



## HYVINVOINTIKERTOMUS VUOSIRAPORTTI 2020

PARGAS STAD • PARAISTEN KAUPUNKI

Strandvägen 28, FI-21600 PARGAS • Rantatie 28, FI-21600 PARAINEN • Tfn / Puh. (02) 458 5700 • Fax (02) 458 5731  
www.pargas.fi • www.parainen.fi

## DOKUMENTIN SISÄLTÖ

### OSA I VÄESTÖN HYVINVOINNIN KEHITYS VALTUUSTOKAUDELLA 6/2017 – 7/2021

- 1 Indikaattorien ja muun tiedon osoittama hyvinvointi 2020
- 2 Painopisteiden, tavoitteiden ja toimenpiteiden arviointi
- 3 Johtopäätökset ja toimenpide-ehdotukset

### OSA II HYVINVOINTISUUNNITELMA VALTUUSTOKAUDELLE 6/2017 - 7/2021

- 4 Kuntastrategian painopisteet ja linjaukset
- 5 Hyvinvoinnin edistämisen erillisohjelmat ja -suunnitelmat

6 Vuosien 6/2017 – 7/2021 hyvinvointisuunnitelman tavoitteiden raportointi

### OSA III VALTUUSTOKÄSITTELY

- 7 Suunnitelman laatijat
- 8 Suunnitelman hyväksyminen

# OSA I VÄESTÖN HYVINVOINNIN KEHITYS VALTUUSTOKAUDELLA 6/2017 – 7/2021

Hyvinvoivat ja toimintakykyiset asukkaat ovat jokaisen kunnan ehkä merkittävin voimavara. Tästä syystä kunnan tulee kohdentaa hyvinvointia ja terveyttä edistäviä toimia ihmisten asuin ympäristöön, päivähoitoon, kouluihin, työpaikoille, harrastuksiin ja palveluihin. Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen on samalla kunnan elinvoimaisuuden edistämistä.

Hyvinvointikertomus on johtamisen työväline. Hyvinvointikertomuksessa on kuvattu hyvinvointia erilaisten mittareiden valossa. Hyvinvointikertomus nostaa esiin hyvinvoinnin taustatekijät, vahvuudet ja kehittämiskohteet. Hyvinvointikertomus tukee hyvinvointitiedolla johtamista ja päätöksen tekoa. Se toimii strategiатыön sekä vuotuisen kuntasuunnittelun ja seurannan välineenä. Paraisten kaupungin strategialla ja sen toimenpidesuunnitelmalla 2018 - 2021 ja hyvinvointikertomuksella on useita toisiinsa liittyviä yhdyspintoja. Nämä yhdyspinnat liittyvät kaikkien ikäryhmien palveluihin eli lasten ja nuorten, työikäisten sekä ikäihmisten palveluihin.

Tämä vuosittainen hyvinvointiraportti sisältää vuosien 6/2017 – 7/2021 hyvinvoinnin kehittymisen asetettujen tavoitteiden näkökulmasta.

Paraisten kaupungin vertailukunniksi on valittu Kemiönsaari, Loviisa ja Naantali. Lisäksi tietoja verrataan Varsinais-Suomen sekä koko maan tilanteeseen.

Hyvinvointikertomuksessa hyvinvointia ja terveyttä kuvataan monipuolisesti erilaisilla mittareilla eli hyvinvointi-indikaattoreilla (Liitteenä). Nämä indikaattorien arvot on kerätty useilla kunnille osoitetuilla kyselyillä. Tässä hyvinvointikertomuksessa indikaattoreiden osalta käytetään uusinta saatavilla olevaa tietoa, joka on vuoden 2016, 2017 2018, 2019, 2020 tai 2021 tilanne. Osa näistä indikaattoreista on arvoitettu. Tällöin punainen väri viittaa kielteiseen kehitykseen ja vihreä väri myönteiseen. Muutos on sitä suurempi mitä paksumpi kehä muutosprosentin ympärillä on. On keskeistä muistaa, että merkittävä osa kuntalaisista voi hyvin, vaikka hyvinvointia kuvaavat indikaattorit nostavat esille ongelmia tai pahoinvointia. Indikaattoreiden avulla pystytään tunnistamaan, millaisia palveluja kuntalaiset tarvitsevat.

Työikäisen väestön osalta kerättyä kuntakohtaista tilastotietoa on niukasti saatavilla. Tästä syystä hyvinvointikertomukseen on kirjattu valtakunnallisesti kerättyä yleistä hyvinvointi- ja terveystietoa kuvaamaan ajankohtaisia hyvinvoinnin ja terveyden trendejä. Hyvinvointikertomuksessa on tältä osin viitattu FinTerveys 2017 tutkimuksen tuloksiin. FinTerveys 2017 -tutkimus on sisällöltään ainutlaatuisen laaja ja sen aineisto perustuu kansallisesti edustavaan otokseen.

Hyvinvointikertomukseen valittiin yhdeksi kaikkia ikäryhmiä koskevaksi hyvinvointia ja terveyttä edistäväksi painopistealueeksi aktiivinen arki ja siihen liittyvä liikunta. Liikunnalla on vahva yhdyspinta Paraisten kaupungin strategian osioon aktiivista vapaa-aikaa vihreässä kaupungissa. Suomessa on syksyllä 2018 valmistunut ensimmäinen liikuntapoliittinen selonteko, jonka päämääränä on lisätä merkittävästi ihmisten fyysistä aktiivisuutta kaikissa ikäluokissa. Selonteossa esitetään toimenpiteitä liikunnan lisäämiseksi esimerkiksi varhaiskasvatuksessa, opetuksessa, työelämässä, terveydenhuollon palveluissa ja vanhusten palveluissa. Tämä selonteko on osaltaan auttanut tämän hyvinvointikertomuksen laadinnassa.

Paraisten kaupunginvaltuusto hyväksyi 9.5.2017 § 35 hyvinvointikertomuksen seuraavalla lisäyksellä kohtaan Osa III "Valtuustokäsittely": "Edellä mainitut hyvinvointipanostukset kohdennetaan myös

vammaisille omana kohderyhmänään." Tästä syystä vammaisille kohdennetut panostukset on mainittu erikseen tässä hyvinvointikertomuksessa niiltä osin, kuin henkilöstö on nostanut vammaiset erityisesti esille.

Vuoden 2020 raportointi on lukemisen helpottamiseksi merkitty punaisella värillä.

## 1 INDIKAATTORIEN JA MUUN TIEDON OSOITTAMA HYVINVOINTI 2020

### 1.1 JOHDANTO

#### **Koronapandemia**

Vuoden 2020 maaliskuusta alkaen kaikkea toimintaa on varjostanut Korona-epidemia. Tämä maailmanlaajuinen pandemia on vaikuttanut monella tapaa ihmisten elämään. Kuntien tarjoamia palveluja on järjestetty uudella tavalla huomioiden epidemiatilanteen vaatimukset ihmisten suojelemiseksi tartunnoilta. Osa palveluista on keskeytetty tai niitä on vähennetty. Osa palveluista on muuttunut etäpalveluiksi. Asiakkaille on kehitetty uusia palvelumuotoja ja asiakkaat ovat oppineet käyttämään uusia palveluja. Pandemian aikana on haluttu erityisesti suojella haavoittuvassa asemassa olevaa väestöä.

Epidemian myötä moni työntekijä on tuntenut työtehtäviensä merkityksen kasvaneen ja korona-aika on yhdistänyt henkilöstöä. Toisaalta pandemia on vaikuttanut henkilöstön jaksamiseen ja hyvinvointiin heikentävästi, koska jatkuva uuteen tilanteeseen sopeutuminen ja uusien direktiivien ja suositusten käyttöönotto ovat lisänneet työmäärää ja kasvattaneet epävarmuutta tulevista. Osa työntekijöistä on saanut uusia tehtäviä, moni on siirtynyt etätyöhön. Työn ja perheen yhteensovittamisessa on tullut eteen uusia piirteitä.

Palvelujen supistaminen ja toimintatapojen muuttuminen ovat näkyneet erityisesti sellaisten henkilöiden kohdalla, joilla ei ole ollut mahdollisuuksia, kykyä tai halua käyttää etäpalveluja tai joilla ei ole ollut omaisia tai läheisiä, jotka olisivat auttaneet esimerkiksi taloudellisen tuen hakemisessa. Hoitovaje on pandemian aikana kasvanut.

Epidemian aikana sosiaaliset kontaktit ovat vähentyneet, ja meillä on ollut huoli omasta tai läheisten terveydestä. Osallistuminen erilaisiin virikkeisiin on ollut rajoitettua ja emme vielä tiedä, kuinka kauan joudumme huomioimaan pandemian aiheuttamia riskejä.

Osalla lapsista, nuorista ja perheistä ongelmat ovat kasvaneet koronaepidemian aikana. Palvelujärjestelmän alasajo jätti myös jo tuen ja hoidon piirissä olleita selviytymään ilman riittävää apua. Tällä hetkellä on havaittavissa, että perheiden ongelmat ovat moninaisempia. Palvelut painottuvat yhä enemmän korjaavaan toimintaan, vaikka ennalta ehkäisevä palvelu olisi tarkoituksenmukaisempaa. Pandemian aikana perheet ovat tarvinneet ohjausta arjen pyörittämiseen.

Toisaalta monen perheen arki on rauhoittunut ja ulkona oleminen on lisääntynyt. Sekä lähiympäristö että viheralueet ovat tulleet uudella tavalla tärkeiksi ja houkutteleviksi.

Pandemia on nyt kestänyt runsaan vuoden ja vuosi on pitkä aika nuoren elämästä. Osa jaksaa opiskella hyvin. Montaa epävarmuus tulevista huolestuttaa. Opiskeluterveydenhuollon suurimpana huolena on

noussut esiin opiskelijoiden mielenterveysongelmien, kuten mielialaoireiden, ahdistuksen ja keskittymisvaikeuksien, selvä lisääntyminen.

Pandemian aikana vapaaehtoistyö on kasvanut ja eri ikäryhmien välinen yhteistyö on noussut tärkeäksi ja arvostetuksi asiaksi.

Ikäihmiset eivät ole voineet tavata läheisiään kuten aikaisemmin, se on vaikuttanut heidän toiminnallisuuteensa heikentävästi.

Työttömien määrä on lisääntynyt ja pandemian vaikutukset yrityksiin ovat olleet vaihtelevat. Koronaepidemian aikana lomautukset ja työttömyys ovat yleistyneet, mikä on heikentänyt monen taloudellista tilannetta ja muuttuva epidemiatilanne on luonut epävarmuutta jatkosta.

Vaikutukset Suomen talouteen syntyivät suurelta osin palvelualoilla, varsinkin liikenteessä, sekä matkailu-, hotelli- ja ravintola-aloilla. Rajoitukset ovat osuneet myös kulttuurin, urheilun ja viihteen toimialoihin.

Pandemian vaikutuksia on tutkittu jo jonkin verran. Kaikki sen vaikutukset eivät näy vielä. Pandemian on todettu lisääneen yksinäisyyttä ja eriarvoistumista. Ennen pandemiaa 1/5 ihmisistä oli yksinäisiä, nyt 1/3 on yksinäisiä. Väestön psyykkinen kuormittuneisuus ei ole lisääntynyt, mutta tulevaisuutta koskeva toiveikkuus on heikentynyt.

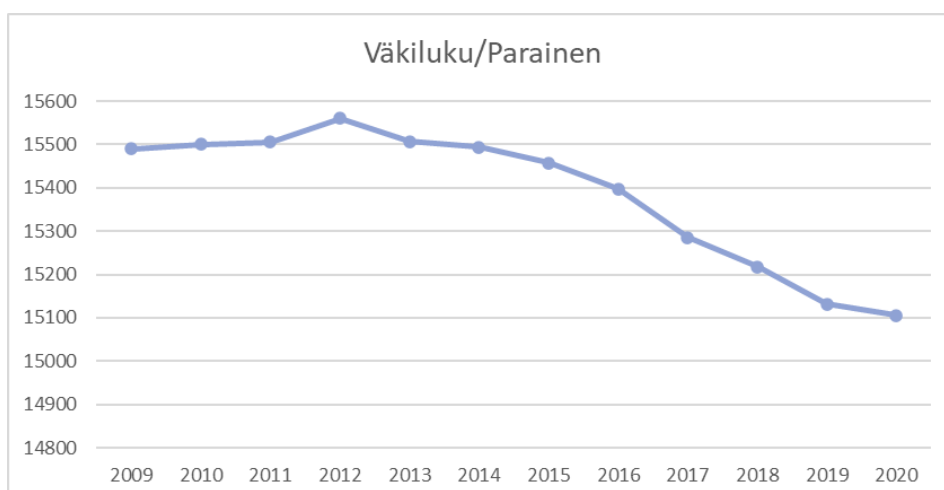
Yhteydenotot valtakunnalliseen kriisipuhelimeen ovat lisääntyneet, ja soittajilla on ilmennyt aikaisempaa enemmän vakavaa psyykkistä oireilua. Univaikeudet ovat lisääntyneet erityisesti naisilla.

Vielä kaikkia vaikutuksia emme tiedä tai emme tiedä vaikutusten laajuutta. Eri ikäryhmät ovat saattaneet kokea pandemia-ajan hyvin eri tavoin. Jotkin kokemukset voivat vaikuttaa meihin koko loppuelämämme ja niin voimme olettaa myös pandemian tekevän.

Seuraavassa laajassa hyvinvointikertomuksessa tulee valmistautua tavoitteellisesti pandemian aiheuttaman hyvinvointivajeen korjaamiseen.

## Yleistä

Paraisten kaupunki on runsaan 15 000 asukkaan kaksikielinen saaristokaupunki. Ruotsinkielisten osuus on 55 %, suomenkielisten osuus 42 % ja muiden kielten osuus on 3 %. Muita kuin kotimaisia kieliä äidinkielenään puhuvien osuus on suurin lasten, nuorten ja työikäisten ikäryhmissä. Paraisten väestömäärä on ollut laskussa vuodesta 2013 alkaen. Paraisten kaupungin strategiaan sisältyy toimenpiteitä, joilla väestön määrä yritetään saada kasvuun. **Vuonna 2020 muuttoliike on ollut positiivinen.**

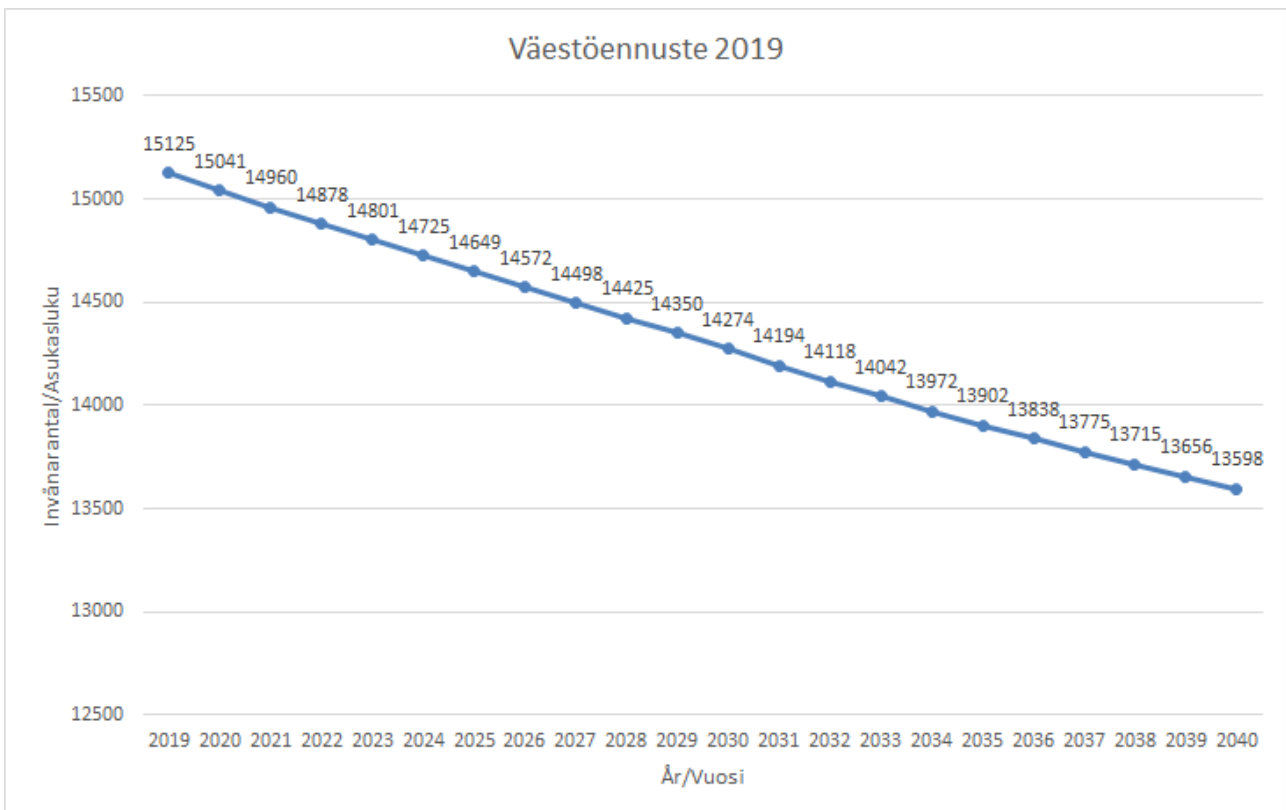


Kaupungin ikärakenteessa väestöennusteen mukaan yli 65 vuotiaiden osuus kasvaa selvästi kun taas lasten ja keski-ikäisten osuus vähenee. Lasten osalta erityisesti alle 4 vuotiaiden osuus on laskussa. Yli 65 vuotiaiden osuus on vuodesta 2010 vuoteen 2020 noussut 8 % eli heidän osuutensa on nyt 28 % asukkaista. Henkilömäärässä lisäys on ollut 1183 henkilöä. Väestön ikääntyminen ja väestörakenne pakottavat pohtimaan uusia näkökulmia palvelutuotantoon.

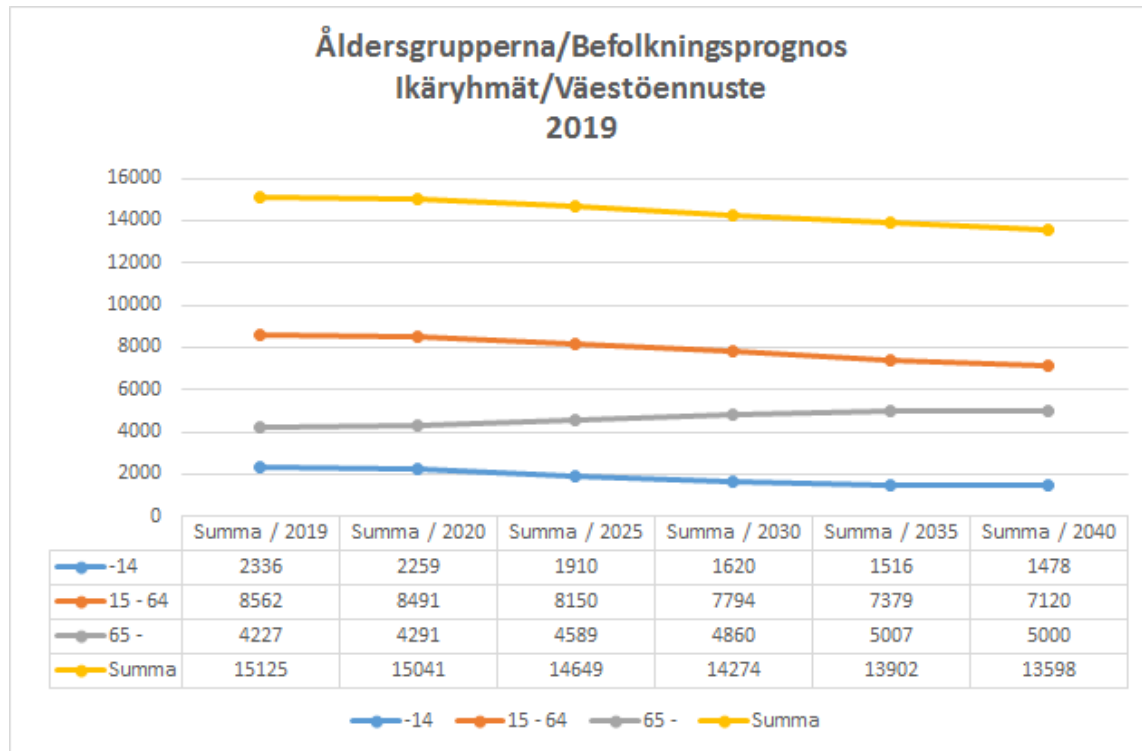
### Väestön ikärakenne Paraisilla

	Ikäryhmät	0 - 4	5 - 9	10 - 14	15 - 19	20 - 24	25 - 29	30 - 34	35 - 39	40 - 44	45 - 49	50 - 54	55 - 59	60 - 64	65 - 69	70 - 74	75 - 79	80 - 84	85 - 89	90 -
2009	15 490	790	866	988	927	608	641	826	940	1018	1104	1131	1251	1335	854	733	585	480	300	113
2010	15 501	806	868	992	914	615	600	783	925	1050	1122	1084	1214	1365	920	754	568	488	293	140
2011	15 505	814	883	945	925	598	607	775	940	1033	1113	1051	1191	1334	990	789	572	497	300	148
2012	15 561	808	903	949	952	585	576	749	934	1018	1099	1057	1159	1321	1139	760	589	503	313	147
2013	15 507	831	854	932	944	580	586	721	936	1005	1069	1077	1128	1259	1242	756	625	492	311	159
2014	15 494	784	874	912	928	581	559	730	914	998	1053	1106	1110	1252	1313	786	637	470	309	178
2015	15 457	737	874	896	923	572	557	718	877	980	1073	1113	1095	1205	1348	864	664	458	322	181
2016	15 398	719	855	909	891	573	541	687	869	975	1072	1111	1063	1186	1311	946	706	458	332	194
2017	15 285	663	862	914	884	567	518	649	871	964	1047	1092	1063	1139	1304	1070	689	466	329	194
2018	15 217	622	898	865	879	531	539	634	839	976	1024	1070	1078	1120	1258	1182	677	509	320	196
2019	15 132	575	862	907	832	512	547	627	822	976	1018	1046	1106	1106	1231	1222	713	522	313	195
2020	15 105	559	817	909	836	514	544	640	809	956	975	1090	1107	1101	1171	1251	772	553	305	196

Tilastokeskuksen tekemä väestöennuste on saatavilla vuodelta 2019.

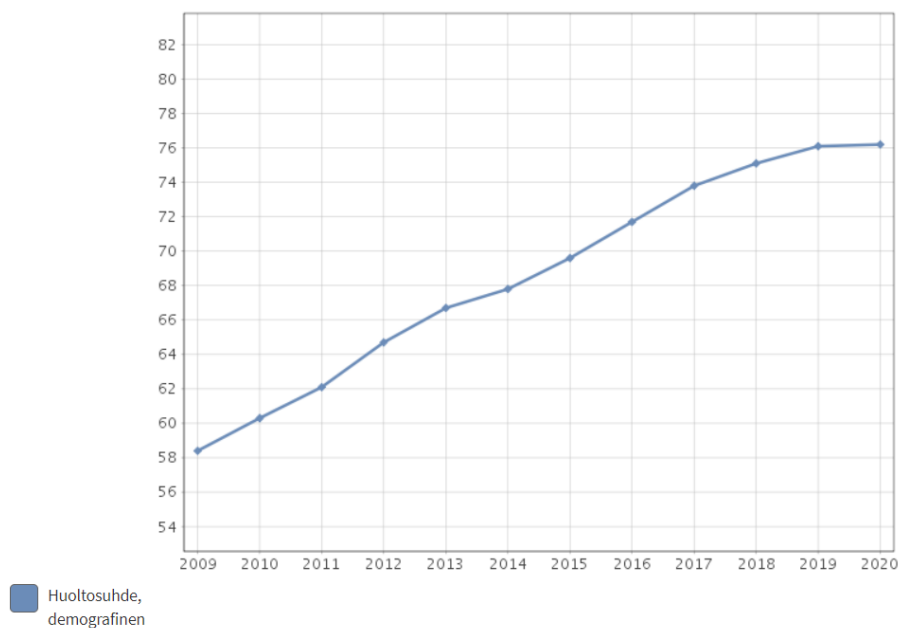


## Ikäryhmät/Väestöennuste 2019



Paraisten demograafinen huoltosuhde (työvoiman ulkopuolella olevien määrä suhteessa varsinaisen työvoiman määrään) on heikentynyt vuodesta toiseen ja se on heikempi kuin Varsinais-Suomessa ja koko maassa (Parainen 2009: 58,4 ja 2020: 76,2).

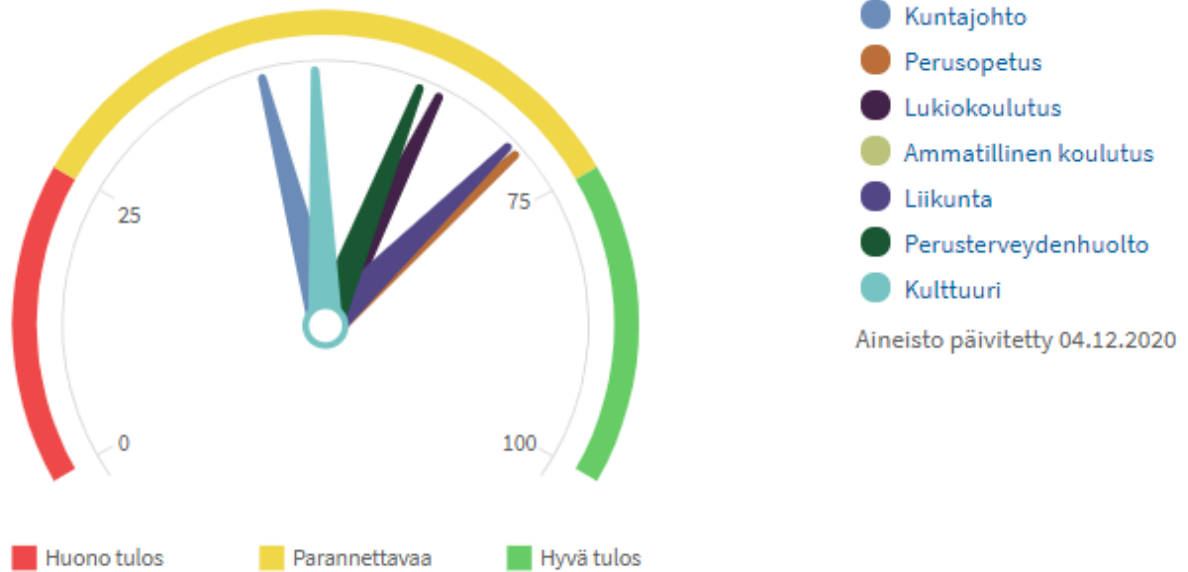
### Huoltosuhde, demograafinen [info ind. 761](#)



### TEAvisari näyttää kunnan terveydenedistämistyön suunnan.

TEAvisari on työväline kunnille ja kouluille. Tiedot kuvaavat terveydenedistämistäsiivisuutta eli kunnan toimintaa asukkaidensa terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseksi.

## Kaikki sektorit : Parainen 2020



Pisteet	Parainen	Koko maa
<b>Kaikki sektorit</b>	59	68
Kuntajohto	44	78
Perusopetus	70	66
Lukiokoulutus	61	69
Ammatillinen koulutus	..	66
Liikunta	69	72
Perusterveydenhuolto	59	67
Kulttuuri	49	59

Paraisten kaupungissa on 110 asuttua saarta, joista 98 saarta on ilman kiinteää tieyhteyttä. Tästä syystä palvelujen järjestämisessä on omat erityispiirteensä, joista aiheutuu lisäkustannuksia.

Väestön rakenne ja siinä tapahtuvat muutokset ovat keskeisiä palvelujen tarpeeseen vaikuttavia tekijöitä. Esimerkiksi muita kuin kotimaisia kieliä äidinkielenään puhuvien osuuden kasvu, yksinasumisen yleistyminen ja väestön koulutustason kohoaminen on tarpeen ottaa huomioon palveluita suunniteltaessa.



Lisäksi hyvinvoinnin ja terveydentilan sekä palvelutarpeiden tyydyttymisen seuranta eri väestöryhmissä on tärkeää yhdenvertaisuuden toteutumisen varmistamiseksi.

Tilastollisesti kerättyjen hyvinvointitietojen mukaan Paraisten kaupungin indikaattorit ovat suurelta osin hyvällä tasolla kuten esim. turvallisuutta kuvaavat indikaattorit. Muutama indikaattori osoittaa tarvetta panostaa hyvinvoinnin lisäämiseen. Nämä indikaattorit on huomioitu tässä hyvinvointikertomuksessa eri ikäryhmien kohdalla.

Hyvinvointikertomuksessa on poimittu Paraisten kaupungin taloutta ja elinvoimaa kuvaavia indikaattoreita sekä eri ikäryhmiä kuvaavia indikaattoreita. Valitut indikaattorit kuvaavat kehitystyön teemoja eli osallisuutta, liikuntaa ja aktiivisuutta sekä päihde- ja mielenterveyttä.

Indikaattoreiden lisäksi kuvataan painopisteiden, tavoitteiden ja toimenpiteiden arviointi sekä asetettujen tavoitteiden toteuma taulukkomuodossa.

## 2 PAINOPISTEIDEN, TAVOITTEIDEN JA TOIMENPITEIDEN ARVIOINTI

### 2.1 LASTEN JA LAPSIPERHEIDEN HYVINVOINTI JA NUORTEN HYVINVOINTI

Valtuustokauden 6/2017 – 7/2021 hyvinvointisuunnitelmaa laadittaessa lasten ja lapsiperheiden hyvinvoinnin ja nuorten hyvinvoinnin painopistealueiksi valittiin vahva ja toimiva vanhemmuus, aktiivinen arki sekä lasten ja nuorten henkinen hyvinvointi.

Lapsiperheiden suhteellinen määrä kaikista perheistä on laskussa ja se on alhaisempi kuin keskimäärin Varsinais-Suomessa. Lasten ja nuorten määrä on ollut laskussa erityisesti 0-4 vuotiaiden ikäryhmässä. Pienituloisiin kotitalouksiin kuuluvien lasten määrä on Paraisilla alle Varsinais-Suomen ja koko maan keskiarvon.

**Varhaiskasvatukseen osallistuvien 1–6-vuotiaiden lasten osuus on Paraisilla korkea. Vuonna 2019 osallistui 85,5 % toimintaan, kun vastaavasti koko maassa osallistui 62,9 %. Tämä tarkoitti myös noin 2 % kasvua edelliseen vuoteen verrattuna.**

Perusterveydenhuollon lastenneuvolan ja kouluterveydenhuollon käyntimäärät ovat Varsinais-Suomen keskiarvoon nähden samalla tasolla. Terveyspalveluissa on Paraisilla panostettu ja panostetaan ennaltaehkäiseviin palveluihin, mm. resursointi neuvoloissa ja kouluterveydenhuollossa on valtakunnallisen henkilöstömitoitussuosituksen mukainen terveydenhoitajien ja koululääkärien osalta. Erikoissairaanhoidon lastenpsykiatrian avokäyntien lukumäärä on pysynyt suurin piirtein ennallaan mutta nuorisopsykiatrian avohoitokäynneissä on voimakasta heilahtelua ja selkeää kasvua 2010 luvulla. Psykiatrian laitoshoidon hoitopäivien määrä 0–16-vuotiailla heilahtelee vuodesta toiseen, mutta selkeää muutosta pitkällä aikavälillä ei ole tällä hetkellä nähtävissä. **Vuodelta 2020 ei ole vielä tilastoja saatavilla.**

Paraisten kaupungissa oli käytössä varhaisen puuttumisen tukena Voimaperheet-toimintamalli vuodesta 2015 vuoteen 11/2018 saakka sekä yhä edelleen Lapset puheeksi -malli. **Voimaperheet** on Turun yliopiston Lastenpsykiatrian tutkimuskeskuksessa kehitetty toimintamalli, jossa lapsen käyttäytymisen ongelmien varhainen tunnistaminen yhdistyy internetin ja puhelimen välityksellä tarjottavaan vanhempainohjaukseen. Hoito-ohjelma on kehitetty lasten käytösongelmien ennaltaehkäisevään hoitoon. **Lapset puheeksi** -mallissa keskustelun päämääränä on tukea lasten kehitystä erityisesti silloin, kun lapsen elämäntilanteeseen liittyy vaikeuksia. Tavoitteena on tunnistaa lapsen hyvinvoinnin kannalta keskeiset tekijät ja pohtia sitä, kuinka

niitä voidaan tarvittaessa tukea. Kouluissa yli 50 tunnin poissaoloihin puututaan yhteistyössä koulun opiskelijahuollon toimijoiden kanssa.

Paraisten kaupungissa nuorten humalahakuinen käyttäytyminen ja tupakointi ovat vähentyneet pitkään, mutta ovat nyt huolta herättävästi nousussa joka ikäluokassa. Nuorten päihteiden käyttöön puututaan ja puuttumisen tukena on **Valomerkki**-toimintamalli. Valomerkki-toimintamallissa puututaan välittömästi alle 18-vuotiaiden lasten ja nuorten päihteiden käyttöön järjestämällä keskustelutilaisuus, johon kutsutaan lapsi ja tämän vanhemmat.

Liikuntaa harrastavien lasten osuus on vertailukaudella vähentynyt, mutta ylipainoisten lasten osuus on laskenut. Terveystilansa keskinkertaiseksi tai huonoksi kokevien osuus on kasvanut. **Koulut ovat mukana Liikkuva koulu** -toiminnassa. Liikkuvan koulun tavoitteena on lisätä oppilaiden koulupäivän aikaista liikuntaa.

Koulukiusaamisen vähentyminen on pysähtynyt. Koulun toimintakulttuurissa on pyritty löytämään keinoja kiusaamisen ennaltaehkäisyyn. Kouluissa on käytössä seuraavia koulukiusaamista ehkäiseviä malleja: **Friends**-ohjelma, **Askeleittain**-ohjelma, **Lions Quest** -ohjelma, **Kiva koulu** -toimintamalli, **Koulurauhaa** -malli, **Tukioppilastoiminta** ja **Kummioppilastoiminta**. Näiden lisäksi rikos- ja riita-asioiden sovittelussa käytetään **Verso**-mallia eli vertaissovittelua.

Koulun toimintakulttuurin liittyy kiinteästi **Verso-sovittelu**, koulutetut vertaissovitteluoppilaat sovittelevat esiin tulleita riitoja ja erimielisyyksiä. **Verso-sovittelun** yhtenä tarkoituksena on ennen kaikkea se, että oppilaat oppivat tärkeitä sovittelun taitoja ja kuulemaan toisten näkemyksiä. **Verso-sovittelussa** ei koskaan etsitä syyllisiä eikä jaeta rangaistuksia. Aikuinen valvoo aina sovitteluja ja on tarpeen mukaan apuna. Jos pikku riidat ja erimielisyydet eivät ratkea sovittelussa tai ne ovat toistuvia tai vakavia, siirtyy niiden käsittely **Sopu- tiimille**. Sopu- tiimi selvittää, kirjaa ja tiedottaa koteja tapahtuneesta sekä laatii jatko- ja seurantasuunnitelman. Sopu-tiimi on osa moniammatillista koulun oppilashuoltotoimintaa ja tarvittaessa mukaan pyydetään myös muita ammattilaisia kuten koulukuraattori tai -psykologi.

**Kaupungissa toimii kaksikielinen Sopu-Sams -tiimi**, joka kokoontuu muutamia kertoja vuodessa. Sopu-Sams-tiimi on kehittänyt koko kaupungin kouluhyvinvointimallia sekä tuo tapaamisiin kuulumisia koulujen arjesta sekä suomen- että ruotsinkielisiltä ala- ja yläkouluilta. Kokoontumisissa pohditaan toimivia käytänteitä ja jaetaan hyviä uusia ideoita. Tarkoituksena on myös yhtenäistää mahdollisimman pitkälle kaikkien Paraisten koulujen kouluhyvinvointiasioita, mm. **Verso-sovittelun** ja **tunne- ja vuorovaikutustaitojen** opettelu osalta. Sopu-Sams -tiimin jäsenet tuovat omien koulujensa opettajakokouksiin tietoa uusista koulutuksista ja ylläpitävät työyksiköissään arvokeskustelua näistä tärkeistä aiheista. Seuraavan syksyn tapaamisen teemana on suunnitella koko kaupungin yhteistä kouluhyvinvointitapahtumaa, johon mahdollisesti voitaisiin kysyä mukaan paikallisia yrityksiä ja muita lasten ja nuorten kanssa toimivia tahoja kuten seurakuntia, nuorisotoimea, vanhempainyhdistyksiä yms.

**Kouluhyvinvointi** nähdään kouluissa isona osana toimintakulttuuria. **Kouluhyvinvointiin** katsotaan kuuluvan kaikki koulun arjessa tapahtuva oppilaiden **psykkisen ja fyysisen terveyden ylläpitämiseen tähtäävä toiminta**. Kaikilla luokka-asteilla ensimmäisestä luokasta alkaen luokissa harjoitellaan **tunne- ja vuorovaikutustaitoja**. Myös **mielenterveystaitojen opettaminen** katsotaan tärkeäksi osaksi lapsen kasvun ja kehityksen tukemista, tasavertaisina terveellisten elämäntapojen ja vaikkapa liikuntatottumusten rinnalla.

Kouluhyvinvointiin liittyi kiinteästi **Paraskoulu Varsinais-Suomi-hanke**, joka sai Opetushallituksen rahoitusta #paraskoulu-haussa alueen kuntien lasten ja nuorten hyvinvoinnin edistämiseen. Hankerahoitusta myönnettiin vain 11 kunnalle ja saimme viidenneksi eniten rahaa. Hankkeessa tavoiteltiin pysyvää alueellista verkostoa kehittämis- ja koulutusyhteistyöhön. **Tarkoituksena on kehittää opetuksen tuen toimintamalleja, joiden avulla edistetään lasten ja nuorten hyvinvointia, koulumotivaatiota ja**

**ehkäistään syrjäytymistä.** Hankkeessa ovat mukana Raisio, Lieto, Kaarina, Mynämäki, Naantali, Paimio, Parainen, Sauvo ja Uusikaupunki. Konsti-hanke on jatkoa tälle hankkeelle.

Osallisuus ja kokemus vaikuttamisen mahdollisuuksista ja kuulluksi tulemisesta vaikuttavat yleiseen terveydenkokemukseen. Yläkoululaisten ja lukiolaisten kokemukset vaikutusmahdollisuuksista koulussa ovat paremmat kuin Varsinais-Suomen ja valtakunnan keskiarvon.

## Lapsiperheiden sosiaalityö

Vuoden 2020 aikana Paraisten Perheyskikköön tehtiin yhteensä 440 lastensuojeluilmoitusta sekä 78 yhteydenottoa, ennakkollisia lastensuojeluilmoituksia tuli yhteensä kahdeksan kappaletta. Määrät ovat 34 lastensuojeluilmoitusta vähemmän, 7 yhteydenottoa edellistä vuotta korkeampi ja kolme ennakkollista lastensuojeluilmoitusta enemmän. Lastensuojeluilmoituksia tehtiin yhteensä 239 lapsesta ja yhteydenotot koskivat 70 lasta. Palvelutarpeen arviointeja tehtiin yhteensä 124. Eniten ilmoituksia, yhteydenottoja ja palvelutarpeen arviointeja tehtiin 3–12-vuotiaista lapsista.

Sijoitettuja lapsia ja nuoria oli vuonna 2020 yhteensä 29 lasta tai nuorta. Lasten ja nuorten sijoitukset jakautuvat perhehoidon ja laitoshoidon välillä siten, että perhehoidossa on ollut 11 lasta tai nuorta ja laitoshoidossa 18 lasta tai nuorta. Perheyskikön palveluihin sisältyivät vuoden 2020 alussa vielä kaikki perheoikeudelliset palvelut, kuten lastenvalvojan tehtävät ja olosuhdeselvitykset, jotka siirtyivät alkukevästä Turun perheoikeudelliseen yksikköön.

Vuoden 2019 aikana Paraisten Perheyskikköön tehtiin yhteensä 474 lastensuojeluilmoitusta sekä 71 yhteydenottoa, ennakkollisia lastensuojeluilmoituksia tuli yhteensä viisi kappaletta. Määrät ovat 32 lastensuojeluilmoitusta enemmän, seitsemän yhteydenottoa edellistä vuotta alhaisempi ja kaksi ennakkollista lastensuojeluilmoitusta enemmän. Lastensuojeluilmoituksia tehtiin yhteensä 210 lapsesta ja yhteydenotot koskivat 66 lasta. Palvelutarpeen arviointeja tehtiin yhteensä 85 lapselle. Eniten ilmoituksia, yhteydenottoja ja palvelutarpeen arviointeja tehtiin 3-12-vuotiaista lapsista.

Sijoitettuja lapsia ja nuoria oli vuonna 2019 yhteensä 32 lasta tai nuorta. Kiireellisesti sijoitettujen, avohuollon tukitoimena sijoitettujen lasten ja nuorten määrä sekä ja huostaan otettujen lasten kokonaismäärä nousi verrattuna vuoteen 2018. Lasten ja nuorten sijoitukset jakautuvat perhehoidon ja laitoshoidon välillä siten, että perhehoidossa on ollut 13 lasta tai nuorta ja laitoshoidossa 19 lasta tai nuorta. Sijaishuollon hoitovuorokaudet kasvoivat vuoden 2019 aikana merkittävästi sekä perhehoidossa, että laitoshoidossa.

Perheyskikön palveluihin sisältyivät vuoden 2019 aikana myös kaikki perheoikeudelliset palvelut, kuten lastenvalvojan tehtävät ja olosuhdeselvitykset. Vuoden 2019 aikana valmisteltiin Paraisten kaupungin lastenvalvojan siirtoa maakunnalliseen Perheoikeudelliseen yksikköön, toimipisteen säilyessä Paraisilla.

## Perheneuvola

Turunmaan perheneuvolatoiminnan asiakasmäärä on pysynyt suhteellisen tasaisena viime vuosina **mutta laski vuonna 2020 merkittävästi. Oletettavasti moni uusi asiakas ei ottanut yhteyttä koronan vuoksi.** Vuonna 2020 perheneuvolan asiakkaana oli yhteensä 159 paraislaista: 0–6-vuotiaita asiakkaita oli 16, 7–15-vuotiaita asiakkaita oli 23, 16–21-vuotiaita asiakkaita oli 3 ja yli 21-vuotiaita asiakkaita oli 117. Vuonna 2019 perheneuvolan asiakkaana oli yhteensä 237 paraislaista: 0–6-vuotiaita asiakkaita oli 26, 7–15-vuotiaita asiakkaita oli 28, 16–21-vuotiaita asiakkaita oli 6 ja yli 21-vuotiaita asiakkaita oli 177. Perheneuvolassa autetaan lapsiperheitä löytämään keinoja ja ratkaisuja perhe-elämän ja kasvatuksen pulmiin.

Perheneuvolassa työskentelee sosiaalityöntekijä ja psykologi, lastenpsykiatrin konsultaatiot saadaan ostopalveluna. Paraisilla on sovittu, että terveyskeskuspsykologit (alle kouluikäisten psykologi ja koulupsykologit) tekevät lapsen kognitiiviseen kehitykseen kuuluvat tutkimukset, kun perheneuvolassa taas keskitytään perhesuhteisiin ja niiden hoitamiseen. Parainen myy perheneuvolapalvelut yhtenä päivänä viikossa Kemiönsaaren kuntaan.

Yhteyttä perheneuvolaan voi ottaa, kun haluaa tukea vanhempana toimimiseen, on huolissaan lapsen tai nuoren kehityksestä, käyttäytymisestä tai psyykkisestä hyvinvoinnista, perhettä on kohdannut kriisi, perheessä on parisuhteen ongelmia, eroon liittyviä pulmia tai väkivaltaa. Työskentely suunnitellaan yhdessä perheen kanssa. Se voi sisältää perheasioiden sovittelua, puhelinneuvontaa, ryhmiä, vauvaperhetyötä, yhteistyökumppaneiden konsultaatiota ja työparina toimimista, yksilö-, pari- ja perhetapaamisia.

Perheneuvolan palvelut ovat luottamuksellisia, maksuttomia ja vapaaehtoisia. Lähetettä ei tarvita.

## Nuorten paja Aktiva

Nuorten paja Aktivan kohderyhmä on alle 29-vuotiaat nuoret Paraisilla. Aktivalla on kaksi toimintamuotoa: Ohjaava paja ja Luova starttipaja. Ohjaavan pajan työmuoto on yksilölliset ohjauskeskustelut. Ohjaavassa pajassa toimii etsivä nuorisotyöntekijä sekä yksilöohjaaja. Ohjaava paja on matalankynnyksen palvelua, johon voi tulla ilman viranomaislähetettä. Luovassa starttipajassa on kaksi ohjaajaa, ja pajaan tullaan erilaisilla sopimuksilla. Toiminta keskittyy kädentaitoihin, elämäntaitoihin sekä tehtäviin, jotka soveltuvat nuorten tavoitteisiin.

Vuositasolla Aktivalla on 100 - 120 asiakasta, joista noin 30 osallistuu myös starttipajaan. Noin 75 % asiakkaista ei ole ammatillista koulutusta. Asiakkaista on nuoria miehiä noin 60 %, ja keski-ikä on noin 20 vuotta. Vuositasolla asiakasmäärä on pysynyt aika samana vuodesta toiseen. Aktiva tekee työtä myös niiden nuorten kanssa, jotka eivät ole virallisesti työttömiä työnhakijoita.

Aktiva seuraa nuorisolakia, missä määritellään pajatoimintaa ja etsivää nuorisotyötä. Aktivan tavoite on saavuttaa kaikki nuoret, jotka ovat ohjauksen ja toiminnan tarpeessa. Keskiössä on nuoren yksilölliset tavoitteet sekä niiden toteuttaminen. Aktivan ohjaajat osallistuvat yhteistyöverkoston tapaamisiin sekä ovat mukana nuorten kanssa erilaisissa kokouksissa ja tapaamisissa. **Etsivä nuorisotyöntekijä tekee myös yhteistyötä erityisesti koulutuksen järjestäjien kanssa, aina perusopetuksesta kolmannelle tasolle saakka.**

**Aktiva huolehtii nuorten 15–18-vuotiaiden Paraisten kaupungin järjestämästä kesätyöstä ja tarjoamista kesätyöseteleistä. Nämä 25 kesätyöpaikkaa ja 20 kesätyöseteliä arvotaan.**

Nuorten haasteet voivat olla: sosiaalisten tilanteiden pelko, mielenterveyskysymykset, sopivan koulutuspaikan saaminen, työkokemuksen saaminen ja riittävän tuen saaminen. Puutteita alueella asiakkaitten näkökulmasta: ruotsinkielinen erityisoppilaitos ja riittävät matalankynnyksen mielenterveyspalvelut.

## Nuorisotyö

Nuorisotyön painotus on ennaltaehkäisevässä työssä, mutta nuorisotyö voi olla myös korjaavaa työtä. Nuorten kasvatuksellinen ohjaus toteutuu niin toiminnan, yhdessäolon kuin neuvonnankin muodoissa. Kaupungin nuorisotyössä pääpaino on nuorten osallisuudessa ja toimintoihin kuuluvatkin mm. nuorisotilojen toiminta, harrastuskerhot, leirit ja tapahtumat. Yhteistyö koulun ja kolmannen sektorin kanssa tärkeä. **Digitaalinen nuorisotyö on tullut osittain mukaan toimintaan, kun nuorisotilojen tuli olla suljettuna kohdattiin erilaisilla alustoilla verkossa.**

Nuorten osallistaminen toteutuu mm. Nuorisovaltuuston toiminnan kautta. Nuorisolain 24 §:n mukaan nuorille tulee järjestää mahdollisuus osallistua paikallista ja alueellista nuorisotyötä ja politiikkaa koskevien

asioiden käsittelyyn. Nuoria on kuultava heitä koskeissa asioissa. Nuorisovaltuuston nimeää kaupunginhallitus.

Nuorisotyön toiminnan lähtökohtana on, että aloitteet erilaisesta toiminnasta tulevat nuorilta itseltään, minkä jälkeen toiminta suunnitellaan ja toteutetaan yhdessä.

Etsivän nuorisotyön tavoite on ehkäistä nuorten syrjäytymistä ja edistää nuorten fyysistä, psyykkistä, sosiaalista ja taloudellista hyvinvointia. Etsivällä työllä autetaan ja tuetaan alle 30-vuotiaita nuoria. Yhteistyö nuoren ja etsivän nuorisotyön välillä perustuu vapaaehtoisuuteen ja se pohjautuu nuorten tarpeisiin ja toiveisiin. Työ on liikkuvaa, ennaltaehkäisevää ja korjaavaa. Työhön kuuluu olennaisesti yhteistyö muiden nuorten kanssa toimivien tahojen kanssa.

Erytisnuorisotyössä työ painottuu 12–18-vuotiaiden nuorten tukemiseen. Erytisnuorisotyö on ennaltaehkäisevää työtä, jossa kiinnitetään erityisesti huomiota nuorten itsetuntoon ja itsetuntemukseen. Erytisnuorisotyössä tarjotaan nuorelle mahdollisuus keskusteluun ja tukemiseen ja yhdessä nuoren kanssa voidaan etsiä ratkaisuja elämäntilanteisiin liittyviin ongelmiin. Erytisnuorisoo-ohjaaja järjestää myös pienryhmätoimintaa, esim. tyttöjen ryhmiä. Paraisilla erityisnuorisotyöntekijän työhön kuuluu myös tiivis kouluyhteistyö Paraisen kunta-alueen koulukeskuksessa toimivan koulunuorisotyöntekijän ja koko kaupungin koulukuraattoreiden kanssa.

Kaupungin nuorisotoiminta on avointa kaikille.

## 2.2 TYÖIKÄISTEN HYVINVOINTI

Valtuustokauden 6/2017–5/2021 hyvinvointisuunnitelmaa laadittaessa työikäisten hyvinvoinnin painopistealueiksi valittiin aktiivinen arki, painonhallinta ja liikunnan tukeminen, arjen hallinta ja vastuun kantaminen, yksinäisyyden väheneminen ja verkostoitumisen tukeminen sekä päihde- ja mielenterveysongelmien väheneminen.

Koronan vaikutuksia työikäisellä väestöllä on tutkittu valtakunnallisella tasolla. Lomautukset ja työttömyys ovat lisänneet taloudellisia ongelmia, ja huolet toimeentulon riittävydestä ovat olleet yleisiä. On ollut huolta sekä omasta että läheisten toimeentulon riittävydestä. Perustoimeentulotuen ja työttömyysturvan tarve on kasvanut. Taloudelliset ongelmat ovat näkyneet sosiaalityöntekijöiden mukaan kunnissa mm. ruoka-avun tarpeen kasvuna ja velkaongelmina. Näyttää siltä, että epidemia on heikentänyt erityisesti niiden henkilöiden ja perheiden tilannetta, joilla toimeentulo-ongelmia oli jo ennen epidemiaa. Monet heikossa asemassa olevat ryhmät jäivät erityisesti epidemian alkuvaiheessa palvelujen ulkopuolelle tai ilman palveluja, kun henkilökohtaista palvelua ja ryhmämuotoista toimintaa rajoitettiin, supistettiin tai muutettiin etäpalveluiksi.

Työikäisestä väestöstä on suhteessa vähän tilastoituja kuntakohtaisia tietoja, mutta kylläkin valtakunnallisia tutkimuksia väestön hyvinvoinnista ja terveydestä on tehty. Valtakunnallisia tutkimustuloksia voi käyttää suuntaa antavina myös paraislaisten työikäisten hyvinvointia ja terveyttä arvioitaessa.

Valtakunnallisen FinTerveys 2017 tutkimuksen mukaan elintavoissa myönteisiä havaintoja ovat päivittäisen tupakoinnin vähentyminen sekä raittiuden yleistymisen ja humalajuomisen vähentyminen työikäisessä väestössä. Myös muutokset aikuisväestön fyysisessä aktiivisuudessa ovat kansanterveyden kannalta oikean suuntaisia. Koettu elämänlaatu parantui vanhimmissa ikäryhmissä. Myönteisiä havaintoja ovat positiivinen kehitys sosiaalisessa osallistumisessa.

Suomessa väestö ikäänny nopeammin kuin muissa Pohjoismaissa ja useimmissa muissa teollisuusmaissa. Tämä tarkoittaa myös liikuntarajoitteisten ja muistihäiriöisten iäkkäiden ihmisten määrän dramaattista lisääntymistä seuraavan kymmenen vuoden aikana. Edelleen lisääntyvä lihavuus voi vielä lisätä liikuntarajoitteisten määrää.

Psyykinen kuormittuneisuus ja masennus ovat yleisiä suomalaisessa aikuisväestössä. Masennusoireet ovat yleistyneet koko väestössä, ja psyykinen kuormittuneisuus on lisääntynyt työikäisillä naisilla. Sosiaalisessa toimintakyvyssä huolestuttavaa on epäluottamuksen lisääntyminen työikäisillä.

Useimmissa terveyttä, toimintakykyä ja niihin vaikuttavia tekijöitä kuvaavissa mittareissa koulutusryhmien välinen ero oli selvä: tilanne oli edullisin korkea-asteen koulutuksen ja heikoin perusasteen koulutuksen saaneilla.

Edellä kuvatun pohjalta on tarvetta elintapamuutoksiin. Tarvitaan terveellisempää ravintoa, enemmän liikuntaa, aivovoimistelua, sosiaalista osallisuutta ja aktiivisuutta, vähemmän päihteitä, tupakkaa ja riippuvuuksia sekä lopuksi vielä koko positiivisen mielenterveyden voimavarapatteriston lataamista.

Vuoden 2020 teemoiksi on työryhmässä valittu turvallisuus, osallisuus, liikunta ja ravitsemus sekä päihde- ja mielenterveystyö. Nämä teemat vastaavat hyvin valtakunnallisia trendejä.

Työpaikkojen määrä Paraisilla on vuodesta 2007 vuoteen 2018 vähentynyt 4,6 %:lla eli 5 345:sta 5 098:een. Eniten työpaikat ovat vähentyneet teollisuudesta ja julkiselta sektorilta (valtio ja puolustusvoimat). Sosiaali- ja terveysalan työpaikat ovat lisääntyneet. Muilla aloilla muutokset ovat selvästi pienempiä. Työikäinen väestö väheni 0,8 %:lla vuodesta 2018 vuoteen 2019. Työttömyysaste on Paraisilla ollut viime aikoina laskussa, **alimmillaan se oli 4,7 % heinäkuussa 2019. Korona pandemia on vaikuttanut työttömyyteen ja helmikuussa 2021 työttömyysaste oli 7,8 %**. Kuitenkin työmarkkinatuen kuntaosuus kasvoi vuonna 2019. Vaikka työttömyys, mukaan luettuna pitkäaikaistyöttömyys on vähentynyt, on ikääntyneiden, osatyökykyisten ja ulkomaalaisten työnhakijoiden työllistyminen edelleen vaikeaa.

Paraisten kaupunki on iso työnantaja. Edellytyksenä hyvien palveluiden tuottamiselle on, että työnantaja pitää hyvää huolta henkilöstöstään. Henkilöstön omaa työhyvinvointia ylläpidetään toimivan HR:n ja työsuojelun keinoin. Toimiva henkilöstöpolitiikka alkaa rekrytointivaiheessa hyvällä osaamisen profiloinnilla ja ammattimaisesti toteutettavilla työhönottohaastatteluilla. Palvelussuhde alkaa hyvällä perehdytyksellä. Palvelusuhteen aikana ylläpidetään johdonmukaista henkilöstöpolitiikkaa painottaen erityisesti johtamista ja työyhteisöllisyyttä.

## 2.3 IKÄIHMISTEN HYVINVOINTI

**Valtuustokauden 6/2017–5/2021 hyvinvointisuunnitelmaa laadittaessa ikäihmisten hyvinvoinnin painopistealueiksi valittiin yksinäisyyden vähentäminen, toimintakyvyn tukeminen ja kaatumisten ehkäisy, päihde- ja rahaongelmien vähentäminen sekä muistisairaiden tukeminen.**

### **Korona-aika**

**Korona-aika on rajoittanut ikäihmisten sosiaalisia kontakteja. Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksella käynnissä olevan Hyvinvointi korona-aikana – kysely vanhuspalvelujen asiakkaille (VANKO) -tutkimuksen alustavien tulosten mukaan vanhustenhuollon asiakkaiden kokema yksinäisyys on lisääntynyt korona-aikana. Ikäihmiset olisivat halunneet tavata omaisiaan useammin. Kasvomaskit ovat vaikeuttaneet kommunikointia. Etätapaamisia ei ole voinut verrata fyysisiin tapaamisiin. Puolet vanhustenhuollon asiakkaista ei ole voinut olla riittävästi ulkona. Asiakkaat ovat VANKO-tutkimuksen perusteella kuitenkin kokeneet, etteivät koronarajoitukset ole rajoittaneet heidän vapauttaan liikaa.**

**Paraisilla asumisyksiköissä jouduttiin korona-ajan alussa asettamaan väliaikaisia vierailukieltoja valtakunnallisten suositusten mukaisesti. Yksiköt ovat tällöin järjestäneet asukkaille mahdollisuuksia tavata omaisiaan ulkona. Asumisyksiköt ovat myös alkuajan jälkeen joutuneet sopeutumaan kulloinkin voimassa olleisiin toimintaohjeisiin, mikä on luonnollisestikin vaikuttanut asukkaiden ja heidän omaistensa**

tapaamismahdollisuuksiin. Korona-ajan alussa yksiköissä ei voitu toteuttaa aktivoivaa ja kuntouttavaa toimintaa (musiikkihetkiä, hartauksia, kaverikoirakäyntejä jne.). Sitten toimintaa on ajoittain pystytty jossain määrin järjestämään terveysturvallisuuskohdat huomioon ottaen. Yhteisenä tahtona on kuitenkin koko ajan ollut mahdollistaa turvalliset tapaamiset sekä fyysisesti että virtuaalisesti ikäihmisten hyvinvoinnin tukemiseksi.

VANKO-tutkimuksen mukaan ikäihmisten harraste- ja kuntoutustoiminta on ollut monissa kunnissa tauolla. Erityisesti kotihoidon asiakkaat ovat jääneet valtakunnan tasolla ilman aktivoivia ja kuntouttavia tapaamisia. Paraisilla päivätoiminta oli vuonna 2020 suljettuna maalisi- ja elokuun välisen ajan. Päivätoiminnan henkilökunta teki sen sijaan aktivoivia kotikäyntejä ja auttoi kauppapalveluissa kevään ja kesän aikana. Kesäkuussa järjestettiin pienimuotoista ulkoilmatoimintaa – sauvakävelyryhmiä, bingoa ja voimaharjoittelua ulkokuntoilulaitteilla. Elokuun jälkeen, kun päivätoiminta sai jälleen avautua, asiakasmäärä on ollut tavanomaista pienempi, mikä merkitsee sitä, että moni kuntouttavaa sosiaalista ryhmätoimintaa mahdollisesti tarvitseva asiakas ei ole saanut sitä.

Monet muut ryhmät, jotka tukevat ikäihmisten sosiaalista osallisuutta, eivät ole voineet tai halunneet kokoontua korona-aikana. Esimerkiksi Senioripisteen tiloja lainaa yleensä parisenkymmentä eri ryhmää viikossa. Nyt on ollut hiljaista. VANKO-tutkimuksen mukaan monien vanhustenhuollon asiakkaiden voi olla vaikea omaksua etänä tapahtuvaa toimintaa, minkä vuoksi fyysisten tapaamisten menettäminen on koskettanut tätä ryhmää erityisen voimakkaasti. Myös vapaaehtoistoiminta on toteutettu enimmäkseen etänä, puhelimitse tai virtuaalisesti. Paraisten kaupunki soitti yhteistyössä Punaisen Ristin kanssa vuoden 2020 aikana kahteen otteeseen (kesällä ja joulukuussa) koronapuhelun yli 85-vuotiaille kuntalaisille, jotka eivät olleet vanhustenhuollon palvelujen piirissä.

## **Ikinä-toimintamalli**

Vuonna 2015 Paraisten kaupungin sosiaali- ja terveysosastolla alkoi työ Ikinä-toimintamallin käyttöön ottamiseksi. Toimintamallin tarkoituksena on ehkäistä vanhusten kaatumistapaturmia. Ikinä-toimintamalli pohjautuu näyttöön perustuvaan tietoon ikääntyneiden kaatumisten yleisyydestä ja seurauksista, kaatumisten riskitekijöiden arvioinnista sekä kaatumisten ehkäisystä. Ikinä-toimintamalli on työvälise yhtenäisen, systemaattisen ja moniammatillisen kaatumisten ehkäisyn toteuttamiseksi. Ikinä-toimintamallia on käytetty säännöllisesti joissakin vanhustenhuollon yksiköissä, mutta ei kaikissa. Ikinä-työryhmä on kokoontunut säännöllisesti, ja suunnitelmassa on saada toimintamalli uudelleen käyttöön niissä vanhustenhuollon yksiköissä, joissa sitä ei ole käytetty aktiivisesti. Vuoden 2019 lukujen perusteella ikääntyneiden kaatumisista aiheutuneet hoitajaksot ovat Paraisilla vähentyneet, yhtenä syynä voi olla systemaattinen ehkäisytyö.

## **Ehkäisevä ja kuntouttava toiminta**

Seniorum ja muu vanhustenhuollon ehkäisevä ja kuntouttava toiminta on lokakuusta 2020 alkaen koottu saman katon, Senioripisteen, alle. Toiminta korostaa edelleen etsivää, kynnyksetöntä, aktivoivaa ja kuntouttavaa toimintaa ja tarkoituksena on myös entisestään kehittää ikäihmisten neuvontaa ja ohjausta kaikissa kunnanosissa. Toimintaa kehitetään ikäihmisille, jotka kuuluvat erityisen haavoittuvassa asemassa olevaan ryhmään, kuten esimerkiksi yksin asuvat muistisairaat, mielenterveys- ja päihdeongelmaiset ja vastikään puolisonsa menettäneet. Ideoita on uusiksi toimintamuodoiksi vasta eläkkeelle jääneille, päihdeongelmaisille ikääntyneille, etsivälle vanhustyölle, muistisairaille jne.

Senioripiste sai vuonna 2020 oman sairaanhoitajan, tarkoituksena on tarjota ikäihmisille kynnyksettömiä terveystarkastuksia ja -neuvontaa. On olemassa tutkimuksia, jotka viittaavat siihen, että elintapaohjauksella



voidaan ehkäistä sellaisten henkilöiden muistisairauksia, joilla on kohonnut muistisairauksien riski (FINGER-toimintamalli). Suunnitelmissa on kehittää muistisairauksien ehkäisytyötä. Uutta muistisairaiden kuntosaliryhmää on suunniteltu. Suunniteltu on myös voima- ja tasapainoryhmää ikäihmisille, jotka tarvitsevat järjestetyn kuljetuksen päästäkseen harjoittelemaan. Syksyllä 2020 kaksi vanhustenhuollon työntekijää on suorittanut Pilke-ohjaajakoulutuksen. Pilke-ryhmätoiminta on ammattilaisten ohjaamaa vertaistukitoimintaa ikäihmisille, joilla on tai on ollut päihdeongelma. Senioripiste haluaa vahvistaa yhteistyötä kolmannen sektorin kanssa edistääkseen yhdessä ikäihmisten terveyttä ja hyvinvointia. Korona-aika hidastaa osan näistä ideoista toteuttamista.

Paraisilla Senioripiste tarjoaa kotikäynnin niille vuoden aikana 80 vuotta täyttävälle, jotka eivät ole vanhustenhuollon palvelujen piirissä. Kotikäynnin tavoitteena on edistää ikäihmisen hyvinvointia, kartoittaa hänen palvelutarpeensa ja informoida tarjolla olevista palveluista. Vuonna 2020 tehdyiltä käynneiltä saadut tiedot (koskee niitä henkilöitä, jotka ovat halunneet ottaa käynnin vastaan) vahvistavat, että 80-vuotiaat, jotka eivät ole säännöllisten palvelujen piirissä, voivat hyvin ja elävät verrattain aktiivista elämää. Huomionarvioinen havainto on, että nämä ikäihmiset tuntevat edelleen heikosti palvelut, joita Paraisten kaupunki tarjoaa ikäihmisille yhdessä yhteistyökumppaneidensa kanssa. Vuonna 2021 tullaankin panostamaan ikäihmisten palvelutarjonnasta tiedottamiseen.

Senioripisteeseen tehtiin vuonna 2020 yhteensä 67 ilmoitusta iäkkään henkilön palvelutarpeesta (ns. huoli-ilmoitusta). Monet iäkkäistä, joita ilmoitukset koskivat, olivat jo vanhustenhuollon palvelujen

piirissä, mutta huoli-ilmoitusten perusteella voidaan myös todeta, että Paraisilla on tukea ja palvelua tarvitsevia iäkkäitä, joita apu ei ole tavoittanut oikea-aikaisesti. Erityisesti ikääntyneiden taloudelliset ongelmat ovat lisääntyneet. Myös aikuissosiaalityössä on huomattu ikääntyneiden asiakkaiden määrän kasvu. Vanhustenhuoltoon tullaan tulevaisuudessa tarvitsemaan oma täyspäiväinen sosiaalityöntekijä.

## **Kotihoito ja asumispalvelut**

Valtakunnallinen tavoite on, että ikääntyneet voivat asua kotonaan ja saada tarvitsemansa palvelut sinne. Tilastotiedot vuoden 2018 lopulta kertovat, että Paraisilla 88,8 % ikääntyneistä (75+) asui kotona. Osuus oli Paraisilla pienempi kuin Suomessa yleisesti. Samana ajankohtana 10,1 % ikääntyneistä (75+) oli Paraisilla kotihoidon piirissä. Kotihoidon asiakkaat ovat tulevaisuudessa entistä vanhempia, heitä on entistä enemmän ja heidän avuntarpeensa on entistä suurempi. Tutkimukset osoittavat, että yli puolella Suomessa kotihoitoa saavista on kotikäyntejä päivittäin.

Kotihoito organisoitiin uudelleen syksyllä 2019 ja työ kotihoidon toiminnan kehittämiseksi edelleen on jatkunut vuonna 2020. Kotihoidon jakaminen maantieteen mukaan moniammatillisiin moduuleihin on toiminut hyvin. Kotiuttamistiimi, joka tarjoaa palveluja kotiuttamisen yhteydessä tai uusille asiakkaille ja joka kartoittaa arviointijakson aikana monipuolisesti asiakkaan tilanteen ja tarjoaa yksiköllistä kuntoutusta ja tukea kotiin, on edelleen näyttänyt vähentävän pitkäaikaisen kotihoidon tarvetta.

Tehostettu kotihoito käynnistyi syksyllä 2020. Sen tarkoituksena on, että asiakkaat selviävät pidempään kotona, kun he saavat enemmän kotihoidon palveluja. Ment-tiimi, joka aloitti Paraisten kotihoidossa syksyllä 2019, tukee mielenterveys- ja päihdeongelmaisia asiakkaita. Toimintaa on kehitetty vuoden 2020 aikana ja se on vakiinnuttanut paikkansa vanhustenhuollossa. Vaikka kotihoidon kehittämiseksi on tehty paljon ja tämän työn tulokset ovat olleet hyviä, kotihoitoon tarvitaan panostuksia myös tulevaisuudessa, jotta se pystyy vastaamaan kasvavan asiakasmäärän entistä suurempaan avuntarpeeseen asiakkaiden kotona.

Vuoden 2020 alussa tehostetussa palveluasumisessa asuvien ikääntyneiden (75+) osuus Paraisilla oli 6,5 %. Pitkäaikaisessa laitoshoidossa olevien ikääntyneiden (75+) osuus oli samana ajankohtana 1,8 %. Tämä



merkitsee sitä, että Paraisilla on onnistuttu vähentämään pitkäaikaishoitopaikkoja valtakunnallisen tavoitteen mukaisesti. Työ Malmkullan toiminnan uudelleenorganisoinniseksi jatkuu, nimi muutetaan geriatriseksi osastoksi ja osasto profiloituu geriatriseksi osastoksi, joka tarjoaa kuntoutusta, arviointijaksoja ja lyhytaikaishoitoa. Hoitoketjuja kehitetään edelleen ja tavoitteena on tarjota ikääntyneille laadukkaita palveluja oikea-aikaisesti ja oikeassa paikassa. Tarpeettomia potilassiirtoja, jotka voivat olla raskaita sekä asiakkaille että heidän omaisilleen, pyritään välttämään.

### Omaishoito

Vuonna 2019 omaishoidossa hoidettavien ikääntyneiden (75+) osuus Paraisilla oli 5,9 %. Omaishoito on hieno hoitomuoto ja omaishoitajia halutaan tukea heidän työssään. Omaishoitajilla on mahdollisuus osallistua terveystarkastuksiin, vuodesta 2020 alkaen Senioripisteen sairaanhoitajan luona. Viime vuoden aikana on koettu, että niillä omaishoitajilla, jotka ovat halunneet tulla terveystarkastukseen, ovat asiat hyvin, mutta että terveystarkastuksesta kieltäytyvät voisivat mahdollisesti olla lisätuen tarpeessa. Omaishoitajille tarjotaan lisäksi kotikäyntejä tekevän omaishoidon sijaishoitajan tarjoamaa sijaishoitoa. Paraisten kaupunki tarjoaa – joissakin tapauksissa

yhdessä yhteistyökumppaneidensa kanssa – omaishoitajille koulutusta, virkistyspäiviä, liikuntaryhmätoimintaa, omaiskahvilatoimintaa ja palveluohjausta.

## 3 JOHTOPÄÄTÖKSET JA TOIMENPIDE-EHDOTUKSET

Hyvinvointi ja terveys koskevat kaikkia hallintokuntia ja ne koskevat kaikkia kunnan tekemiä päätöksiä. Päätösten vaikutuksia sekä lyhyellä että pitkällä aikavälillä tulisi arvioida yhä enenevässä määrin ennakkolisesti. Päätökset vaikuttavat kuntalaisiin, ympäristöön, henkilöstöön ja organisaation sekä talouteen ja siksi päätösten vaikutuksia tulisi tarkastella näistä näkökulmista erikseen.

Vuoden 2020 teemoiksi on työryhmissä valittu turvallisuus, osallisuus, liikunta ja ravitsemus sekä päihde- ja mielenterveys. Nämä teemat vastaavat hyvin valtakunnallisia trendejä.

Tämän hyvinvointikertomuksen hyvinvointisuunnitelmaosiossa on kuvattu kehittämistyötä, jota on tehty ja tehdään edellä mainittujen teemojen kohdalta. Samasta taulukosta tulevat esille myös hyvät käytännöt ja ammatillinen osaaminen näihin teemoihin kohdennettuja palveluja järjestettäessä.

Koronavirusepidemiolla ja siihen liittyvillä rajoitustoimilla on kauaskantoisia vaikutuksia väestön hyvinvointiin sekä sosiaali- ja terveystarpeeseen. THL:n asiantuntijoiden arvion mukaan osassa palveluista käyntejä rajoitettiin ja kiireettömiä palveluita peruttiin liian varhaisessa vaiheessa. Jonojen purkamiseen kriisin jälkeen on THL:n mukaan syytä varautua huolellisesti. Epidemian ja rajoitustoimien arvioidaan vaikuttavan erityisesti riskiryhmään kuuluviin, ikääntyneisiin, mielenterveys- ja päihdeongelmista kärsiviin sekä asunnottomiin.

Vuoden 2020 teemoiksi on ennen poikkeusoloja työryhmässä valittu turvallisuus, mielenterveys- ja päihdetyö ja osallisuus. Teemat ovat ajankohtaisia myös poikkeusolojen aikana ja niiden jälkeen.

### 3.1 TURVALLISUUS

Tilastojen valossa Suomi on maailman turvallisin maa. Suomi pärjää erinomaisesti kansainvälisissä vertailuissa, joissa mitataan rikollisuutta, onnettomuuksia ja häiriöitä sekä luottamusta viranomaisiin ja oikeusjärjestelmään. Suomi on keskeisimmissä tutkimuksissa viiden kärkeen joukossa ja parhaiten sijoittunut Pohjoismaa.

Turvallisuuden kokonaiskuva on aina moninainen, eikä erilaisia turvallisuusongelmia voi suoraan verrata toisiinsa. Turvallisuus on myös jatkuvassa muutoksessa sen perusteella, mitkä uhat ja ongelmat nousevat milloinkin esille sekä miten arvoitamme niitä.

Turvallisuuden tunteeseen vaikutetaan usein enemmän hyvinvointitoimenpiteillä kuin turvallisuustoimenpiteillä.

### 3.2 OSALLISUUS

Osallisuuden edistäminen on osa Suomen hallituksen ja Euroopan unionin tavoitteita, joissa se on nostettu yhdeksi keskeiseksi keinoksi köyhyyden torjumiseksi ja syrjäytymisen ehkäisemiseksi. Osallisuutta edistämällä vähennetään myös eriarvoisuutta.

Useissa kansallisissa ohjelmissa ja toimenpide-ehdotuksissa on huomioitu osallisuus ja sen edistämisen merkitys hyvinvoinnille ja terveydelle. Perustus-, kunta- ja nuorisolaissa käytetään käsitteitä osallistuminen ja vaikuttaminen, jotka ovat väyliä osallisuuteen.

Yleensä osallisuus ymmärretään tunteena, joka syntyy kun ihminen on osallisena jossakin yhteisössä esimerkiksi opiskelun, työn, harrastus- tai järjestötoiminnan kautta. Yhteisöissä osallisuus ilmenee jäsenten arvostuksena, tasavertaisuutena ja luottamuksena, sekä mahdollisuutena vaikuttaa omassa yhteisössä.

Yhteiskunnassa osallisena oleminen tarkoittaa jokaisen mahdollisuutta terveyteen, koulutukseen, työhön, toimeentuloon, asuntoon ja sosiaalisiin suhteisiin. Kansallisella tasolla osallisuus vaikuttaa demokratian perusrakenteena. Tällöin kansalaisella on oikeus tasavertaisena osallistua ja vaikuttaa itseään koskeviin asioihin ja yhteiskunnan kehitykseen.

Ihmisen osallisuuden aste ja yhteiskunnallinen aktiivisuus vaihtelevat elämänsä ja -tilanteiden mukaisesti. Osallisuuden kokeminen ja sosiaaliset verkostot toimivat suojaavina tekijöinä hyvinvointivajeita ja syrjäytymistä vastaan.

Osallistuminen on yksi väylä osallisuuden kokemiseen. Mahdollisuus vaikuttaa omaa elämää koskeviin asioihin on olennainen osa yhteiskunnallista osallistumista ja kiinnittymistä yhteisöön.

Osallisuutta edistämällä estetään yhteiskunnasta syrjäytymistä ja vähennetään eriarvoisuutta. Osallisuuden edistäminen on huomiotava monitasoisesti niin kulttuurissa ja käytännöissä kuin rakenteissa ja strategiatasollakin. Yhteiskunnan palveluilla, kuten sosiaali- ja terveyspalveluilla sekä työllisyyspalveluilla on tärkeä rooli osallisuuden edistämässä. Myös muut toimijat eri tasoilla ovat tärkeitä osallisuuden vahvistamisessa, kuten koulut, työpaikat, järjestöt, harrastusseurat, seurakunnat ja yhdistykset.

**Vuonna 2020 Paraisten kaupunki osallistui Ympäristöministeriön kustantamaan Kestävä kaupunki -hankkeeseen. Hankkeen kautta kaupunki sai osallisuuden lisäämiseen sparrausapua. Hankkeen päätyttyä keväällä 2020 aloitti vapaasti muodostettu Aktivistiryhmä toimintansa. Aktivistiryhmä koostuu viranhaltijoista, jotka haluavat viedä asukkailta tulevia ideoita eteenpäin ja mahdollisesti toteuttaa niitä. Yhtenä esimerkkinä voidaan mainita kevätsipulien istutus Keskuspuistoon syksyllä 2020 yhdessä vapaaehtoisten asukkaiden kanssa.**

### 3.3 LIIKUNTA JA RAVITSEMUS

Terveyttä ja hyvinvointia edistävällä liikunnalla tarkoitetaan elämänkulun eri vaiheissa tapahtuvaa kaikkea fyysistä aktiivisuutta, jonka tavoitteena on terveyden ja toimintakyvyn ylläpitäminen ja parantaminen.

Arkiliikunnalla ja yleisellä liikkumisen käsitteellä tarkoitetaan kaikkea arjessa tapahtuvaa liikkumista kuten työ-, koulu-, ostos- ja harrastusmatkoja sekä mm. oppilaitosten välitunneilla ja työpaikkojen ja laitosten arjessa harjoitettavaa liikuntaa. Terveysliikunnalla puolestaan tarkoitetaan liikuntaa, jonka tavoitteena on saada liikunnan harrastajiksi ne ihmisryhmät, joilla on terveydellisistä ja muista syistä ongelmia harjoittaa liikuntaa terveytensä kannalta riittävästi.

Liikuntaneuvonnalla tarkoitetaan yksilöön kohdistuvaa terveyden edistämistä, joka on suunnattu erityisesti terveyden ja hyvinvoinnin näkökulmasta riittämättömästi liikkuville. Erityis- ja soveltavan liikunnan katsotaan puolestaan koskevan vammaisia, pitkäaikaissairaita sekä niitä ikääntyneitä henkilöitä, joiden toimintakyky on selvästi heikentynyt iän, vamman tai pitkäaikaissairaudesta takia.

Fyysinen kokonaisaktiivisuus on yhteiskunnassa vähentynyt. Liikkuminen vähenee lapsuudesta nuoruuteen siirryttäessä merkittävästi ja vain murto-osa nuorista liikkuu terveytensä kannalta riittävästi.

Lapsista ja nuorista jopa kaksi kolmasosaa liikkuu seuratoiminnassa. Huomiota on kiinnitettävä seuratoiminnan ulkopuolelle jääviin lapsiin ja nuoriin, joista osa tarvitsee erityistä tukea liikunnan harrastamiseksi. Toiminnassa tulee huomioida uudet lasten ja nuorten suosimat liikuntamuodot, jotka eivät vielä ole organisoituneet perinteiseksi seuratoiminnaksi. Näiden harrastusten olosuhteita on kehitettävä vastaamaan liikkujien tarpeita. Varhaiskasvatuksen ja koulun rooli lasten ja nuorten ruokakasvatuksessa ja ravitsemuksessa on merkittävä terveyden tasa-arvoa edistävä tekijä.

Tutkimustiedon valossa parhaiten liikkumattomuutta voidaan vähentää elämäntapaohjauksella (Parainen ollut mukana elämäntapaohjauksen Vesote-hankkeessa) ja liikuntaneuvonnalla. Työyhteisöissä tuleekin saada elämäntapaohjaus ja liikuntaneuvonta kiinteäksi osaksi työterveyshuoltoa.

Toinen tehokas tapa lisätä työpäivän yhteydessä tapahtuvaa liikuntaa on työmatkaliikunta, joka tarvitsee tuekseen riittävät puku- ja pesutilat sekä polkupyörien säilytystilat työpaikalle. Liikunnallista vaikutusta on myös julkisen liikenteen käytön lisäämisellä, koska julkisen liikenteen käyttöön sisältyy lähes aina myös kävely- tai pyöräilyosuus. Kunnilla on keskeinen rooli aktiivisen arkiliikkumisen edistämiseksi. Tämä koskee eritoten kävelyn ja pyöräilyn olosuhteita sekä fyysisesti aktiivisia kulkumuotoja suosivaa yhdyskuntarakennetta.

Ikääntyneiden liikuntapalveluissa korostuu ohjatun liikunnan laatu, saatavuus ja esteettömyys. Erityisesti kannattaa kiinnittää huomiota toimintakyvyltään tai terveydeltään heikentyneisiin iäkkäisiin, jotka asuvat kotonaan ilman säännöllisiä palveluja. Tämän ryhmän hyvinvointiin voidaan erityisesti vaikuttaa soveltavan liikunnan avulla ja eri tahojen yhteistyöllä. Liikkujista ikääntyneitä on yhä enemmän. Ikääntymisen myötä kasvaa myös pitkäaikaissairaiden ja vammaisten henkilöiden määrä, mutta myös hyväkuntoisten ikääntyneiden määrä.

Vähintään noin 15 prosentilla väestöstä on toimintakyvyn rajoitteita. Osalla heistä on vaikeuksia osallistua yleisesti tarjolla olevaan liikuntaan ja heidän liikuntansa vaatii soveltamista sekä erityisosaamista. Kynnystä liikkumiseen, liikunnan harrastamiseen ja urheiluun voi nostaa myös elämäntilanne, joka on usein toimintarajoitteisilla haastavampi kuin väestöllä keskimäärin. Hyvinvointia uhkaavat tekijät näyttävätkin kasautuvan usein samoille henkilöille.

Sosiaali- ja terveyspalveluissa pitäisi tulevaisuudessa kiinnittää aiempaa enemmän huomiota fyysisesti liikkumattomien tunnistamiseen ja tehdä yhteistyötä liikunnan palveluketjun vahvistamiseksi. Kunnilla on

merkittävä rooli fyysistä aktiivisuutta tukevan elinympäristön ja palvelurakenteen kehittämisessä mm. kaupunki- ja yhdyskuntasuunnittelun keinoin. Lisäksi toimivien ja saavutettavien julkisten liikenneyhteyksien ylläpitäminen ja kehittäminen kannustavat arki- ja matkaliikuntaan.

### 3.4 PÄIHDE- JA MIELENTERVEYSTYÖ

Mielenterveysongelmat ovat keskeisimpiä terveysongelmia kaikissa ikäryhmissä. Vain osa niistä kärsivistä hakee apua.

Psyykkinen kuormittuneisuus ja masennus ovat yleisiä suomalaisessa aikuisväestössä, erityisesti työikäisillä naisilla ja 80 vuotta täyttäneillä. Masennuksen kansanterveydellistä merkitystä korostaa se, että mielialahäiriöt ovat yleisin työkyvyttömyyseläkkeelle siirtymisen syy (Tilasto Suomen eläkkeensaajista 2016 - 2017). Koska mielenterveysongelmien vuoksi erikoissairaanhoidon toimipisteissä hoidossa olleet osallistuivat muita harvemmin tutkimuksiin, voidaan olettaa että mielenterveysoireilu väestössä on todennäköisesti vielä tässä raportoitua yleisempää.

Psyykkisen kuormittuneisuuden ja masennusoireilun yleistymisen viittaa siihen, että tarvitaan nykyistä suurempaa panostusta mielenterveyden edistämiseen kaikilla yhteiskunnan sektoreilla sekä mielenterveysoireiden, etenkin masennuksen, varhaiseen toteamiseen ja hoitoon.

Kunnan sosiaali- ja terveydenhuolto vastaa asukkaidensa mielenterveyden häiriöiden ehkäisystä, varhaisesta tunnistamisesta, asianmukaisesta hoidosta ja kuntoutuksesta. Avopalvelut ja sosiaali- ja terveydenhuollon peruspalvelut ovat hoidossa ensisijaisia. Mielenterveyspalveluja järjestetään myös erikoissairaanhoidossa psykiatrian poliklinikoilla ja psykiatrisena sairaalahoitona. Kunnan sosiaalihuolto järjestää mielenterveyskuntoutujille asumispalveluita, kotipalveluita ja kuntouttavaa työtoimintaa.

Lasten ja nuorten mielenterveysongelmien ehkäisyssä, havaitsemisessa ja tuen tarjoamisessa neuvolat sekä koulu- ja opiskeluterveydenhuolto ovat tärkeässä asemassa. Työterveyshuolto tukee työikäisen väestön mielenterveyden ylläpitämistä ja ongelmien ehkäisyä.

Päihdetyöllä tuetaan päihdeettömyyttä, vähennetään päihdeidenkäytön riskitekijöitä ja vahvistetaan henkilön voimavaroja ja hyvinvointia. Kunnan sosiaalihuollon ja muiden päihde- ja mielenterveyspalvelujen tulee muodostaa asiakkaan kannalta toimiva kokonaisuus. Sosiaalipalvelut on suunnattu päihdeiden ongelmakäyttäjille, heidän omaisilleen ja läheisilleen. Päihdepalveluja on saatava välittömästi ja oikeus niihin on subjektiivinen.

Päihdeitä käyttävälle odottavalle äidille, syntyvälle lapselle ja perheelle on turvattava riittävät tukitoimet jo raskausaikana. Ennakollinen lastensuojeluilmoitus on tehtävä ennen lapsen syntymää, jos on perusteltua syytä epäillä, että syntyvä lapsi tulee tarvitsemaan lastensuojelun tukitoimia välittömästi syntymänsä jälkeen.

Ehkäisevä päihdetyö on päihdeiden aiheuttamien haittojen ennaltaehkäisyä ja vähentämistä. Työn tavoitteena on vähentää päihdeiden kysyntää, saatavuutta, tarjontaa ja päihdehaittoja sekä edistää terveyttä, turvallisuutta ja hyvinvointia.

## OSA II HYVINVOINTISUUNNITELMA VALTUUSTOKAUDELLE 6/2017 – 7/2021

### 4 KUNTASTRATEGIAN PAINOPISTEET JA LINJAUKSET

#### **PARAISTEN STRATEGIA 2018 - 2022**

Hyvinvointikertomukseen kirjataan kuntastrategian kuntalaisen hyvinvointiin liittyvät painotukset ja linjaukset. Paraisten strateginen tavoitekuva on luova saaristo. Luova saaristo –teemalla halutaan nostaa esiin vahvuuksia ja ominaisuuksia, jotka tekevät Paraisista ainutlaatuisen ja houkuttelevan paikan asua, työskennellä, yrittää ja matkustaa.

Parainen tekee juuri tällä hetkellä strategiaa uudella osallistavalla tavalla. Strategiatyö on edennyt toimintasuunnitelman toteutusvaiheeseen. Paraisilla on määritelty viisi painopistealuetta ja näiden painopisteiden alle on yhdessä suunniteltu 41 erilaista konkreettista toimenpidettä, joiden avulla päästään tavoitteisiin. Toimenpiteitä työstetään työryhmissä ja ensimmäisten 16 toimenpiteen työstäminen on aloitettu maaliskuuhun 2019 mennessä.

Hyvinvointikertomuksessa painopistealueiksi valikoituivat ikäryhmittäin seuraavat painopistealueet:

#### **Lasten ja lapsiperheiden hyvinvointi ja nuorten hyvinvointi:**

Vahva ja toimiva vanhemmuus, Aktiivinen arki ja Lasten ja nuorten henkinen hyvinvointi

#### **Työikäisten hyvinvointi:**

Aktiivinen arki, painonhallinta ja liikunnan tukeminen, Arjen hallinta, vastuun kantaminen, Yksinäisyyden väheneminen, verkostoitumisen tukeminen ja Päihde- ja mielenterveysongelmien väheneminen

#### **Ikäihmisten hyvinvointi:**

Yksinäisyyden vähentyminen, Toimintakyvyn tukeminen ja kaatumisten ehkäisy, Raha- ja päihdeongelmien väheneminen ja Muistisairaiden tukeminen

### 5 HYVINVOINNIN EDISTÄMISEN ERILLISOHJELMAT JA - SUUNNITELMAT

Keskeiset hyvinvointiin liittyvät asiakirjat ja ohjelmat, joita kunnassa on valmisteltu tai jotka muuten ohjaavat toimintaa:

#### **Talous ja elinvoima**

- Paraisten kaupungin strategia ja sen toimenpidesuunnitelma 2018 - 2021

#### **Lapset, nuoret ja lapsiperheet**

- Lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma (sisältyy hyvinvointikertomukseen)
- Varhaiskasvatussuunnitelma
- Esiopetussuunnitelma
- Perusopetuksen OPS

- Lukiokoulutuksen OPS
- Toiminnallinen tasa-arvosuunnitelma
- Paraisten kaupungin neuvolatoiminnan, koulu- ja opiskeluterveydenhuollon sekä lasten ja nuorten ehkäisevän suun terveydenhuollon toimintaohjelma

#### Työikäiset

- Toimintasuunnitelma pari- ja lähisuhdeväkivaltaan puuttumisesta ja sen hallinnasta

#### Ikäihmiset

- Vanhuspoliittinen ohjelma

#### Kaikki ikäryhmät

- Paraisten kaupungin kotouttamisohjelma
- **Liikenneturvallisuuksuunnitelma**

## 6 VUOSIEN 6/2017 – 7/2021 HYVINVOINTISUUNNITELMAN TAVOITTEIDEN RAPORTOINTI

Vuoden 2020 raportointi on lukemisen helpottamiseksi merkitty punaisella värillä seuraavassa taulukossa.

### LASTEN JA NUORTEN KASVUN JA KEHITYKSEN TUKEMINEN SEKÄ LAPSIPERHEIDEN HYVINVOINNIN EDISTÄMINEN

Tavoite	Toimenpiteet ja vastuutaho	Resurssit	Arviointimittarit	Hyvinvoinnin edistäminen
Vahva ja toimiva vanhemmuus	<b>Vanhemmuuden tukeminen - luodaan mahdollisuuksia lisätä keskustelua vanhemmuudesta</b> Perhevalmennuksessa työtetään valmennusryhmän kanssa ajatuksia vanhemmuudesta. Tavoitteena mahdollistaa vertaistuki ja ohjata vanhempia verkostoitumaan toistensa kanssa. Vanhempien omaehtoista verkostoitumista tuetaan. Tarjotaan matalan kynnyksen kokoontumispaikkoja (perhekahvilat, leikkikenttätoiminta ym.). Tarvelähtöisiä pienryhmiä järjestetään kuten äiti-	Neuvola Kouluterveyden huolto Varhaiskasvatus Koulutoimi Sosiaalitoimi Ankkurin ohjausryhmä MONA - Moniammatillinen työryhmä	Lastensuojeluilmoitusten lukumäärä Huoltajilta saatu palaute päiväkotien ja koulujen oppilashuollon ja vanhempainiltojen toimivuudesta Perhevalmennuksen säännöllinen arviointi ja kurssipalautteet	Vuoden 2019 alusta on toteutettu perhevalmennus, joka muokattu 2018 tehdyn kyselyn pohjalta. Valmennuksessa ajatuksena ryhmäytyminen, verkostoituminen, vertaistuki. Valmennus toteutetaan moniammatillisesti saattaen menetelmällä. Valmennus alkaa odotusaikana ja jatkuu lapsen syntymän jälkeen. Perhevalmennusta arvioitu säännöllisesti kurssipalautteiden kautta. Perhevalmennuksen nykyinen muoto, menetelmät ja sisältö koettu toimivaksi ja hyväksi. <b>Kevästä 2020 alkaen kurssit on järjestetty etänä webinaareina.</b> Paraisten kaupungin kulttuuriyksikkö on käynnistänyt yhdessä



	<p>vauvaryhmät, kasvattivanhempien ryhmä, maahanmuuttajaperheiden ryhmä.</p> <p>Vanhempien ja perheen vuorovaikutustaitoja tuetaan voimavarakeskeisen vuorovaikutusohjelma ICDP:n kautta sekä asiakaskäynneillä että vertaisryhmämuodossa.</p> <p>Alueen lapsi- ja perhepalveluissa tunnetaan tarjolla olevat digitaaliset palvelut sekä vertaistuen muodot.</p> <p>Vanhempia ja perheitä osataan ohjata näiden palveluiden käyttöön.</p> <p>Koulujen ja varhaiskasvatuksen vanhempainillat ja -tapaamiset rakennetaan vuorovaikutteiseksi tilanteiksi, joissa lapsen ja nuoren monimuotoinen hyvinvointi on keskiössä.</p>			<p>Folkhälsanin kanssa teini-ikäisten vanhemmille suunnatun luentosarjan ajankohtaisista teemoista ja keskustelunaiheista. <b>Keväästä 2020 alkaen nämä luennot on järjestetty etänä eli webinaareina.</b></p> <p>Jo nyt on perustettu vanhempainryhmä, joka jatkaa oma-aloitteisesti keskusteluja yhdessä erityisnuorisohjaajien ja vapaa-aikaohjaajien kanssa. Keskusteluja jatketaan muun muassa nuorisotalolla järjestettävissä tapaamisissa.</p> <p>MLL vanhempainkahvila Tonåring i familjen – ryhmät ja luennot.</p> <p>Erityisnuorisohjaaja pitää aktiivisesti yhteyttä vanhempainyhdistyksiin ja Folkhälsaniin.</p> <p>Maahanmuuttajataustaisten perheiden tukeminen, kotouttaminen.</p> <p>Kirjasto järjestää perheille monikulttuurista ohjelmaa, äidinkielestä riippumatta ICDP vanhempainryhmät</p> <p>Vahvistetaan perhetalo Ankkurin toimintaa</p> <p>Koulujen koti- ja koulu-yhdistykset ovat koulujen rinnalla järjestämässä kodeille vanhempainiltoja ja teematapahtumia.</p> <p>Kaupungin kotisivut on uusittu 2019. Neuvola ja kouluterveydenhuolto on päivittänyt tietonsa ja lisännyt asiakkaille hyödyllisiä linkkejä, teemana ajankohtaisuus ja helposti löytyvä tieto.</p>
--	---	--	--	---



				<p>Vastaanottotilanteissa yhä useammin ohjataan asiakasta löytämään ja käyttämään digitaalisia palveluita.</p> <p>Varhaiskasvatuksessa on testattu uudenlaisia vanhempainiltoja ja niitä kehitetään edelleen useampien huoltajien tavoittamiseksi.</p> <p>Varhaiskasvatus on yhteistyössä perheyksikön kanssa käynnistänyt yhtenä iltapäivänä viikossa toimivan Avoimen päiväkodin, johon lapsi osallistuu yhdessä aikuisen kanssa.</p> <p>Suunnitelmissa on kehittää avointa toimintaa yhteistyössä muiden yksiköiden ja kolmannen sektorin kanssa.</p> <p><b>Varhaiskasvatus on keskittänyt ja selkeyttänyt palveluohjauksen.</b></p> <p>Osallistuttu Lapsi- ja perhepalveluiden muutosohjelmaan (LAPE).</p> <p>LUOTSI-koulutus (lähisuuhdeväkivallan ehkäisy) toteutunut vuonna 2020, 15 osallistujaa.</p> <p>Kevät- ja syyslukukauden aikana on pidetty kohdennettuja luentoja murrosikäisten perheille.</p> <p><b>Kirjasto antaa kirjalahjan vastasyntyneille yhteistyössä neuvolan kanssa.</b></p>
	<p><b>Helpotetaan huolen puheeksi ottoa ja avun saantia. Varhainen puuttuminen perheiden huoliin ja tuen järjestäminen.</b></p>	<p>Neuvola Kouluterveyden-huolto Varhaiskasvatus Koulutoimi Sosiaalitoimi</p>	<p>Lastensuojelun avoimuus- ja tukitoimien piirissä olevien osuus 0-17 vuotiaista (prosenttiosuus kaikista lapsista)</p>	<p>Työskentelytapa uusittu, yhteistyön lisääminen tärkeiden yhteistyökumppaneiden kanssa. Painotus ennaltaehkäisevään työhön. Panostettu sosiaalihuoltolain mukaisesti palveluihin: lisätty</p>





<p>Huolen puheeksi ottaminen on kaikkien vastuulla.</p> <p>Perhekeskeinen, moniammatillinen ja verkostomainen työote.</p> <p>Perhetalo Ankkurin toiminnan vahvistaminen ja kehittäminen.</p> <p>Perheiden tukeminen varhaisen tuen muodoilla kuten ehkäisevällä perhetyöllä.</p> <p>Perheneuvolapalveluiden oikea-aikainen saanti.</p> <p>Neuvolan laajat terveystarkastukset tarvittavine tukitoimineen.</p>		<p>Kodin ulkopuolelle sijoitettujen 0–17 vuotiaiden lasten lukumäärä ja prosenttiosuus kaikista lapsista.</p>	<p>henkilöstö (tulevaisuudessa kaksi sosiaalityöntekijää + yksi sosiaaliohjaaja).</p> <p>Puheeksiottamisen edellytyksenä ovat hyvät vuorovaikutustaidot.</p> <p>Työntekijöitä sosiaali-, terveys- ja sivistystoimessa koulutetaan edelleen ICDP/Kannustava vuorovaikutusohjelmaan.</p> <p>Tavoitteena on vahvistaa jokaisen omaa ammatillisuutta ja yhteistä suhtautumistapaa asiakkaisiin kaikissa lapsiperhepalveluissa. Vuonna 2019 järjestettiin ruotsinkielinen Taso 1 koulutus ja 2020 on tulossa Taso 1 suomenkielisenä (ei toteutunut vuonna 2020 koronan vuoksi).</p> <p>Henkilöstö ollut Lapset puheeksi -koulutuspäivällä</p> <p>Voisimme mahdollisesti ottaa käyttöön MARAK-riskiarviointilomakkeen Paraisilla (lähisuhdeväkivallan ehkäisy)</p> <p>Äitiys- ja lasten neuvolalla mahdollisuus lähettää psykologin kriisiajalle (tunti viikossa).</p> <p>Akuuttiaikoja lääkärille terveyskeskuksessa ja oppilaille joka viikko mahdollisuus nopeaan lääkäriaikaan.</p> <p>Voisimme 2019 aikana vielä pohtia verkostotyötapojen vahvistamista.</p> <p>Voimaperheet- hanke on ollut käytössä Paraisilla 2/2015 - 11/2018. Hankkeen alusta kyselyitä on lähetetty perheille 616 kpl. Perheet palauttaneet 410 kpl. Kriteerit täyttävien määrä 38 kpl. Hoito-</p>
---	--	---	--



			<p>ohjelmasta kieltäytynyt 11 kpl, keskeyttäneet 3 kpl, ei saatu yhteyttä 3 kpl. Ohjelman on läpikäynyt 21 lasta perheineen. Hanke ei jatku toistaiseksi Paraisilla koska kriteerit täyttävien määrä on alhainen kuten myös osallistuminen.</p> <p>Murrosikäisiä perheessä -tapaamiset ja -luennot vanhemmille.</p> <p>Palvelutarpeen arvioinnin avulla tuetaan vanhempia ottamaan puheeksi heidän oman huolensa ja avuntarpeensa. Tukea järjestetään moniammatillisen tukiverkoston avulla.</p> <p><b>Perhetyön ja neuvolan yhteistyö on aloitettu 2020. Aikainen tuki tarjotaan kaikille joko lasta odottaville perheille tai perheille, joilla on jo lapsia.</b></p> <p>Eri ohjelmat ja menetelmät käytössä:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ICDP</li> <li>• Voimaperheet (11/2018 saakka)</li> <li>• Ta till tals</li> <li>• Lapset puheeksi</li> <li>• Beardslee perheinterventio ("pitkä lapset puheeksi")</li> <li>• TRAPPAN</li> <li>• Valomerkki</li> </ul> <p>Neuvolan ja koulun laajat terveystarkastukset tarvittavine tukitoimineen.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Tehdään luokilla 1, 5 ja 8. Luokkien 5 ja 8 oppilaiden huoltajat osallistuvat terveystarkastuksiin.</b></li> </ul>
--	--	--	---



			<ul style="list-style-type: none"> <li>• LTH (tiedonkeruu 4 v, tulosten purku ja käsittely 2020)</li> <li>• Laajat terveystarkastukset 4 kk, 18 kk ja 4-vuoden iässä lastenneuvolassa</li> <li>• Fin-lapset (tiedonkeruu 3-6 kk ikäiset helmi-lokakuu 2020). Tulokset julkistettiin maaliskuussa 2021</li> <li>• Lukion ja amk:n 1. vuosi terveystarkastus ja 2. vuosi lääkärintarkastus</li> </ul> <p>OTR = Opiskeluterveydenhuoltoryhmän säännölliset tapaamiset eri kouluissa</p>
<p><b>Vahvistetaan varhaiskasvatuksen, koulun ja kodin yhteistyötä</b></p> <p>* Arviointi- ja oppimiskeskustelujen kehittäminen vuorovaikutteisiksi oppimista ja hyvinvointia edistäviksi tilanteiksi.</p> <p>* Koulun, kodin ja päivähoiton välinen yhteistyö. (Varhainen puheeksi otto.) Wilman käytön kehittäminen ja myönteisen palautteen käytön lisääminen.</p> <p>* Toiminnalliset vanhempainillat yhteistyössä varhaiskasvatuksen ja koulun eri sidosryhmien kanssa.</p> <p>* Avoimet ovet ja kodin ja varhaiskasvatuksen/koulun päivät, jolloin huoltajilla mahdollisuus tutustua</p>	<p>Opettajat Lastentarhanopettajat Koulujen rehtorit Päiväkotien johtajat</p>	<p>Huoltajien osallistuminen vanhempainiltoihin sekä kodin ja varhaiskasvatuksen/koulun muihin yhteisiin tilaisuuksiin.</p>	<p>Wilma otettu käyttöön esikoulussa.</p> <p>Wilma-lomakkeita, esim. memo, kehitetty esikoulua varten.</p> <p>Perhetalo Ankkurissa järjestettiin 24.5.2018 pop up -keskustelutilaisuus aiheesta koulu ja varhaiskasvatus. Vastaavanlainen tilaisuus järjestetään vuonna 2019 jollakin kunta-alueista.</p>

	päiväkotien ja koulujen toimintakulttuuriin.			
Aktiivinen arki	<p><b>Edistetään aktiivisuutta lasten ja nuorten arjessa. Innostetaan liikuntaan.</b></p> <p>* Henkilökohtainen ohjaus (esim. Movetest, perheille tarkoitettu esite vinkkeineen)</p> <p>Huom! Movetest on perusopetuksen ops:ssa</p> <p>* Mitä lasten kanssa voi tehdä? -&amp;gt; Infoa netissä/esitteissä (eri aktiviteeteista, paikoista), esimerkkinä Västerås</p> <p>* vapaa-aikatoimi ja yhdistykset kertomaan liikunta- ja harrastusmahdollisuuksista</p> <p>Liikunta ja terveystieto oppiaineiden työtavoissa ja oppisisällöissä keskitytään hyvinvointiin ja liikunnan edistämiseen osana lapsen ja nuoren arkea.</p> <p>Neuvolassa ja kouluterveydenhuollossa on käytössä systemaattinen toimintatapa siihen, miten ylipainoon reagoidaan ja miten perhettä ja nuorta ohjataan kohti terveellisiä elämäntapoja.</p> <p>Noudatetaan Käypä-hoito suositusta lasten ja nuorten lihavuuden ehkäisyssä ja hoidossa.</p>	<p>Nuoriso ja liikuntatoimi</p> <p>Neuvola</p> <p>Kouluterveydenhuolto</p> <p>Varhaiskasvatus</p> <p>Koulutoimi</p>	<p>Harrastaa hengästyttävää liikuntaa vapaa-ajalla korkeintaan 1 h viikossa, % 8. ja 9. luokan oppilaista</p> <p>Harrastaa hengästyttävää liikuntaa vapaa-ajalla korkeintaan 1 h viikossa, % lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista</p> <p>Harrastaa hengästyttävää liikuntaa vapaa-ajalla korkeintaan 1 h viikossa, % ammatillisen oppilaitoksen 1. ja 2. vuoden opiskelijoista</p> <p>Ylipaino, % 8. ja 9. luokan oppilaista</p> <p>Ylipaino, % lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista</p> <p>Ylipaino, % ammatillisen oppilaitoksen 1. ja 2. vuoden opiskelijoista</p> <p>Ylipainoisten, alle kouluikäisten lasten määrä</p> <p>Neuvolan ja kouluterveydenhuollon tilastotieto ylipainoisten lasten määrästä (kehitteillä).</p>	<p>Kaupunki on palkannut osa-aikaisen liikunnanohjaajan tammikuusta 2019 alkaen. Liikunnanohjaaja työskentelee aktiivisesti kohderyhmään lapset ja nuoret ja käynnistää muun muassa liikuntakerhoja ja kannustaa sillä tavoin liikkumaan.</p> <p>Kaupungin kulttuuriyksikkö testaa kaikissa kouluissa 3–6-luokkalaisten kerhoja. Kerho toimii viisi viikkoa, minkä jälkeen kerhon sisältö vaihtuu. Tarkoituksena on tällä tavoin esitellä lapsille kaupungissa tarjolla olevia aktiviteetteja ja mahdollisesti johdattaa lapsia kolmannen sektorin ohjatun toiminnan pariin. Kerhoja pidetään heti koulupäivän jälkeen.</p> <p>Kulttuurikasvatussuunnitelma toteutetaan lukuvuonna 2018–2019 ensimmäistä kertaa kokonaisuudessaan kaikissa kouluissa. Tarkoituksena on, että Paraisilla 9–11 vuotta koulua käyvä oppilas pääsee tällä tavoin tutustumaan kaikkiin erilaisiin kulttuuri- ja taidemuotoihin kouluvuosiensa aikana. Se voi tapahtua esimerkiksi esitysten, näyttelyiden, museokäyntien, konserttien tai työpajojen muodossa. “Taka kaikille lapsille ja nuorille tasa-arvoisen mahdollisuuden. Kulttuuri ja taide tukevat kommunikaatiota, yhteistyötä, empatiaa ja oma-aloitteisuutta. Voi antaa välineitä itsensä ja ympäristönsä ymmärtämiseen</p>



				<p>sekä tukea arjen hallintaa ja oppimista.”</p> <p>Fin-lapset rekisteri: Lasten ja nuorten ylipaino ja lihavuus. Neuvola ja kouluth. tarkastellut syksyllä 2019 tilastotietoa. Käyty keskustelu menetelmistä ja työn haasteista. Käytössä THL:n Lapsen ylipainon puhekeskustelu-oppas ammattilaisille.</p> <p>Informaatiota Nuori.parainen.fi-sivustolla.</p> <p>Osallistuttu elintapaohjauksen kehittämishankkeeseen, VESOTE-hankkeeseen.</p> <p>Vuosikurssien 3-6 oppilaille testattiin kerhoja. Mutta konsepti tarvitsee kehittämistä ja toivomus lukukausittaisista kerhoista on esitetty.</p> <p>Liikkuva koulu -toimintamalli; Koivuhaan koululle on mm. hankittu viime vuosina koulupyöriä, joiden avulla kulkeminen Pif-Centeriin ja urheilukentälle sekä ympäri Paraista helpottuu. Välitunteja aktivoidaan mm. pitkällä 30 minuutin välitunnilla; välituntivälinelainaamalla, josta oppilaat voivat käydä lainaamassa itselleen liikuntavälineitä välitunnin ajaksi; sisävälkillä, jolloin salia ja sisäliikuntavälineitä voi käyttää; pihaan maalatuilla pihakuvioilla, joilla lapset voivat leikkiä. Lisäksi liikuntapäivien aikana eri ikäryhmät sekä myös eri koulujen oppilaat pääsevät keskenään nauttimaan liikunnan iloista.</p>
--	--	--	--	---

<p><b>Liikunnan lisääminen eri ympäristöissä (matala kynnyks)</b></p> <p>* Liikkuva koulu/varhaiskasvatus -toimintamalli otetaan käyttöön Paraisten kouluissa ja varhaiskasvatuksessa</p> <p>* Koululaisten liikunnallisia harrastekerhoja lisätään koulupäivän yhteyteen</p> <p>* Koulumatkaliikuntaa aktivoidaan</p> <p>* Nuorille aktiivista kesätoimintaa, jos eivät saa kesätyötä, ovat passiivisina kotona (nyt lähinnä lapsille suunnattua)</p> <p>* Digitaalisia mahdollisuuksia hyödynnetään (aktiivisuusmittarit, appsit jne.)</p>	<p>Koulutoimi Varhaiskasvatus Nuorisotoimi Liikuntatoimi</p>	<p>Kokee terveydentilansa keskinkertaiseksi tai huonoksi, % 8. ja 9. luokan oppilaista</p> <p>Kokee terveydentilansa keskinkertaiseksi tai huonoksi, % 4. ja 5. luokan oppilaista (2017-)</p> <p>Kokee terveydentilansa keskinkertaiseksi tai huonoksi, % lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista</p> <p>Kokee terveydentilansa keskinkertaiseksi tai huonoksi, % ammatillisen oppilaitoksen 1. ja 2. vuoden opiskelijoista</p> <p>Koululaisten liikunnallisten harrastekerhojen osallistujamäärä</p>	<p>Vastikään, tammikuussa 2019 palkattu liikunnanohjaaja työskentelee kohderyhmänään lapset ja nuoret. Lapsille ja nuorille suunnattua kerhotoimintaa kehitetään.</p> <p>Parhaillaan suunnitellaan yhteistyötä varhaiskasvatuksen ja liikuntatoimen kanssa.</p> <p>Tavoitteena on luoda liikkumaan innostavia koulujen pihoja, Skräbböle skola ja Nilsbyn koulu ovat vuonna 2018 saaneet ns. miniareenat. Vuonna 2019 uudistetaan Kyrkbackens skolan piha ja aloitetaan Koivuhaan koulun pihan uudistamisen suunnittelu.</p> <p>Alakouluikäisten lasten kesätoimintaa järjestetään Nauvossa, Korppoossa ja Paraisilla. Osittain yhteistyötä kolmannen sektorin kanssa. <b>Järjestettiin vuonna 2020.</b></p> <p>Paraisten keskustassa järjestetään kesällä 2019 toimintaa kesälomalla oleville nuorille.</p> <p>Liikuntakerhot Houtskarissa/Korppoossa <b>järjestettiin vuonna 2020.</b></p> <p>Pyritään aktivoimaan kesätyötä vailla olevia nuoria. Työ tämän asian parissa jatkuu. Testataan erilaisia malleja.</p> <p>Nuortenideat.fi.</p> <p>Yhteistyö kolmannen sektorin kanssa. Nuorille järjestetään työtoimintaa ja muuta koululomien aikaista toimintaa.</p> <p>Ala-asteikäisille koululaisille on järjestetty kesätoimintaa.</p>
--	--	---	--

			Kesätoiminnan käynnistäminen yläkouluikäisille on haastavaa. Urheilukerhoja on järjestetty Houtskarissa ja Korppoossa.
<p><b>Terveellisten ruokailutottumusten omaksuminen</b></p> <p>Ravitsemusneuvontaan kehitettyä materiaalia hyödynnetään neuvolassa ja kouluterveydenhuollossa kuten Syö hyvää.fi ja Neuvokas perhe.fi</p> <p>Terveelliseen elämäntavan kasvatustapaa tuetaan kaikissa palveluissa. Kannustetaan säännölliseen ateriaritmiin, perheen yhteisiin aterioihin ja terveelliseen ruokavalioon.</p> <p>Varhaiskasvatus- ja kouluruokailua kehitetään niin, että ruokailu noudattaa varhaiskasvatussuunnitelmaa ja esi- ja perusopetuksen sekä lukiokoulutuksen opetussuunnitelmaa.</p> <p>Nuorisotaloilla tarjolla hyvä välipala</p> <p>Tutustutaan kouluruokailu-agenttitoimintaan ja sen myötä osallistetaan lapsia, oppilaita ja muita koulujen sidosryhmiä kouluruokailun suunnitteluun ja toteutukseen</p> <p>Vahvistetaan yhteistyötä niiden kolmannen</p>	<p>Neuvola</p> <p>Kouluterveydenhuolto</p> <p>Varhaiskasvatus</p> <p>Koulutoimi</p> <p>Keskuskeittiö</p>	<p>Ei syö koululounasta päivittäin, % 8. ja 9. luokan oppilaista</p> <p>Ei syö koululounasta päivittäin, % lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista</p> <p>Ei syö koululounasta päivittäin, % ammatillisen oppilaitoksen 1. ja 2. vuoden opiskelijoista</p> <p>Esi- ja perusopetuksen opetussuunnitelman arviointi (Perusopetus luku 5.5 Opetuksen ja kasvatuksen tavoitteita tukeva muu toiminta)</p> <p>Säännölliset yhteistyö- ja kehittämispalaverit opetushenkilöstön ja koulu- ja varhaiskasvatukseen ruokailusta vastaavan henkilökunnan kanssa</p>	<p>Neuvola ja kouluterveydenhuolto käyttää mm. Neuvokas-materiaalia työssään. Erilaiset ruokavaliot lisääntyvät. Näistä tarvitaan lisäkoulutusta.</p> <p>Ravitsemusterapeutin palvelun saanti olisi hyvä ja tukisi neuvolassa ja kouluth:ssa annettavaa ohjausta.</p> <p>Yhtenä nuorisotalojen aktiviteettina on välipalojen valmistus yhdessä. Tavoitteena on opettaa sekä keittiötaitoja että terveellisten välipalojen tärkeyttä.</p> <p>Eri kouluissa järjestetään koti- ja kouluyhdistysten ja 4H:n kokkikerhoja, myös kaupungin nuorisotoimi tekee yhteistyötä nuorisotalon kokkikerhon (Food Corner) kanssa.</p> <p>Varhaiskasvatuksessa panostus karkittomuuteen ja ruoan sokerimäärän vähentämiseen. Nuorisotiloissa on valmistettu sekä välipalaa että perjantai-illallisia yhdessä nuorisotalon kanssa.</p> <p>Nuorisotiloissa on kielletty energiajuomat ja se on toiminut hyvin.</p> <p><b>Ruoanvalmistusta ja yhteisiä välipala nuorisotiloissa ei ole ollut mahdollista järjestää koronan vuoksi.</b></p>



	sektorin toimijoiden kanssa, joilla on kosketuspintaa terveelliseen ruokaan ja järkeviin ruokailutottumuksiin.			
	<p><b>Aktiivisuutta lisäävä ympäristö</b></p> <p>Kaupungin investointiohjelmassa otetaan huomioon hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen tavoitteet lisäämällä lähiliikuntapaikkoja ja kunnostamalla varhaiskasvatuksen ja koulujen pihat liikkumiseen kannustaviksi</p> <p>Varmistetaan, että päiväkotien ja koulujen sisäliikuntatilat mahdollistavat varhaiskasvatussuunnitelman sekä esi- ja perusopetuksen opetussuunnitelmien toteuttamisen</p> <p>Korostetaan arki- ja hyötyliikunnan merkitystä (tarvitaan pyöriteitä jne.)</p>	Talousarvion investoinnit	Liikuntapaikkojen investoinnit (€/asukas)	<p>Kaupunki pyrkii uudistamaan koulujen pihvoja ja tekemään niistä liikkumiseen innostavia. Skrabböle skola ja Nilsbyn koulu ovat vuonna 2018 saaneet ns. miniareenat. Vuonna 2019 uudistetaan Kyrkbackens skolan piha ja aloitetaan Koivuhaan koulun pihan suunnittelu.</p> <p>Kaupungin vuoden 2019 investointitalousarvioon on varattu varat Nauvon Kyrkbackens skolan pihalle toteutettavaa lähiliikuntapaikkaa varten, Finbyn hiihtostadionin yhteyteen toteutettavaa padelkenttää varten sekä Keskuspuiston leikkipuiston ja muiden aktiviteettien suunnittelua ja toteutusta varten.</p> <p>Pyörä- ja kävelytiet ja aktivoivat kokoontumispaikat on huomioitu kaupungin strategian toimintasuunnitelmassa.</p> <p>Varhaiskasvatus on jatkanut ulkoilmapedagogiikan kehittämistä toiminnassaan ja kehittänyt päiväkotien pihvoja siten, että ne innostavat leikkimiseen ja liikkumiseen. Päiväkotien pihat ovat iltaisin ja viikonloppuisin kaikkien käytettävissä.</p>
Lasten ja nuorten henkinen hyvinvointi	<p><b>Kaveruuden lisääntyminen ja koulukiusaamisen vähentyminen</b></p>		Ei yhtään läheistä ystävää, % 8. ja 9. luokan oppilaista	Matalan kynnyksen toimintaa koulupäivän jälkeen; läpsykerhoja koulun järjestämänä, koulukuraattorin





<p>, osallisuus ja kaveruus lisääntyvät</p>	<p>Rakennetaan toimiva Paraisten malli, jolla lisätään oppilaiden koulussa viihtymistä ja vaikuttamismahdollisuuksia omaan arkeensa. Vahvistetaan lasten ja nuorten yhteistyö- ja vuorovaikutustaitoja sekä yhdessä tekemisen kulttuuria lasten, nuorten ja aikuisten välillä.</p>		<p>Ei yhtään läheistä ystävää, % lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista Ei yhtään läheistä ystävää, % ammatillisen oppilaitoksen 1. ja 2. vuoden opiskelijoista Koulukiusattuna vähintään kerran viikossa, % 8. ja 9. luokan oppilaista Koulukiusattuna vähintään kerran viikossa, % 4. ja 5. luokan oppilaista (2017-) Koulukiusattuna vähintään kerran viikossa, % lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista Koulukiusattuna vähintään kerran viikossa, % ammatillisen oppilaitoksen 1. ja 2. vuoden opiskelijoista Yhteistyö - ja vuorovaikutustaidot osana varhaiskasvatuksen suunnitelmaa ja esi - ja perusopetuksen opetussuunnitelmaa (laaja-alainen osaaminen)</p>	<p>oppilaille pitämät vapaaehtoisryhmät. Tukihenkilötoiminnan järjestäminen. Järjestetty koulujen henkilökunnalle täydennyskoulutuksia sekä "Hyvää mieltä yhdessä" - että "VERSO – vertaissovittelu" -ohjelmista. Täydennyskoulutukset on järjestetty sekä ruotsiksi että suomeksi. Vertaissovittelua on alettu käyttää osassa ruotsin- ja suomenkielisiä alakouluja. Otettu käyttöön "Hyvää mieltä yhdessä" -opetusmateriaali. Nuorisovaltuusto. Avoin nuorisofoorumi, nuorisotalojen malli nuorten omien aloitteiden ja osallisuuden lisäämiseksi. Nuorisovaltuusto on antanut lausunnon keskuspuiston suunnitelmista ja nuorten ilmaisista ehkäisyvälineistä. Nuorisotiloissa on vahvistettu nuorten osallisuutta ja suunniteltu ja toteutettu yhdessä erilaisia projekteja kuten yöpymisiä, Himosmatka, paintball jne.</p>
	<p><b>Osallisuuden lisääminen</b> Matalan kynnyksen harrastusmahdollisuuksia kaiken ikäisille lapsille ja nuorille</p>	<p>Koulukuraattori Koulujen oppilashuoltoryhmät</p>	<p>Ei tiedä miten voi vaikuttaa koulun asioihin, % 8. ja 9. luokan oppilaista</p>	<p>Kaikilla kunta-alueilla järjestetään ns. avoimia nuorisofoorumeja. Kaikki nuoret voivat vapaasti osallistua foorumeihin ja</p>



	<p>Oppilaskuntatoiminta aktiivista ja ikäluokalle tarkoituksenmukaista sekä selkeä osa koulun toimintakulttuuria.</p>	<p>Monialainen yhteistyöryhmä MONA</p>	<p>Hyvät vaikutusmahdollisuudet koulussa, % 8. ja 9. luokan oppilaista (2017-) Hyvät vaikutusmahdollisuudet koulussa, % lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista (2017-)</p>	<p>esittää siellä ajatuksiaan ja ideoitaan. Tarkoituksena on, että nuoret tämän jälkeen vievät ideoita ja toimintaa eteenpäin nuoriso-ohjaajan tuella. Nuorisotyön toiminnan lähtökohtana on, että aloitteet erilaisesta toiminnasta tulevat nuorilta itseltään, minkä jälkeen nuoret suunnittelevat ja toteuttavat toiminnan yhdessä nuoriso-ohjaajan, kolmannen sektorin tai jonkin muun yhteistyötahon kanssa. Näin halutaan kannustaa nuoria tekemään omia aloitteita ja ottamaan vastuuta omasta vapaa-ajastaan. Yksi varhaiskasvatuksen painopisteistä on lisätä lasten ja huoltajien osallisuutta toiminnassa. Seuranta tehdään vuosittain. Nuorisotyö on sitouttanut ja aktivoinut nuorisoa tekemään asioita. Kun he ovat keksineet idean, he ovat toteuttaneet sen nuoriso-ohjaajan kanssa.</p>
	<p><b>Henkisen hyvinvoinnin parantuminen</b> Psyykkisesti oireilevien lasten varhainen seulonta neuvolassa ja kouluterveydenhuollossa. Voimaperheet hoito-ohjelma ja masennus-seulat. Pakka - toimintamallin käyttöönotto (Tästä suunnitellaan mahdollisesti maakunnallista hanketta päihdehaittojen selättämiseksi.)</p>	<p>Neuvola Kouluterveydenhuolto päihdeyöntekijä</p>	<p>Kohtalainen tai vaikea ahdistuneisuus, % 8. ja 9. luokan oppilaista Kohtalainen tai vaikea ahdistuneisuus, % lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista Kohtalainen tai vaikea ahdistuneisuus, % ammatillisen oppilaitoksen 1. ja</p>	<p>Nuorisotalojen toiminta matalan kynnyksen toimintaa. Lähiliikuntapaikkojen kehittäminen. Yhteistyö kolmannen sektorin kanssa. Voimaperheet-hanke on ollut käytössä Paraisilla 2/2015 - 11/2018. Hankkeen alusta kyselyitä on lähetetty perheille 616 kpl. Perheet palauttaneet 410 kpl. Kriteerit täyttävien määrä 38 kpl. Hoito-ohjelmasta kieltäytynyt 11 kpl, keskeyttäneet 3 kpl, ei saatu yhteyttä 3 kpl. Ohjelman on läpikäynyt 21 lasta</p>



			<p>2. vuoden opiskelijoista Tosi humalassa vähintään kerran kuukaudessa, % 8. ja 9. luokan oppilaista Tosi humalassa vähintään kerran kuukaudessa, % lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista Tosi humalassa vähintään kerran kuukaudessa, % ammatillisen oppilaitoksen 1. ja 2. vuoden opiskelijoista Tupakoi päivittäin, % 8. ja 9. luokan oppilaista Tupakoi päivittäin, % lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista Tupakoi päivittäin, % ammatillisen oppilaitoksen 1. ja 2. vuoden opiskelijoista</p>	<p>perheineen. Hanke ei jatku toistaiseksi Paraisilla koska kriteerit täyttävien määrä on alhainen kuten myös osallistuminen. Mielenterveystalo.fi käytössä. Varhaiskasvatuksessa on suuri huoli perheiden jaksamisesta ja hyvinvoinnista, mikä saattaa heijastua lapsiin. Yhteistyön lisääminen erityisesti lastenneuvolan, perheneuvolan, perheyksikön ja kolmannen sektorin kanssa on työn alla. <b>Kirjaston pyrkii lisäämään kaikkien ryhmien osallisuutta ja hyvinvointia eri hankkeiden avulla.</b> <b>Kirjaston "Nuorten kirjasto" -hanke sisältää mm. nuorten oman tilan suunnittelun.</b></p>
--	--	--	--	---

## TYÖIKÄISTEN HYVINVOINTI

Tavoite	Toimenpiteet ja vastuutaho	Resurssit	Arviointimittarit	Hyvinvoinnin edistäminen
Aktiivinen arki, painonhallinta ja liikunnan tukeminen	<b>Liikuntahaaste paraislaisille</b> Mikä liikuttaa paraislaisia? Kilpailu/haaste kaikille kuntalaisille	Kulttuuri ja vapaa-ajan toiminta Yhdistykset Ammatillinen tukihenkilö	Liikuntapaikkojen käyttötuotot (€/asukas) Osallistujamäärä	Mahdollisuus osallistua Kombi monipuolisille liikuntakursseille. Kehitämme ja laajennamme pyöräilyväyliä ja liikuntareittejä vuosittain.



		<p>Sosiaaliohjaajan jalkautuminen</p>	<p>Seikkailugolfrata Keskuspuistossa vuodesta 2018 alkaen.</p> <p>PIF-center (Pargas idrottsföreningin ylläpitämä) on kohtamispaikka, jossa vanhat ja nuoret kohtaavat liikunnan merkeissä. PIF-center avattiin vuonna 2017.</p> <p>Kaupunki tarjoaa yhdessä PIF:n kanssa mahdollisuuden erinomaisiin hiihtolatuihin.</p> <p>Paraisten kaupungin henkilökunnalla ja muille ryhmillä, esim. yhdistyksillä, mahdollisuus vesijumppaan Folkhälsan-talossa.</p> <p>Sosiaalityön keinoin tuetut liikuntaharrastukset pitkäaikaistyöttömille ja päihde- ja mielenterveysasiakkaille.</p> <p>Toimintakeskus Kiikarin kuntouttavan työtoiminnan ja sosiaalisen kuntoutuksen ryhmät esim. toimintakeskus Kiikarin asiakkaiden tuettu liikunta.</p> <p>Yhä useampi osallistuu Kombin liikuntakursseille. Kiinnostus on kasvanut vuoden 2019 aikana.</p> <p>VIP-kerho. Henkilöt, jotka ovat kiinnostuneita taiteesta ja kulttuurista, mutta jotka erilaisista syistä (yksinäisyys, ”ei saa aikaiseksi”, tuntuu vaikealta) eivät osallistu kulttuurielämään ja -tarjontaan kokoontuvat säännöllisesti vierailukseen yhdessä taide- ja kulttuuritapahtumissa ja kun mahdollista keskustelevat kokemuksistaan. 40 henkilöä osallistuu kerhon toimintaan.</p>
--	--	---------------------------------------	--



				<p>Toimintaa koordinoi kulttuuriyksikkö.</p> <p><b>Kombi on järjestänyt useita liikuntakursseja ja kun lähiopetusta ei voinut keväältä 2020 alkaen järjestää, on Kombi järjestänyt useita ilmaisia liikuntakursseja verkossa. Syksyn 2020 toiminta oli normaalia lähiopetusta ja liikuntakurssit olivat täysiä.</b></p>
<p><b>Ravintoterapeutin palvelut</b> Järjestetään ravitsemusta koskevia luentoja Hankitaan ravitsemusterapeutin palveluja erityisryhmille</p>	<p>Kansalaisopisto Terveystieteiden keskus</p>	<p>Diabetes perusterveydenhuollon lääkärin avosairaanhoidon vastaanoton käyntisyynä, % kirjatuista käyntisyistä Luentojen määrä</p>	<p>Kansalaisopisto on järjestänyt kursseja ja luentoja terveydestä, ruoasta ja hyvinvoinnista. Tammikuussa Lovisa Sandström luennoi aiheesta ”den bästa träningen”. Useita ruoanlaittokursseja ja hyvinvointikursseja on järjestetty vuoden 2019 aikana. <b>Kombin ravitsemusneuvontakurssi järjestettiin verkossa keväällä 2020. Osallistujien määrä ei ollut suuri, mutta kurssi järjestettiin siitä huolimatta.</b></p>	
<p><b>Liikuntaneuvonta</b> Matalan kynnyksen liikunta ja kulttuuri /urheiluneuvoja</p>	<p>Kulttuuri- ja liikuntatoimi Kansalaisopisto Terveystieteiden keskus</p>	<p>Osallistujien määrä</p>	<p>Liikuntaneuvonta käynnistyi kesällä 2018 terveydenhuollon, liikuntatoimen ja Kombin välisenä yhteistyönä (VESOTE-hanke; ennaltaehkäisevät ryhmät). <b>Kombi ei ole pystynyt toteuttamaan vallitsevien koronarajoitusten vuoksi, joten yhteistyö on jäänyt odottamaan.</b></p>	
<p><b>Liikkumattomien palveluketju</b> Ohjataan liikuntaryhmiin riskiryhmässä olevia</p>	<p>Kansalaisopisto Kulttuuri- ja liikuntatoimi</p>	<p>Hankkeet Osallistujamäärä</p>	<p>Liikuntaneuvonta käynnistyi kesällä 2018 terveydenhuollon, liikuntatoimen ja Kombin välisenä yhteistyönä, LIIPAKE.</p>	



	<p>Terveystieteiden Yhdistykset</p>		<p>Palvelutarjotin (kurssi- ja ohjelmatarjonta) Kansalaisopisto järjestää jatkuvasti matalan kynnyksen liikuntakursseja pientä maksua vastaan. Myös räätälöityjä kursseja esimerkiksi henkilöille, jotka eivät harrasta lainkaan liikuntaa. Kombin matalan kynnyksen kurssit eivät olleet suosittuja eivätkä ne alkaneet.</p>
<p><b>Arjen aktivointi</b> Ergonomiset työpisteet Kokoustiloihin ja ruokasaliin korkeat pöydät</p>	<p>Esimiehet</p>	<p>Työntekijäpalautte</p>	<p>Kaupungin henkilökunnalle taukojumppaohjelma (ErgoPro), mahdollisuus venytellä ja liikkua omaan tahtiin työpäivän aikana. Kaupungin henkilökunnalle: työpisteen ergonomian arviointi työpaikkakäynnillä. Mahdollisuus saada neuvoja työfysioterapeutilta. Mahdollisuus saada säädettävä työpöytä ja -tuoli.</p>
<p><b>Vapaa-ajantoiminnan tilat</b> Suunnittelussa huomioidaan mahdollisuus sisä- ja ulkotilojen aktivoivaan käyttöön</p>	<p>Ympäristö ja viheralueet Palvelutoiminnot</p>	<p>Liikunnan mahdollistavien ympäristöjen määrä</p>	<p>Pyöräilyväylien, kävelyreittien ja kohtaamispaikkojen kehittäminen on osa kaupungin työn alla olevaa strategiaa. Keskusta-alueen valaistuksen lisääminen on osa strategiaa. Yleisiä puistometsiä ja viheralueita on ja niitä voidaan käyttää erilaisiin aktiviteetteihin. Järjestetään erilaisia liikuntatapahtumia luonnossa ja viheralueilla. Strategian mukaan jonkin olemassa olevan vaellusreitinvarten suunnitellaan yleistä grillauspaikkaa, kysely keväällä 2019. <b>Kirjastossa kokoushuone, jonka voi varata sekä avoimet</b></p>



				<p>tilat esimerkiksi opintoja varten.</p> <p>Omatoimikirjastot Nauvossa, Korppoossa, Houtskarissa ja Iniössä.</p>
Arjenhallinta, vastuunkantaminen	<p><b>Pitkäaikaistyöttömyyden ehkäisy</b></p> <p>Kohdennetaan 200 päivää työttömänä olleille palveluja</p>	<p>Työllisyyskoordinaattori</p> <p>Kiikari</p>	<p>Aktivointiaste</p> <p>Työlliset, % väestöstä</p> <p>Työttömät, % työvoimasta</p> <p>Pitkäaikaistyöttömät, % työttömistä</p> <p>Vaikeasti työllistyvät (rakennetyöttömyys), % 15 - 64-vuotiaista</p> <p>Nuorisotyöttömät, % 18 - 24-vuotiaasta työvoimasta</p>	<p>Yrityksille ja yhdistyksille on myönnetty 350-500 euroa max. 8 kk. ajan, jos he ovat työllistäneet vähintään 200 päivää työmarkkinatukea saaneen pitkäaikaistyöttömän.</p> <p>Koronaepidemia on lisännyt työttömien ja lomautettujen määrää. Myös yrittäjät ovat voineet saada työttömyysetuutta Kelasta. Työttömien palveluja on ollut tarjolla vähemmän.</p> <p>Elinkeinopalveluiden lisäresurssien ansiosta (vuonna 2018 palkattu yrityskehittäjä) yrittäjyyden ja yritysten kasvun tukemiseen on paremmat mahdollisuudet. Tämän myötä paikallisiin yrityksiin syntyy uusia työpaikkoja.</p>
	<p><b>Koulutustarjonta</b></p> <p>Arjen hallintaan kohdennettuja kursseja</p>	<p>Kansalaisopisto</p>	<p>Kurssien määrä</p>	<p>Kombi järjestää kestävän kehityksen kursseja, kierrätyskursseja ja luentoja ajankohtaisista aiheista.</p> <p>Axxell utbildning Ab on järjestänyt Paraisilla työvoimakoulutuksena maahanmuuttajille kieli- ja kotoutumiskoulutusta.</p> <p>Kombi osallistui ekososiaalisen elämäntavan luentosarjaan yhdessä 9 muun opiston kanssa. Paraislaiset saivat osallistua 7:lle luennolle, jotka järjestettiin lähellä sijaitsevilla opistoissa. Parainen toimi järjestäjänä yhdellä luennoista.</p> <p>Kombi on järjestänyt kursseja kestävästä kehityksestä, mutta kiinnostus on ollut laimea</p>



				vallitseien koronarajoitusten aikana. Moni on ollut osallistumatta näille kursseille.
Yksinäisyyden väheneminen, verkostoitumisen tukeminen	<p><b>Kotikuntaan tutustuminen</b></p> <p>Opastettuja kyläierroksia asukkaille, työpaikoille ja kaupungin työntekijöille</p> <p>Paraisten historian esittely</p> <p>Paraisten strategia</p> <p>Paraisille muuttaneille kohdennetut tilaisuudet</p>	<p>Kulttuuri- ja liikuntatoimi</p> <p>Kansalaisopisto</p> <p>Kaupungin henkilöstö</p> <p>Pakolaiskoordin aattori</p> <p>Yhdistykset</p>	Tilaisuuksien lukumäärä	<p>Kansalaisopisto on järjestänyt Paraisilla useita kursseja aiheesta "Opi tuntemaan kotikaupunkisi". VisitParainen-konsepti otettu käyttöön.</p> <p>Matkailuyrittäjille kohdennettu Doerz-palvelu otettu käyttöön. Palvelun kautta sekä paikkakuntalaiset että matkailijat voivat löytää paikallisia tapahtumia.</p> <p>Kulttuurilautakunta tukee kotiseutuyhdistyksiä ja muita yhdistyksiä, jotka ylläpitävät paikallisia museota, julkaisevat historiallisia teoksia ja järjestävät näyttelyitä ja tapahtumia paikallishistoriasta.</p> <p>Kulttuuriyksikkö julkaisee vuosittain esitteen, jossa esitellään kunnassa toimivat museot.</p> <p>Kolmannelle ja neljännelle sektorille tarjotaan mahdollisuus tehdä vapaaehtoistyötä muun muassa vanhustenhuollossa (kulttuurikaveritoiminta, lukulähetit) sekä hoitaa yleisiä alueita (haravointi, metsäalueet ja vastaavat).</p> <p>Kombi yritti järjestää kurssin "tutustu Paraisiin" siinä onnistumatta.</p> <p>VIP-kerho henkilöille, jotka toivovat osallistuvansa kulttuuritapahtumiin yhdessä muiden kanssa.</p> <p><b>Kirjastossa on ollut Kielikahvila.</b></p>
	<b>Tapaamisia kielirajojen yli</b>	Kansalaisopisto	Tilaisuuksien määrä	Kansalaisopisto järjestää monia kaksikielisiä kursseja,





<p>Suomi-kahvila Kaffesvenska Ystävärinki</p>	<p>Kiikari - toimintakeskus Yhdistykset</p>		<p>esimerkiksi liikuntakursseja, ruoanlaittokursseja ja käsityökursseja. Tämä tarjoaa mahdollisuuden luonnolliseen kielikylpyyn. Kielikursseja kaupungin henkilöstölle. Säännölliset aamukahvitilaisuudet yrittäjille. Kombi järjestää useita kaksikielisiä kursseja ja kiinnostus näitä kursseja kohtaan on ollut oikein hyvä. <b>Kirjastossa on ollut Kielikahvila.</b> <b>Kombi on järjestänyt useita kaksikielisiä kursseja, pääasiassa liikuntakursseja. Saaristossa järjestetään joustavasti myös muita kaksikielisiä (kotimaiset kielet) kursseja samanaikaisesti.</b></p>
<p><b>Sosiaalinen media</b> Monipuolinen sosiaalisen median käyttö mahdollistaa tiedottamisen ja yhteydenotot</p>	<p>Facebook ryhmien ylläpitäjinä kaupunki ja yhdistykset</p>	<p>Ryhmien määrä</p>	<p>Kansalaisopisto on saanut hankevaroja yhteiskunnan digitaitojen opettamiseen asukkaille. Tavoitteena on tavoittaa henkilöt, jotka eivät käytä lainkaan tietotekniikkaa. Viestintäsuunnitelma/strategia koskien kaupungin some-kanavia on tehty. Loggista löytyvät henkilöstöä koskevat sosiaalisen median säännöt. Kaupungilla on useita eri kohderyhmille suunnattuja some-kanavia, jotka toimivat myös asiakaspalvelun ja kriisiviestinnän tukena. Kombilla on ollut ilmainen vastaanotto henkilöille, joilla on ongelmia digitaalisten työvälineiden kanssa. Syksyllä 2019 tätä toimintaa on laajennettu jopa niin, että ohjaajamme on tehnyt</p>

				<p>kotikäynnin niiden luona, joilla on it-ongelmia ja auttanut heitä kotona.</p> <p><b>Kombi on jatkanut digitaalista neuvontaa etänä. Tämä on ollut hyvin suosittua.</b></p>
	<p><b>Aikuissoosiaalityö aktivoi syrjäytymisvaarassa olevia</b></p> <p>Jalkautuva sosiaalityö Ammatillinen tukihenkilö sosiaalipalveluna Matalan kynnyksen ryhmät toimintakeskus Kiikarissa</p>	<p>Sosiaalityöntekijät Sosiaaliohjaajat Päihdetyöntekijä Matalan kynnyksen toimintakeskus Kiikarin ohjaajat ja yhteistyökumppanit (seurakunnat) Toimeentulon kohdentaminen osallisuuden vahvistamiseen</p>	<p>Toimintakeskus Kiikarin asiakasmäärä</p>	<p>Toimintakeskus Kiikarissa järjestetään myös sosiaalisen kuntoutuksen ryhmiä.</p>
<p>Päihde- ja mielenterveysongelmien vähenemisen</p>	<p><b>Ehkäistään alkoholin, huumeiden, lääkkeiden väärinkäytön ja rahapeliin aiheuttamia haittoja</b></p> <p>Henkilöstö ottaa puheeksi päihteiden käytön ja rahapelaamisen. Yhdistykset ovat mukana tukemassa ehkäisevää toimintaa. Pakka-toimintamalli alkoholin, tupakan ja rahapeliin saatavuuteen puuttumisessa</p>	<p>Terveystieteiden tutkimuskeskus Työterveyshuolto Päihdetyön koordinaattori Monialainen yhteistyöryhmä Varhaisen puuttumisen malli Yhdistykset Ehkäisevä päihdetyö</p>	<p>Poliisin tietoon tulleet rattijuopumustapahtumat / 1 000 asukasta Poliisin tietoon tulleet huumausainerikokset / 1 000 asukasta</p>	<p>Kansalaisopisto on järjestänyt luennon siitä, miten peliriippuvuus vaikuttaa ihmiseen ja mihin se voi johtaa. Kaupungin henkilökunnalle: Varhaisen tuen malli, päihdehuolto. Henkilöstön yhteinen koulutus Päihdeasioiden ajankohtaisiltapäivä 28.2.2019.</p>
	<p><b>Mielenterveys- ja päihdepalvelut</b></p> <p>Integroitu mielenterveys- ja päihdehoito sekä sosiaalityö peruspalveluissa</p>	<p>Terveystieteiden tutkimuskeskus Sosiaalihuolto: Aikuissoosiaalityö, sosiaaliohjaus ja päihdetyön</p>	<p>Mielenterveysperusteisesti sairauspäivärahaa saaneet 25 - 64-vuotiaat / 1000 vastaavanikäistä</p>	<p>Yrityskummit - Företagsmentorerna Paraisten kaupungin elinkeinopalvelut on tehnyt sopimuksen yrityskummien kanssa ja tarjoaa palvelua</p>



		<p>koordinaattorin vastaanotto</p> <p>Jalkautuva aikuissosiaalityö /kotikäynnit</p> <p>Ammatillinen tukihenkilötoiminta</p> <p>Matalan kynnyksen toimintakeskus</p> <p>Kiikari osallisuutta, arjen hallintaa ja toimintakykyä vahvistavana:</p> <p>-avoimet ryhmät</p> <p>-sosiaalinen kuntoutus</p> <p>-kuntouttava työtoiminta</p>	<p>Mielenterveyden ja käyttäytymisen häiriöiden vuoksi työkyvyttömyyseläkettä saavat 25 - 64-vuotiaat, % vastaavanikäisestä väestöstä</p> <p>Aikuisten mielenterveyden avohoitokäynnit / 1 000 18 vuotta täyttäneitä</p>	<p>paikallisille yrittäjille. Varsinkin mikroyrittäjät saattavat tuntea olevansa yksin ja heille tarjotaan tämän palvelun kautta mahdollisuus keskusteluun ja sparraukseen. Lisäksi tarjotaan kriisipuhelinpalvelua.</p> <p>Serene-projekti Mielenterveys ja sopeutuminen</p> <p>Mielenterveysseuran järjestämiä koulutuksia ja ohjausta ja ryhmiä.</p> <p>Turun kriisikeskus</p> <p>Ment-tiimi päihde- ja mielenterveystyön moniammatillinen työryhmä</p> <p>Kaupungin, ruotsin- ja suomenkielisen seurakunnan ja vapaaehtoisten välistä yhteistyötä.</p> <p>Päihdekoordinaattorin avovastaanotto</p> <p>AA-toiminta Paraisilla</p> <p>NA-toiminta Turussa</p> <p>Perheneuvolan ja terveyskeskuspsykologin yhteistyö tarvittaessa</p> <p>Ostopalveluna: A-klinikka Turussa (ilman lähetettä), Katkaisuhoidoasemat (ilman lähetettä) Turku ja Salo, Laitoskuntoutusjaksot (mm. Pixne, A-klinikan toimipisteet), Tukiasuminen ja palveluasuminen (mm. Pattes Pensionat, Ratamokoti, Ykköskoti), Asumisen ohjauksen ja tuen ostaminen asiakkaan omaan kotiin (mm. Patas ja Hyvinvointia arjessa)</p> <p>Folkhälsanin nuorisovastaanotto 13–25-vuotiaille ilman lähetettä.</p> <p>Sairaanhoidopiirin aikuispsykiatrisen poliklinikka</p>
--	--	--	--	---

				Tyksin päihde- ja mielenterveyspäivystys
	<b>Lähisuhdeväkivalta</b> Varhainen puuttuminen ja puheeksi ottaminen Paraisten kaupungin toimintamallin mukaisesti	Henkilöstö	Poliisin tietoon tulleet henkeen ja terveyteen kohdistuneet rikokset / 1 000 asukasta	LUOTSI-kouluttajakoulutukset lähisuhdeväkivallan ehkäisyyn vuonna 2020 Turun kriisikeskuksen palvelut Ensi- ja turvakoti

## IKÄIHMISTEN HYVINVOINTI

Tavoite	Toimenpiteet ja vastuutaho	Resurssit	Arviointimittarit	Hyvinvoinnin edistäminen
Yksinäisyyden vähentyminen	<b>Luodaan mahdollisuuksia kohtaamispaikkojen käyttöön</b> Vanhustyön ohjaajat järjestävät moniammatillisesti teemapäiviä yhteistyössä yhdistysten, kulttuuritoimen ja kunnan muiden toimijoiden kanssa. Toimivan yhteiskuljetuksen koordinointi.	Vanhustyön ohjaajat, vastaavat ohjaajat, muistikoordinaattori, palveluohjaaja, vastaava sairaanhoitaja, toiminnan ohjaaja Kulttuuritoimi Sivistystoimi Yhdistykset ja vanhusneuvosto <b>Seurakunta</b>	Asiakaskyselyt Osallistujamäärä Sosiaali- ja terveydenhuollon laatupeli	Vanhusten päivätoiminta on aloitettu Nauvossa ja Korppoossa. Sol i minnet -hanke. Kulttuuriyksikkö on käynnistänyt Kulttuurikaikille -nimisen ryhmän, jonka toiminta keskittyy ikäihmisten kulttuuritoimintaan. Tarkoituksena on järjestää inspiraatioiltoja henkilöille. Kirjasto kokoaa yhteen lukulähettejä, jotka käyvät lukemassa ääneen eri yksiköissä. Kirjasto on ottanut yhteyttä kaikkiin vanhusten parissa työskenteleviin yksiköihin ja organisaatioihin ja tiedustellut, millaisia palveluita nämä toivovat kirjastolta. Kulttuuriyksikkö kouluttaa kulttuurikavereita, jotka voivat käydä yhdessä vanhusten kanssa kulttuuritapahtumissa ja muissa vastaavissa. SPR:n Paraisten osasto yhteistyötahona. Sol i minnet -hanke jatkuu, loppuseminaari pidetään toukokuussa 2020. Paraisilla



				<p>on 7 valmistunutta valmentajaa, jotka jatkavat hankkeessa. Valmentajat tekevät työtä Aurinkoisessa, Koivukodossa ja Malmkullassa. Kulttuuriyksikkö järjesti kolme inspiraatioiltaa päivää (Kulttuuria arkipäivään) vanhustenhuollon henkilöstölle. Kolme kulttuurikaverikurssia yhteistyössä SPR:n kanssa Paraisilla. Tällä hetkellä noin 25 koulutettua kulttuurikaveria, joita välitetään SPR:n kautta.</p> <p>Korona on vähentänyt ikäihmisten fyysistä kanssakäymistä ja yksinäisyyden kokemus on lisääntynyt.</p> <p>Hyvinvointia edistävien kotikäyntien perusteella 44 % 80-vuotiaista kokevat yksinäisyyttä mutta heistä vain 0.5 % on vastannut ”usein”.</p> <p>Asumispalveluissa on panostettu asukkaiden ja omaisten tapaamisten järjestämiseen terveysturvallisuusohjeiden mukaan.</p> <p>Asumispalveluyksiköissä on kesällä 2020 järjestetty musiikillisia tapahtumia kuten yhteislaulua ja musiikkiesityksiä.</p> <p>Osa ryhmämuotoisista kuntouttavista palveluista on ollut jäissä tai on toiminut rajoitetusti 2020 koronan vuoksi, tämä koskee myös päivätoimintaa ja Aktiivinen arki -ryhmiä. Seniorituvan avoin olohuone on ollut suuren osan vuodesta kiinni.</p>
--	--	--	--	---



				<p>Korvaavia aktivoivia kotikäyntejä on tehty henkilöstöresurssin puitteissa. Teemapäiviä ja infotilaisuuksia ei juurikaan ole järjestetty 2020</p> <p>Toimivan yhteiskuljetuksen suunnittelu on siirtynyt vuodelle 2021</p> <p>Sol i minnet -loppuseminaari jäi pitämättä koronan vuoksi, valmentajat jatkavat työtään hankkeen hengessä.</p> <p>SPR on jatkanut ystävätoimintaansa puhelimen välityksellä. SPR on järjestänyt etätoimintaa. SPR on soittanut yhdessä Paraisten kaupungin kanssa nk. koronapuheluita ikäihmisille, jotka eivät ole kotihoidon asiakkaita.</p> <p>Puheluissa on kartoitettu ikäihmisten pärjäämistä korona-aikana. Puhelut on soitettu kesällä ja joulukuussa 2020.</p>
	<p><b>Vahvistetaan vapaaehtoistyön mahdollisuuksia osallistua toimintaan</b></p> <p>Järjestetään yhteistyöpalavereja</p> <p>Tarjotaan tiloja vapaaehtoistyön käyttöön</p>	<p>Oma henkilöstö</p> <p>Yhdistykset ja vanhusneuvosto</p> <p>Opas, tietoa netissä</p>	<p>Yhteistyöpalaverit</p>	<p>Lukulähetit ja kulttuurikaverit.</p> <p>Koulutettuja senioreiden IT-ohjaajia Paraisilla. Finlands Svenska Ungdomsförbund FSU rf:n Recycle IT -hanke.</p> <p>Kaupungilla avoimia tiloja esimerkiksi kirjastossa ja Seniorumissa. Seniorumin tiloja käytetään aktiivisesti.</p> <p>Vanhustenhuollon henkilöstö kertoo yhdistysten toiminnasta asiakkaille.</p> <p>Alkuvuonna 2020 Seniorumin tiloja käytti noin 20 ryhmää viikossa, koronatilanne on hiljentänyt yhdistysten ja ryhmien kokoontumista.</p> <p>Yhteistyötä kolmannen sektorin ja muiden tahojen kanssa vahvistetaan jatkuvasti.</p>



<p><b>Seniorineuvonta jokaisella kunta-alueella</b> Liikkuvan palvelupisteen toteuttaminen Mahdollisuus ottaa käyttöön etäyhteyslaitteet ja etäyhteyssovellutukset</p>	<p>Palveluohjaaja</p>	<p>Neuvontapalvelujen määrä</p>	<p>IT-päivystys kirjastossa, henkilökohtaista neuvontaa IT-asioissa. Paraisten kaupunki osallistuu vanhusten palveluita kehittävään KomPassi-hankkeeseen. Terveystieteiden tutkimuskeskuksessa etähoitoa vuodesta 2015 alkaen. Kotihoidossa mahdollisuus ottaa etäyhteys palveluasumisen yksikköön. KomPassi-hanke jatkuu. Etävastaanotot on otettu käyttöön ja ne toimivat ja niitä kehitetään tarpeen mukaan. <b>Liikkuvaa palvelupistettä ei ole toteutettu vuoden 2020 aikana. Alustava yhteistyön suunnittelu Liikkuvan resurssikeskuksen kanssa on aloitettu.</b> <b>Parainen osallistuu edelleen KomPassin keskitettyyn asiakasohjaukseen.</b> <b>Kotihoidossa on otettu kokeiluun tabletti, jolla asiakas voi olla yhteydessä omaisiinsa kotihoidon työntekijän käynnin aikana.</b> <b>Palveluasumisyksiköissä on vastaavat tabletit asiakkaiden ja omaisten välistä yhteydenpitoa varten.</b></p>
<p><b>Kehittää tuettua päivätoimintaa</b> Käynnistää päivätoimintaa saaristossa Laajentaa päivätoiminnan valikoimaa</p>	<p>Vanhustyön ohjaajat ja muistikoordinaattori</p>	<p>Sosiaali- ja terveydenhuollon laatupelejä Omaisten illat Asiakaspalautteita</p>	<p>Päivätoiminta on käynnistynyt Nauvossa ja Korppoossa. <b>Päivätoiminnan valikoima on ennallaan, vuosi 2020 on ollut selviytymistä korona-ajan muutosten keskellä ja kehittämistyö jatkuu edempänä. Päivätoiminnan oman asiakaspalautelomakkeen, jota ei vielä ole käytetty, päivittäminen on aloitettu ja</b></p>

				<p>ajatuksena on tehdä kysely vuonna 2021.  Omaistenillat jäivät toteuttamatta koronan vuoksi.  Laatupeliä on käytetty ainakin toisessa päivätoimintayksikössä.</p>
<p>Toimintakyvyn tukeminen ja kaatumisten ehkäisy</p>	<p><b>Toimintakyvyn ylläpitäminen</b>  Järjestetään ennaltaehkäiseviä tiedotustilaisuuksia 66-vuotiaille, jotka sisältävät muun muassa ravitsemustietoa, tietoa kaatumisen ehkäisystä, liikunta- ja kulttuuritapahtumista, teemapäivistä jne. ja jotka lisäävät omatoimisuutta.  Kehitetään 65 vuotta täyttäneiden mahdollisuuksia osallistua liikunta- ja kulttuuritoimintaan subventoituun hintaan kaupungin omassa toiminnassa ja toimintaseteleiden kautta yhteistyössä kolmannen sektorin ja yksityisten toimijoiden kanssa.</p>	<p>Monialainen henkilökunta  Tiedotus  Yhteistyötahot  "Entisten nuorten tanssit"  Vanhusneuvosto</p>	<p>Kaatumisiin ja putoamisiin liittyvät hoitajakset 65 vuotta täyttäneillä / 10 000 vastaavanikäistä  Ikinä-testi (kaatumisen ehkäisy)  Osallistujamäärä  Kaatumistilastot</p>	<p>Kansalaisopisto, yhdistykset ja yritykset järjestävät joka vuosi tasapainon ja liikkuvuuden parantamiseen tähtääviä kursseja.  IKINÄ-messut järjestettiin VPK:n talolla 7.3.2019.  Kulttuurikavereista tulee kulttuurilähettiläitä ja he saavat kaiken tiedon tapahtumista ja vastaavista.  Kulttuurikaverit saavat osallistua ilmaiseksi tai alennettuun hintaan yhdessä "asiakkaansa" kanssa.  Kirja tulee kotiin. Kotihoidon ja kirjaston yhteistyötä.  Kombi on järjestänyt useita senioreille räätälöityjä kursseja, joissa on huomioitu senioreiden fyysiset haasteet.  IKINÄ-toimintamalli on käytössä.  IKINÄ-messut järjestettiin tammikuussa 2020.  Kaatumisiin ja putoamisiin liittyvät hoitajakset (65+) ovat vähentyneet vuoden 2019 tiedon mukaan.  66-vuotiaiden tiedotustilaisuuksia ei ole järjestetty alkuvuonna 2020 ja jäivät sitten koronan jalkoihin.  Ajatuksena on implementoida Folkhälsanin "Tredje åldern" -konsepti, toimintaa juuri eläköityneille. Uusia ryhmäideoita on suunnitteilla 2021 (muistisairaiden kuntosaliryhmä,</p>





				fysioterapiaohjauksen ja kuljetuksen tarvitsevien ikäihmisten voima- ja tasapainoharjoitteluryhmä, Pilke-ryhmä). 80-vuotiailla on vuodesta 2020 mahdollisuus ilmaiseen suun terveystarkastukseen.
	<p><b>Kaatumisen ehkäisy</b></p> <p>Toimintakyky testataan Ikinä-kartoituksella.</p> <p>Tasapainoryhmiä järjestetään kaikilla kunta-alueilla.</p> <p>Ikäihmisten neuvontapiste tiedottaa, miten kaatumisen ehkäisyyn voidaan vaikuttaa.</p> <p>Palvelutarpeen arvioinnissa kiinnitetään huomiota kaatumisen ehkäisyyn sekä palvelutaloissa että asiakkaiden kotona.</p> <p>Yhdistysten kautta houkutellaan liikuntaystäviä.</p> <p>Fysioterapialla tuetaan kuntouttavaa kotoutumista.</p>	<p>Kunnonhoitajat ja henkilökunta</p> <p>Yhdistykset ja vanhusneuvosto</p> <p>Kansalaisopisto</p> <p>Kulttuuri- ja liikuntatoimi</p> <p>Vanhustenhuollon fysioterapia ja toimintaterapia</p> <p>Terveystieteiden yksikkö</p>	<p>Kaatumisiin ja putoamisiin liittyvät hoitajaksot 65 vuotta täyttäneillä / 10 000 vastaavanikäistä</p> <p>Haipro</p> <p>Asiakaskysely</p> <p>Osallistujien ja ryhmien määrä</p>	<p>IKINÄ mallin käyttö kaatumisten ehkäisyssä vuodesta 2015 alkaen.</p> <p>Seniorituvalle on hankittu perintönä tai valtionperintönä saaduilla määrärahoilla kuntosali ja ulkoliikuntapaikka. Samoin saaristossa sijaitsevien palveluasumisen yksiköihin on hankittu ulkoliikuntapaikkoja.</p> <p><b>IKINÄ-toimintamalli on käytössä.</b></p> <p><b>IKINÄ-messut järjestettiin tammikuussa 2020.</b></p> <p><b>Kaatumisiin ja putoamisiin liittyvät hoitajaksot (65+) ovat vähentyneet vuoden 2019 tiedon mukaan.</b></p> <p><b>66-vuotiaiden tiedotustilaisuuksia ei ole järjestetty alkuvuonna 2020 ja jäivät sitten koronan jalkoihin.</b></p> <p><b>Ajatuksena on implementoida Folkhälsanin ”Tredje åldern” -konsepti, toimintaa juuri eläköityneille. Uusia ryhmäideoita on suunnitteilla 2021 (muistisairaiden kuntosaliryhmä, fysioterapiaohjauksen ja kuljetuksen tarvitsevien ikäihmisten voima- ja tasapainoharjoitteluryhmä, Pilke-ryhmä).</b></p> <p><b>80-vuotiailla on vuodesta 2020 mahdollisuus ilmaiseen suun terveystarkastukseen.</b></p>
	<b>Liikunnan edistäminen</b>	Liikunnanohjaajat	Ryhmien määrä	Seniorum tiedottaa erilaisista liikunnan edistämisen

	<p>Hankitaan kuntoilulaitteet joka palvelutaloon sekä sisä-että ulkokäyttöön.</p> <p>Lepopaikkoja/penkkejä/kaitteita eripuolille kaupunkia liikkumisen tukemiseksi.</p> <p>Ikäihmisten neuvontapiste tiedottaa liikunnan edistämisen mahdollisuuksista.</p> <p>Toimivan yhteiskuljetuksen koordinointi.</p>	<p>Kunnonhoitajat</p> <p>Vapaaehtoistyö ja vanhusneuvosto</p> <p>Toimintaterapeutti</p> <p>Fysioterapeutti</p> <p>Palveluohjaaja</p> <p>Vammaisneuvosto</p>		<p>mahdollisuuksista ja palvelulinjan aikatauluista.</p> <p><b>Pienryhmiä ulkona kesällä 2020 (sauvakävelyryhmiä, tuolijumppaa, harjoittelua Keskuspuiston ulkoliikuntavälineillä).</b></p> <p><b>Alustavaa pohdintaa kotikuntoutuksesta ja aktivointisuunnitelmien käytön tehostamisesta.</b></p> <p><b>Yhteiskuljetusasia siirtyi vuodelle 2021.</b></p>
<p>Raha- ja päihdeongelmien vähenemisen</p>	<p><b>Ehkäistään alkoholin ja rahapelien aiheuttamia haittoja</b></p> <p>Henkilöstö ottaa puheeksi päihteiden käytön ja rahapelaamisen.</p> <p>Jokaisessa vanhustenhuollon yksikössä on vastuutettu ja koulutettu päihde- ja mielenterveysasiantuntija.</p> <p>Ikäihmisten neuvontapiste tiedottaa alkoholi- ja rahapeliongelmiin haittoista ja tukimuodoista.</p> <p>Yhdistykset ovat mukana tukemassa ehkäisevää toimintaa.</p>	<p>Kotihoidon henkilöstö</p> <p>Päihdetyön koordinaattori</p> <p>Psykiatriset hoitajat</p> <p>Geriatrian poliklinikka</p> <p>Lääkärit ja terveydenhoitajat</p> <p>Sosiaalityöntekijät</p> <p>Päivätoiminta</p> <p>Monialainen yhteistyöryhmä</p> <p>Kokemusasiantuntijat</p> <p>Omaiset</p> <p>Kansalaisopisto</p>	<p>Päihdesairauksien vuodeosastohoitojaksot 65 vuotta täyttäneillä / 1 000 vastaavanikäistä</p> <p>Päihdehuollon laitosten 65 vuotta täyttäneiden asiakkaiden hoitopäivät vuoden aikana</p> <p>Koulutettu henkilöstö</p> <p>Toimintaan osallistuvat yhdistykset</p>	<p>Yhteistyö SPR:n "Kohdataan kyllillä ja keskuksissa" -hankkeen kanssa. Hankkeen tavoitteena on saada vanhuset vapaaehtoisten tuella osallistumaan kodin ulkopuolisiin aktiviteetteihin.</p> <p><a href="https://www.ikainstituutti.fi/elmanote/">https://www.ikainstituutti.fi/elmanote/</a></p> <p>Informaatiota alkoholi- ja peliriippuvuuden ehkäisemisestä IKINÄ-messuilla 7.3.2019.</p> <p>Paraisten kotihoitoon on suunnitteilla tiimi, joka keskittyy vanhusten mielenterveys- ja päihdeongelmiin. Kolme henkilöstön jäsentä on käynyt tarkoitusta varten koulutuksen.</p> <p>Puheeksi ottaminen: 80-vuotiaiden luo tehtävien kotikäyntien yhteydessä tehtävässä kartoituksessa keskustellaan alkoholin käytöstä sekä mahdollisesta peliongelma- tai taloudellisesta tilanteesta, kun puheeksi otetaan taloudellinen tilanne.</p> <p>Unikoulu työn alla.</p>



				<p>Kaarinan AA luennoi toiminnastaan ja kokemuksistaan Seniorituvalla. Paraisten kaupungin kriisiryhmällä on syksystä 2018 lähtien ollut käytössä yleisölle avoin puhelinnumero.</p> <p>Henkilöstön yhteinen koulutus Päihdeasioiden ajankohtaisiltapäivä 28.2.2019.</p> <p><b>Kaksi vanhustenhuollon työntekijää on syksyllä 2020 käynyt Pilke-ohjaajakoulutuksen (ryhmä alkaa 2021).</b></p> <p><b>MENT-tiimin toimintaa on kehitetty, kehitystyö jatkuu edelleen.</b></p> <p><b>80-vuotiaista, joiden luotehtiin hyvinvointia edistävä kotikäynti 2020, ei kukaan vastannut juovansa runsaasti. Päihdesairauksien vuodeosastojaksojen (65+ v.) määrä on 2018 tiedon mukaan vähentynyt.</b></p>
Muistisairaiden tukeminen	<p><b>Muistiystävällinen kunta</b></p> <p>Ikäihmisten neuvontapiste tiedottaa aivoterveystä ja muistisairaiden huomioimisesta palveluissa.</p> <p>Kotona selviytymisen tukeminen ja mielekäs arki.</p> <p>Tarjotaan hoitopolun mukaisia muistisairaiden tukimuotoja tarvitseville.</p> <p>Muistikoordinaattori ja muistihoitaja tukevat henkilöstöä ja kehittää hyviä toimintatapoja muistisairaiden kohtaamiseen.</p>	<p>Vanhustenhuolto on henkilöstö</p> <p>Kotihoito</p> <p>Päivätoiminta</p> <p>Omaishoidon tuki</p> <p>Tukipalvelut</p> <p>Lyhytaikaishoito</p> <p>Erilaiset palveluasumismuodot</p> <p>Muistiyhdistys ja muistiliitto</p> <p>Eläkeläisyhdistykset</p> <p>Vanhusneuvosto</p> <p>Vapaaehtoiset tukihenkilöt</p>	<p>Dementiaindeksi, ikävakioitu</p> <p>Asiakaspalaute</p> <p>Tukihenkilöiden määrä</p> <p>Sosiaali- ja terveydenhuollon laatupeli</p> <p>Ryhmätilaisuudet</p>	<p>Koko terveydenhuollon ja vanhustyön henkilöstöllä on koulutusta muistisairaiden kohtaamisesta.</p> <p>Sosiaali- ja terveyslautakunta on hyväksynyt ohjeistuksen aggressiivisen asiakkaan kohtaamisesta.</p> <p>Tällä hetkellä työstetään toimintamallia jokaiseen työyksikköön väkivallan ennaltaehkäisyyn ja ohjeistusta väkivaltatilanteiden jälkeen tehtäviin toimenpiteisiin.</p> <p><b>Varhaisvaiheen muistikuntoutusryhmät (Aktiivinen arki -ryhmä) olivat tauolla suuren osan vuodesta 2020.</b></p>



	<p>Muistikoordinaattorin vastaanotto ja kotikäynnit.</p> <p>Muistikoordinaattori ja muistihoitaja järjestävät tapaamisia muistisairaille ja heidän omaisilleen.</p> <p>Vertaistuen järjestäminen</p>			<p>Etätoimintaa on ollut yhdistysten järjestämänä. Muistisairaita on kotihoidossa entistä enemmän, jatkossa koulutetaan muistiosaajia kotihoitoon. Myös koko kunta-alueen kattava muistityöryhmä on kokoontunut kerran vuonna 2020.</p> <p>Päivätoiminta oli lähes puoli vuotta tauolla koronan vuoksi. Työyksiköiden väkivaltatilanteiden ennaltaehkäisyn ja jälkikäteistoimenpiteiden mallin työstäminen jatkuu.</p>
	<p><b>Aikainen diagnoosi</b></p> <p>Henkilöstö ottaa puheeksi muistisairaudesta oireet ja ohjaa arviointiin ja tekee yhteistyötä geriatrian poliklinikan kanssa.</p> <p>Hoitopolun näkyväksi tekeminen</p>	<p>Muistikoordinaattori</p> <p>Geriatrian poliklinikka</p> <p>Muistihoitajat</p> <p>Lääkärit</p>	<p>Dementiaindeksi, ikävakiointu</p> <p>Testit ja kartoitukset</p>	<p>Koko terveydenhuollon ja vanhustyön henkilöstöllä on koulutusta muistisairaiden kohtaamisesta.</p> <p>Aivoterveystä ja muistisairauksien varhaisista oireista tiedottaminen suurelle yleisölle on tärkeää, ”milloin mennä lääkäriin”, vuonna 2020 yleisötalouksia ei pidetty koronan vuoksi. Malmkullan geriatrisen osaston toimintaa on kehitetty.</p>

## OSA III VALTUUSTOKÄSITTELY

### 7 KERTOMUKSEN LAATIJAT 2021

#### **Konsernipalvelut**

Tiedotuspäällikkö Anne-Maarit Itänen  
Henkilöstöpäällikkö Peter Lindroos  
Hyvinvointikoordinaattori Paula Sundqvist

#### **Sivistysosasto**

Vapaa-aikasihteeri Tove Dahlén  
Vapaa-ajansihteeri Mikael Enberg  
Rehtori Cecilia Hindersson  
Päivähoidon päällikkö Pia Hotanen  
Rehtori Merja Huvila  
Kulttuuripäällikkö Ann-Sofie Isaksson  
Kirjastonhoitaja Jolanda Raitio  
Opetuspäällikkö Ulrika Lundberg

#### **Sosiaali- ja terveysosasto**

Vt. vanhustyön päällikkö Krista Hyytiäinen  
Muistikoordinaattori Emma Soveri  
Sosiaalityöntekijä Harri Keränen  
Toiminnan ohjaaja Jenni Lindroos  
Työllisyyskoordinaattori Minna Lindroos  
Sosiaali- ja terveysjohtaja Miia Lindström  
Vastaava terveydenhoitaja Outi Ramstedt  
Terveydenhoitaja Camilla Rautanen  
Perheyksikön päällikkö Sami Salmivirta  
Lapsiperheiden palveluohjaaja Maria Wallin

#### **Ympäristöosasto**

Yhdyskuntainsinööri Matias Jensen  
Kaavoituspäällikkö Heidi Saaristo-Levin

### 8 KERTOMUKSEN HYVÄKSYMINEN

Hyväksytty valtuustossa osaksi toiminnan ja talouden suunnittelua: