



19.6.2017

## VESOTE - Vaikuttavaa elintapaohjausta poikkihallinnollisesti Kainuun sotessa -hankkeen projektiryhmä

Aika 19.6.2017 klo 9.00 – 11.00

Paikka Kass, MaPo neuvottelutila.

### Projektiryhmä

Projektiryhmä	paikalla	poissa
Ahola-Anttonen Päivi		x
Horto Arja		x
Huovinen-Tervo Marjo		x
Hyttinen Tuija		x
Leimu-Pelkonen Helka	x	
Parkkila Ulla	x	
Pikkarainen Marita	x	
Pikkarainen Saara	x	

### Asiat:

1 Kokouksen avaus

Marita Pikkarainen avasi kokouksen klo 9.03

2 Kokouksen laillisuuden ja päätösvaltaisuuden toteaminen

Kokous todettiin lailliseksi (kutsu lähetetty 29.5.17). Kokous todettiin päätösvaltaiseksi

3 Puheenjohtajan ja sihteerin valinta

Puheenjohtajaksi valittiin Marita Pikkarainen, varapuheenjohtajaksi Saara Pikkarainen ja sihteeriksi Ulla Parkkila.

4 Esityslistan hyväksyminen työjärjestykseksi

Esityslista hyväksyttiin työjärjestykseksi.



19.6.2017

## 5 VESOTE-hanke Kainuun sotessa

Saara Pikkarainen kertoi VESOTE-hankkeen valtakunnallisista tavoitteista ja siitä, kuinka Kainuun sote on hankkeeseen tullut valituksi. STM:n kärkihanke Edistetään terveyttä ja hyvinvointia sekä vähennetään eriarvoisuutta Hyvät käytännöt pysyvään käyttöön sisältöalue 1 elintapaohjauksen vahvistaminen sosiaali- ja terveydenhuollossa ja sen palveluketjuissa. Hankeaika on 1.1.2017–31.12.2018.

Hankekonsortion muodostavat kansalliset järjestö- ja asiantuntijatoimijat yhdessä sairaanhoitopiirien ja alueellisten kunta- ja järjestötoimijoiden sekä mahdollisten yksityisten toimijoiden kanssa. Hankkeessa muodostuu sekä kansallisia että maakunnallisia elintapaohjauksen verkostoja, jotka yhdessä nostavat elintapaneuvonnan uudelle tasolle.

Hankkeen tavoitteena on vahvistaa ja kehittää sosiaali- ja terveydenhuollon toteuttamaa vaikuttavaa ja tavoitteellista elintapaohjausta, painottaen liikuntaa, ravitsemusta ja unta. Hankkeessa tavoitellaan terveytensä kannalta riittävästi liikkuvien, liiallista istumista vähentävien ja ravitsemussuositusten mukaan syövien osuuden lisääntymistä sekä lääkkeettömien hoitokeinojen käytön yleistymistä univaikeuksien hoidossa.

Hankkeessa panostetaan elintapaohjauksen puheeksi ottamiseen, elintapaohjauksen toteuttamiseen ja seuraamiseen samanaikaisesti alueen perusterveydenhuollossa, erikoissairanhoidossa, sosiaalipalveluissa, järjestöissä ja yksityisissä toimijoissa. Samanaikaisesti luodaan vaativampaa elintapaneuvontaa tarvitseville hoitopolkuja ja monitoimijaisia palveluketjuja. Lisäksi järjestöjen kanssa rakennetaan paikallisesti vertaistukea, ryhmämuotoista toimintaa ja tuetaan osallisuutta. Elintapaohjauksen tuki rakennetaan Kainuun soten virtuaaliseksi elintapapoliklinikaksi, joka sisältää työkaluja henkilökohtaisen elintapaohjauksen toteutumiseen sekä tietoa asiakkaan/potilaan hoitopoluista ja palveluketjuista. Virtuaalisen elintapapoliklinikan elintapaohjauksen palvelutarjotin sisältää Kainuun soten elintapoihin liittyviä toimia ja palveluita sekä järjestöjen tarjoaman vertaistuen, ryhmätoimintaa ja tukea ohjauksen antamiseen. Kainuun sote toteuttaa virtuaalisen elintapapoliklinikan toiminta-alueellaan.

Projektipäällikkö Ulla Parkkila esitteli Kainuun soten Vesote-hankkeen tavoitteet sekä kohderyhmän, joka on kainuulainen kutsuntaikäinen nuori mies sekä kainuulainen keski-ikäinen mies, jonka liikuntatottumukset ovat yleisiä liikuntasuosituksia alhaisemmat ja hänen ruokailutottumukset ovat epäterveelliset. Nämä epäedulliset elintavat lisäävät riskiä sydän- ja verenkiertoelimistön sairauksiin, 2. tyypin diabetekseen, tuki- ja liikuntaelinsairauksiin sekä mielenterveyssairauksiin. Nämä riskitekijät vaikuttavat eliniänodotteeseen alentavasti ja voivat syventää sosioekonomisia terveyseroja.



19.6.2017

Hankkeen aikana virtuaalinen elintapapoliklinikka rakennetaan toimivaksi palvelutarjotin kokonaisuudeksi ja pyritään integroimaan osaksi kaikkia sairaanhoitopiirejä palvelevaa järjestelmää. Elintapaneuvonnan toimintamalleiksi ja välineiksi valitaan näyttöön perustuvia ja vaikuttaviksi havaittuja malleja ja toimintatapoja. Näistä toimintamalleista ja hoitopoluista rakentuu alueellinen elintapaneuvonnan palvelutarjotin, josta kaikki elintapaohjausta antavat toimijat (pth, esh, sos, järjestöt ja yksityiset toimijat) löytävät eri asiakasryhmille soveltuvia elintapaneuvonnan välineitä ja malleja.

## 6 VESOTE-hankkeen tilannekatsaus 5/2017

Projektipäällikkö Ulla Parkkila esitteli tilannekatsauksen maaliskoukuun osalta. Hankkeen ensimmäisten kolmen kuukauden aikana on suunniteltu VESOTE-hankkeen koulutusohjelmaa; hanke tarjoaa Kainuun soten sekä kuntien ammattilaisille elintapaohjauksen koulutusta, jossa pääpaino on liikunta- ja ravitsemusneuvonnassa sekä lääkkeettömän unen hoidossa. Kevään aikana on projektipäällikkö sekä projektisuunnittelija (Anu Kilponen) tavanneet ja luoneet yhteistyökontakteja eri ammattiryhmien edustajien kanssa Kainuun sotessa ja Kainuun kunnissa (liite 2).

## 7 VESOTE-hankkeen koulutussuunnitelma syksy 2017 – 2018

Projektipäällikkö Ulla Parkkila esitteli koulutussuunnitelman, joka muodostuu kolmesta koulutuskokonaisuudesta. Jokainen koulutus sisältää liikunta- ja ravitsemusneuvonnan sekä lääkkeettömän unenhoidon. Koulutusmateriaalin tuottaa UKK-instituutti yhdessä hankkeen toimijoiden kanssa, toimijoiden tarpeiden mukaan. Kainuun soten koulutukset alkavat syyskuussa 2018 (liite 3).

## 8 Muut esille tulevat asiat

Puheenjohtaja esitti, että projektiryhmän jäsenet valitsisivat varajäsenet ja ilmoittaisivat heidän yhteystiedot projektipäällikkö Ulla Parkkilalle ennen seuraavaa projektiryhmän kokousta. Toivottavaa olisi, että joko varsinainen jäsen tai varajäsen voisi osallistua projektiryhmän kokouksiin.

Keskusteltiin millä mittarilla VESOTE-hankkeen edistymistä voidaan mitata Kainuun sotessa. Mittareina voitane käyttää palvelutarjottimien käyttöä, Omasoten käyttöä sekä elintapaohjausprosessiin ohjautuneiden asiakkaiden määrää (LifeCare kirjaukset, lähetteet jne.). Tätä keskustelua jatketaan seuraavalla tapaamisella.



19.6.2017

- 9 Seuraava kokous  
Seuraava projektiryhmän kokous on to 7.9.17 klo 9.00 – 11.00, Kass MaPo  
neuvottelutila (ravintokeskuksen rakennus, Sotkamontie 13 Kajaani)

---

Marita Pikkarainen  
puheenjohtaja

Ulla Parkkila  
sihteeri

Liitteet

- 1.VESOTE-esite Kainuu (pdf, word)
- 2.VESOTE-tilannekatsaus 5/2017 (PowerPoint)
3. VESOTE-koulutussuunnitelma Kainuu (PowerPoint)