tai päihteiden käytöstä. Järjestäjänä EHYT ry ja FinFami. Etäyhteyksin: <https://q.surveypal.com/Ensihuoli17.11.2020/0>

Muuta menossa olevaa vinkiksi

- **Puutu, keskustele, kysele, kohtaa - Yksi hetki voi lopettaa kiusaamisen – webinaarit kasvattajille** kiusaamisteemoista. Syksyn 2020 aikana kahden viikon välein tiistaisin klo 17.30 – 18.00 alkaen 22.9.2020 Teams Live tapahtumana sekä myöhemmin katsottavana tallenteena. Ei tarvitse ilmoittautua. Ohjelma ja linkki webinaariin: <http://bit.ly/kasvattajienwebinaarit>

Avustuksia haettavissa:

- Erityisavustushaku kunnille: Valtiolta vastaus ulkoilubuumiin. 10 miljoonaa elvytysrahaa kuntien lähivirkistysalueiden kunnostamiseen ja kehittämiseen: [https://www.ymparisto.fi/fi-FI/Asiointi_luvat_ja_ymparistovaikutusten_arviointi/Valtiolta_vastaus_ulkoilubuumiin_10_milj\(58545\)](https://www.ymparisto.fi/fi-FI/Asiointi_luvat_ja_ymparistovaikutusten_arviointi/Valtiolta_vastaus_ulkoilubuumiin_10_milj(58545))

Ota rohkeasti yhteyttä!

- Nettisivut: <https://www.psshp.fi/sairaanhoitopiiri/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistaminen>
- Seuraa meitä **Facebookissa**: Pohjois-Savon HYTE ja Pohjois-Savon ehkäisevä päihdetyö
- Seuraa meitä **Twitterissä**: PSHYTE
- **Välitäthän kuntasi asukkaille kohdistettua viestintää** eli “Tiesitkö että...” vinkkejä. Uusin vinkki muistuttaa siitä, että polkupyörän takavalon on oltava punainen ja etuvalon vaalea. Vinkkejä lähetetään parin viikon välein ajankohtaisista aiheista. Vinkit löytyvät Pohjois-Savon HYTE facebookista, Instagramista, Twitteristä ja nettisivuiltamme: <https://bit.ly/2ydivfk>
- **PSHYTE tiimi blogga**: <https://www.psshp.fi/blogit/PS-HYTE> Lue uusin teksti aiheesta “HYTE-Pitää tehdä jotain toisin”.

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 Sade