



7.9.2017

## VESOTE - Vaikuttavaa elintapaohjausta poikkihallinnollisesti Kainuun so- tessa -hankkeen projektiryhmä

Aika To 7.9.2017 klo 9.00 – 11.00

Paikka Kass, Sotkamontie 13, Kajaani, MaPo neuvottelutila

Projektiryhmä

	paikalla	poissa
Ahola-Anttonen Päivi		x
varajäsen		x
Heikkilä Laura	x	
Huovinen-Tervo Marjo		x
varajäsen		x
Horto Arja		x
varajäsen Ahokas Päivi		x
Hyttinen Tuija	x	
Leimu-Pelkonen Helka		x
varajäsen Pulkkinen Ossi	x	
Parkkila Ulla	x	
Pikkarainen Marita	x	
Pikkarainen Saara	x	
Pennanen Auli	x	
varajäsen Leinonen Virpi		x
Valkeasuo Pia		x

Asiat:

1 Kokouksen avaus

Marita Pikkarainen avasi kokouksen klo 9.05

2 Kokouksen laillisuuden ja päätösvaltaisuuden toteaminen

Kokous todettiin laillisesti kokoon kutsutuksi ja päätösvaltaiseksi.

3 Puheenjohtajan ja sihteerin valinta

Kokousten puheenjohtajana toimii Marita Pikkarainen (sijaisena Saara Pikkarainen) ja sihteerinä Ulla Parkkila (sijaisena Laura Heikkilä) tästä kokouksesta eteenpäin ilman erillistä valintaa.



7.9.2017

4 Esityslistan hyväksyminen työjärjestykseksi

Kokouksen työjärjestys hyväksyttiin muutoksitta.

5 VESOTE-hanke Kainuun Sotessa

Saara Pikkarainen kertoi VESOTE-hankkeen valtakunnallisista tavoitteista. 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. tyyppin diabetekseen, tuki- ja liikuntaelinsairauksiin sekä mielenterveyssairauksiin. Nämä riskitekijät vaikuttavat eliniänodotteeseen alentavasti ja voivat syventää sosioekonomisia terveyseroja.



7.9.2017

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 tilanne katsaus 5/2017

Projektipäällikkö Ulla Parkkila esitteli tilannekatsauksen maalis-elokuun osalta. Hankkeen ensimmäisten kuuden kuukauden aikana on suunniteltu VESOTE-hankkeen koulutusohjelmaa; hanke tarjoaa Kainuun sotien 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 sotien koulutukset alkavat syyskuussa 2018 (liite 3)

#### 8 Muut esille tulevat asiat

Ei muita käsiteltäviä asioita.

#### 9 Seuraava kokous

to 14.12.17 klo 9.00 – 11.00 Kass, Mapo, Sotkamontie 13 Kajaani

Liitteet:

VESOTE-esite Kainuu (pdf, word)

VESOTE-tilannekatsaus 8/2017 (PowerPoint)

VESOTE-koulutussuunnitelma Kainuu (PowerPoint)

Kajaanissa 11.9.1017

Marita Pikkarainen  
puheenjohtaja

Ulla Parkkila  
sihteeri