

PS HYTE-viesti

POHJOIS-SAVON HYTE

PS HYTE –viesti nro 7/2020

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 tukee kuntia hyvinvoinnin ja terveyden edistämistyössä.

Pohjois-Savon HYTE:n ja yhteistyötahojen koulutuksia tarjolla

Elokuu

- **HYTE-treffit 14.8.2020**, (myös 9.10 ja 11.12) klo 10-11. THL ja Kuntaliiton järjestämänä. Videoneuvottelu. Ei tarvitse ilmoittautua. www.kuntaliitto.fi/hyte-treffit
- **Kuntademokratiaverkosto. 20.8.2020 klo 13-16. Kuntien kokemuksia ja ratkaisuja osallisuustyöhön.** Järjestäjänä Kuntaliitto yhteistyössä Kestävä kaupunki -ohjelman kanssa. Ilmoittautuminen viim. 14.8.2020. Lisätietoja: <https://www.kuntaliitto.fi/tapahtumat/2020/kuntademokratiaverkoston-tapaaminen-2082020>
- **Pohjois-Savon hyvinvointivajeet ja niiden korjaaminen – HYTE-työn painopisteet ja vaikuttavat menetelmät III, 20.8.2020** klo 12-16. Kunnanpaikka, Siilinjärvi. Pohjois-Savon HYTE järjestää. Ohjelma: <https://bit.ly/32QSMo5> ja ilmoittautuminen: <https://q.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 toteuttamiseen (puolikas veso). Tilaisuus on maksuton. Ilmoittautumiset 19. 8. Mennessä. Ohjelma ja ilmoittautuminen: <https://tinyurl.com/MaistuvaKuopio>
- **EVA-treffit 27.8.2020** klo 12.30-15.00. Tule Kuntaliiton järjestämään vaikutusten ennakoarviointi-iltapäivään vahvistamaan kuntapäätösten ennakoarviointiosaamistasi ja hakemaan eväitä talousvaikutusten arviointiin osana kokonaisvaltaista evausta. Ilmoittaudu: <https://www.kuntaliitto.fi/tapahtumat/2020/eva-treffit>

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. Järjestäjät Varkauden kaupunki ja Pohjois-Savon HYTE. Ohjelma ja ilmoittautuminen: <https://drive.google.com/file/d/1qGaxN6W-wvUgdzB2lz4tgTlLe650KeUg/view?usp=sharing>
- **Innostavaa ruokakasvatusta joka kouluun – Maistuva koulu -seminaari 2.9.2020 klo 9-11.30.** Maistuva koulu lisäsi oppilaiden kouluruuan ja kasvien syömistä. Tervetuloa kuulemaan tuoreita tutkimustuloksia ja oivalluksia ruokakasvatuksesta. Maistuva koulu on toimintamalli alakoulun osallistavaan ruokakasvatukseen, joka

yhdistää eri oppiaineet ja kouluruokailun. Selvitimme mallin toimivuutta sekä ruokakasvatuksen vaikutuksia alakouluikäisten ruokatottumuksiin ja asenteisiin. Tutkimus on laajuudeltaan ainutlaatuinen Suomessa ja jopa kansainvälisesti. Mukana oli 15 kokeilukoulua sekä 15 verokkikoulua Salossa, Järvenpäässä, Siilinjärvellä, Kuopiossa ja Sotkamossa. Tutkimuksessa on selvitetty myös luokanopettajien asenteita ja kokemuksia kouluruokailusta ja ruokakasvatuksesta. Seminaari järjestetään etäyhteyksillä ja mikäli koronatilanne sallii, myös Tieteiden talolla Helsingissä. Ilmoittautuminen: <https://forms.gle/D2vAzVwCUXmM3aR6>

- **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

- **Oman jaksamisen lähteillä - kurssi verkossa omaisille ja läheisille** alkaa syyskuussa. Järjestäjänä Omary. Mukaan mahtuu 15 omaista Pohjois- ja Etelä-Savosta. Kurssi toteutuu torstaisin 3.9. 10.9. 17.9. ja 24.9. kello 17-19. Psykologi Kristoffer Hagström käsittelee eri näkökulmista psyykkistä hyvinvointia ja jaksamista. Lisätietoja ja ilmoittautumiset p. 040 556 4292 tai tiina.puranen@omary.fi
- **Keinoja omaisten tukemiseksi- koulutus. Kuinka tukea omaista, jonka läheisellä on päihteiden käyttöä? 9.9.2020** klo 12-16.00 Helsingissä, Meeting Park Forum, Mannerheimintie 20B ja verkossa. Omaishoitajaliitto ry., Kuppi Nurin –hanke. Ohjelma ja ilmoittautuminen: <https://omaishoitajat.fi/events/venues/meeting-park-forum/>
- **Kuntamarkkinat 9.9.2020.** Vuonna 2020 Kuntamarkkinat järjestetään kokonaan verkossa. Verkko-ohjelmaan osallistuminen edellyttää ilmoittautumista tapahtumaan. Lisätietoja ja ilmoittautuminen: <https://kuntamarkkinat.fi/>
- **Mitä uutta aikuisten ja lasten lihavuudesta – lihavuuden Käypä hoito – suositus käyttöön.** THL järjestää **11.9.2020** klo 9.30 -16.30 Päivi Mäen mukaan etäyhteyksimahdollisuus 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>
- **Erytystä tukea tarvitsevien lasten ja heidän perheidensä kohtaaminen ja tukeminen -koulutus 25.9.2020** Iisalmi Savonia-ammattikorkeakoulu, Haukisaarentie 2. Perheet keskiöön -hanke. Lisätietoja ja ilmoittautuminen: <https://www.lskl.fi/tapahtumat/erityista-tukea-tarvitsevien-lasten-ja-heidan-perheidensa-kohtaaminen-ja-tukeminen-koulutus-3/>

Lokakuu

- **Kuopio Open Data 2020 -seminaari 6.10.2020** klo 12.00 - 16.00. Järjestäjänä Kuopion kaupunki. <https://www.kuopio.fi/fi/avoin-data>
- **HYTE-treffit 9.10.2020** klo 10-11. THL ja Kuntaliiton järjestämänä. Videoneuvottelu. Ei tarvitse ilmoittautua. www.kuntaliitto.fi/hyte-treffit
- Tartu arjen ilmiöihin. **Digitaalisuuden haasteet ja mahdollisuudet vanhemmuudessa ja lapsen kehityksessä ja päihteet 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>
- **Valtakunnalliset Terveysneuvontapäivät 27.-28.10.2020** Helsinki. Kohderyhmä: Huumeiden käyttäjille suunnattua sosiaali- ja terveysneuvontaa toteuttavat ammattilaiset, vertaistoimijat, 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/>
- **Kuopion hyvinvointiseminaari 29.10.2020** klo 9.00 - 15.00 Webinaarina. Järjestäjänä Kuopion kaupunki ja Pohjois-Savon HYTE. Ilmoittautuminen: <https://bit.ly/kuopioweb>
- **Tulppa-ohjaajakoulutus** mahdollisesti käynnistymässä lokakuussa **27.-28.10.2020** Kuopiossa, KYS, Kaarisairaala 4.krs. Koulutuksen järjestää Suomen Sydänliitto Pohjois-Savon HYTE-tiimin kanssa. Koulutus perehdyttää Tulppa-kuntoutusryhmien ohjaamiseen, syventää tietoa valtimoterveysten hoitokäytäntöihin sekä ravitsemus- ja liikuntatietoutta sekä parisuhteeseen, seksuaalisuuteen ja mielialaan liittyviä asioita. Lisätietoja myöhemmin.

Marraskuu

- **HYTE-treffit 11.12.2020** klo 10-11. THL ja Kuntaliiton järjestämänä. Videoneuvottelu. Ei tarvitse ilmoittautua. www.kuntaliitto.fi/hyte-treffit
- **Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen päivä 12.11.2020.** Järjestäjänä THL. [Lisätietoja](#)
- **Päihteet omaishoitoperheissä -seminaari. 19.11.2020** klo 12.00-16.00 Raahen 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 julkaistaan myöhemmin. Seminaariin osallistuminen etäyhteyden välityksellä (ilmoittautumislinkki tulee myöhemmin) tai ns. "Kisastudiossa" (yhdessä etäyhteyttä seuraten ja keskustellen) KYS Kaarisairaala, 4.krs. 4067A. Kisastudiossa kahvitarjoilu. Ilmoittautuminen KYSin kisastudioon: <https://koulutuskalenteri.psshp.fi/hrm/public?PAGE=PublicTrainingProgramme>
- **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. Ilmoittautuminen ja lisätietoja myöhemmin.

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. Ilmoittautuminen ja lisätietoja myöhemmin.
- **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 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, materiaaleja ja verkkokursseja

- MIELI ry on toteuttanut **verkkoluennon nuoren tukemisesta kriiseissä**. Luento antaa nuorten parissa toimiville ammattilaisille eväitä ja rohkeutta nuoren kohtaamiseen kriisitilanteessa voimavaralähtöisesti, nuoren pärjäävyyden kokemusta tukien. Luento käsittelee kriisejä yleisesti, mutta tukee myös poikkeusolojen jälkeen arkeen palaamisessa. Luennosta saat tietoa mm. seuraavista teemoista: kriisit ja kriisiprosessi, mielenterveyden edistämisen merkitys kriisien kohtaamisessa, käsittelyssä ja niistä toipumisessa sekä oman hyvinvoinnin tukeminen ja tukipalvelut. Video löytyy Youtubesta: <https://www.youtube.com/watch?v=E8EJpiQryZg>
- **Tietojen hyödyntäminen suunnittelussa ja johtamisessa –verkkokoulu**, THL. Osoite: <https://verkkokoulut.thl.fi/course/view.php?id=16>

Huomasithan...

- TEA viisari perusopetuksen tulokset on julkaistu THL toimesta: <https://teaviisari.fi/teaviisari/fi/index> Pohjois-Savon tuloksia löytyy koottuna [täältä](#)
- **Valtakunnallinen MLL:n koulurauhan julistus on 19.8.** klo 10.00 Turussa. Tapahtumaa voi seurata **lifestriimin** kautta. Oppilaat ovat valinneet koulurauhateemaksi yhdenvertaisuuden: koulussa jokainen saa olla oma itsensä. Kaikki ovat samanarvoisia taustastaan tai ominaisuuksistaan riippumatta. Koulurauhavuoden slogan ”Käsi kädessä” muistuttaa, että on tärkeää tukea kaveria. Jos ei voi pitää kädestä kiinni, voi hymyillä, olla ystävällinen tai lähettää rohkaisevia viestejä. Lisätietoja: <https://www.mll.fi/koulurauha/koulurauha-lukuvuonna-2020-21/>

Muuta menossa olevaa vinkiksi

- Käyhän tutustumassa Itätoimijan nettisivuihin osoitteessa itatoimija.fi, josta löytyy mm. **kunnittaiset onnettomuustilastot** vuosilta 2015-2019, onnettomuuskarttalinkit ja kuntien liikenneturvallisuussuunnitelmat.

Avustushakuja menossa

- **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 yhdyspinoilla
 - 2. Kulttuurilla hyvinvointia
 - 3. Hyvää ja laadukasta ravitsemusta ikäihmisille ja työelämän ulkopuolella oleville
 - 4. Nikotiini- ja alkoholihaittojen ehkäisy Pakka-toimintamallin avulla

Kyselyt

- **Tulossa:** Pohjois-Savon HYTE tiimi tulee jälleen lähestymään Pohjois-Savon kuntia **Pohjois-Savon HYTE-työssä suositeltujen toimenpiteiden jalkautumisen tilannekyselyllä** heti alkusyksystä. Kysely muuttuu aikaisemmasta hieman. Entisen kyselyn tulokset löytyvät täältä: <https://www.pssh.fi/sairaanhoitopiiri/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistaminen/hyvinvointikertomus-ja-tilastot> (ks. sivun oikea reuna menetelmäkyselyn tulokset). Kuntien HYTE-koordinaattorit koordinoivat kyselyyn vastaamisen kunnissa. Tulemme pyytämään vastauksia kyselyyn **30.9.2020 mennessä**.
- **Tulossa:** **Ruokailun ja ruokakasvatuksen nykytila selvitys sähköisenä kyselynä Pohjois-Savon kuntien ala- ja yläkouluihin ja päiväkoteihin yksiköittäin** vastattavaksi Elo-Syyskuussa 2020. Selvityksen toteuttaa Pohjois-Savon HYTE-tiimi yhteistyössä kuntien hyte-yhdyshenkilöiden ja Itä-Suomen yliopiston kanssa syksyllä 2020

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. Vinkkejä lähetetään parin viikon välein ajankohtaisista aiheista. Vinkit löytyvät Pohjois-Savon HYTE facebookista, Twitteristä ja [nettisivuiltamme](#) Esim. vk 32 julkaistiin Tiesitkö että...Tankojuopumus on rikos. Lue lisää: <https://bit.ly/2ydivfk>
- **PSHYTE tiimi blogga**: <https://www.psshp.fi/blogit/PS-HYTE> Lue uusin teksti aiheesta "*Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen (HYTE) on paljon myös viestintätöitä*".

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