



29.5.2018

## VESOTE-projektiryhmän kokous

Aika 29.5.2018 klo 9.00 – 10.30

Paikka Kaupungintalo, soten neuvotteluhuone 3. kerros

Projektiryhmä

	paikalla	poissa
Heikkilä Laura		x
Huovinen-Tervo Marjo		x
varajäsen		
Horto Arja		x
varajäsen Haverinen Merja		x
Hyttinen Tuija	x	
Jokelainen Pirjo	x	
Kemppainen Pia		
varajäsen		
Pulkinen Ossi	x (etä)	
varajäsen Noora Jauhiainen		
Leinonen Maija		x
varajäsen		
Parkkila Ulla	x	
Pikkarainen Marita		x
Pennanen Auli	x	
varajäsen Leinonen Virpi		

Asiat:

1 Kokouksen avaus

Pirjo Jokelainen avasi kokouksen klo 9.05.

2 Kokouksen laillisuuden ja päätösvaltaisuuden toteaminen

Läsnä viisi projektiryhmän jäsentä, joista yksi osallistui etäyhteydellä. Kokous todettiin lailliseksi ja päätösvaltaiseksi

3 Esityslistan hyväksyminen työjärjestykseksi

Esityslista hyväksyttiin muutoksitta.



29.5.2018

#### 4 VESOTE-hankkeen tilannekatsaus 3/2018 ja kevään ja syksyn toimintasuunnitelma

Projektipäällikkö Ulla Parkkila esitteli toimintakatsauksen huhti-toukokuun 2018 osalta (liite 1).

Elintapaohjauskoulutusryhmä 2 ja 3 ovat käynnissä lääkkeettömän unenhoidon ja ravitsemuksen kursseilla. Huhtikuun aikana aloitettiin verkostotapaamiset eri ammattiryhmien tai paikkakuntien kanssa. Tapaamisia on ollut Sotkamossa (fysioterapeutit, liikunnanohjaajat -> kutsuntatilaisuudet syksyllä 2018), Kass:n koulutuksessa olevat hoitajat sekä Paltamon ja Kajaanin osallistujat. Huhtikuussa hanke osallistui lisäksi Kutsuntaennakkoterveystarkastus-koulutukseen Oulussa.

Huhtikuussa hanke osallistui valtakunnallisen sydänviikon tapahtumiin Hyrynsalmella (Hyrynsalmen sydänkerho) sekä Kajaanissa järjestettyyn ammattilaisten tapahtumaan (Neuvokas perhe).

Suomusalmella tavattiin kärkihankeyhteistyössä (LaPe-MuKaVa, OTE ja VESOTE) hyte-työryhmä, jossa suunniteltiin yhteistyötä tulevalle syksylle "Olohuone"-tiloissa (ravitsemusneuvontaa).

Huhti-toukokuun aikana on suunniteltu Hyvinvoinnin palvelutarjottimen sisältöä "Hyvinvointia liikunnasta" ja "Hyvinvointia ravitsemuksesta" sivustoja. Tällä hetkellä palvelukuvaukset ja palvelulupaukset ovat lähes valmiita. Sivustojen suunnittelu jatkuu elokuussa 2018.

"Elintapaneuvontaa työpaikalla"- tempaus toteutettiin kajaanilaisessa miesvaltaisessa työpaikassa, osallistujia oli 30. Tulokset on toimitettu sekä työnantajalle että heidän työterveyshuoltoon.

Työterveyslaitos järjesti tyhy-päivän työpaikoille Kajaanissa ja Suomussalmella 24.5.18. Tämän tapahtuman suunnittelussa ja toteutuksessa on hanke ollut aktiivinen. Tapahtumassa oli toimintapisteitä Kajaanin joen rannalla ravitsemuksen sekä unen ja palautumisen pisteinä. Osallistujamäärä ei ole vielä varmistunut työterveyslaitoksen puolelta.

#### 5 Kainuun VESOTE:n ravitsemushanke

Ravitsemushankkeessa projektisuunnittelija Laura Heikkilä on tavannut Kajaanin työvoimayhdistyksellä kohderyhmää aamiaisen merkeissä. Kajaanin eläkeläiset ry:lle ja Sotkamon kunnan tyhy-päivässä L.H. on pitänyt ravitsemusaiheiset yleisöluennot. Vajaaravitsemushankkeeseen liittyvä toisen aallon seurantakysely on lähetty yksiköihin ja Kajaanin terveyskeskuksen akuuttiyksikölle on järjestetty vajaaravitsemuskoulutusta. Kajaanin nuorisotoimessa Nupassa on ollut suunnitelupalaveri syksyn yhteistyön merkeissä (liite 1.)



29.5.2018

Kesän ja syksyn aikana on työttömien ravitsemusryhmän tapaaminen Suomussalmella "Olohuoneella" ja Kajaanin Työvoimayhdistyksen Hyvinvointia liikunnasta ryhmälle toteutetaan toiminnallinen ryhmä. Lisäksi vajaaravitsemuksen kolmannen aallon seurantakysely lähetetään yksiköihin (Liite 1).

- 6 Elo-syyskuun vaihteessa järjestetään Kainuun kutsunnat, joissa hanke on mukana jokaisella paikkakunnalla kuten viime syksynä. Syksyn toimintasuunnitelmassa on järjestää mm. VESOTE-päätösseminaari Kouta-salissa. Projektiryhmän kanssa ideoitiin ohjelman sisältöä ja puheenvuorojen esittäjiä.  
Lisäksi joulukuussa on tavoitteena järjestää Lääkkeettömän unenhoidon koulutus yhdessä VitalMedin toimijoiden ja paikallisten ammattilaisten kesken. (liite 2).

- 7 Muut esille tulevat asiat

Muita käsiteltäviä asioita ei tullut esille

.

- 7 Seuraava kokous

**Ti 14.8.2018 klo 9–11** Kajaanin kaupungintalo, Soten neuvottelutila, 3. kerros, Pohjo-lankatu 13, Kajaani

- Liitteet 1) VESOTE-tilannekatsaus huhti-toukokuu 2018, sisältää ravitsemushankkeen tilannekatsauksen (PowerPoint)  
2) Kesän-syksyn toimintasuunnitelma (PowerPoint)

---

Pirjo Jokelainen  
puheenjohtaja

---

Ulla Parkkila  
sihteeri