



Pohde

Pohjois-Pohjanmaan
hyvinvointialue



Kansallinen seminaari – Ravitsemushoitosisuositus 7.11.2024

Verkostoyhteistyö, Pohteen ravitsemusterveyden verkosto

**Pohjois-Pohjanmaan ravitsemusterveyden
koordinaatioryhmä
Soile Haataja, puheenjohtaja
Leea Järvi, sihteeri**

Pohjois-Pohjanmaan ravitsemusterveyden verkosto

- Verkosto on perustettu vuonna 2019 ravitsemusterveyden edistämisen suunnittelua ja arviointia varten.
- Jäseninä verkostossa on Pohjois-Pohjanmaan alueen ravitsemusterapeutteja sekä ateria- ja puhdistuspalvelujen asiantuntijoita sekä esihenkilöitä.
- Verkosto on tuottanut mm. Pohjois-Pohjanmaan ravitsemusterveyden edistämisen suunnitelman
- Suunnitelma ohjaa verkoston ja koordinaatioryhmän toimintaa, jossa tavoitteina on varhaiskasvatuksen, kouluruokailun, työikäisen väestön joukkoruokailun ja palvelujen piirissä olevan ikääntyvän väestön ruokapalvelujen kehittäminen sekä ravitsemustyöryhmien perustaminen kuntiin.
- Verkosto toimii aktiivisesti, julkaisee ravitsemusterveyden uutiskirjettä 4 kertaa vuodessa sekä järjestää koulutuksia vuosittain.
- Vaikuttavien ravitsemusterveyden edistämisen toimintamallien levittäminen Pohjois-Pohjanmaalle
- Kyselyt ravitsemusterveyden edistämisestä kunnissa
- Palvelupolut, alueellinen ja kansallinen yhteistyö, esim. ravitsemusterveyden palvelupolut -työryhmä 2021-2023
- Hankeyhteistyö, Vahva arki- hanke ja yhteistyö Pohteen YOH-tiimin kanssa

Hyväksytty Pohteen aluevaltuustossa 16.9.2024 osana alueellista hyvinvointisuunnitelmaa. Raportoidaan toteutumisesta Pohteen aluehallitukselle ja aluevaltuustolle kerran vuodessa.

Ravitsemusterveyden edistämisen suunnitelma ohjaa yhteistyötä

Kehittämiskohteet:

1. Ruokailu ja siihen liittyvä ruokakasvatus varhaiskasvatuksessa ja kouluissa
2. Työikäisten joukkoruokailu
3. Tukipalvelujen piirissä olevien, yli 65-vuotiaiden ravitsemus
4. Lisäksi tavoitteena on monialaisten ravitsemustyöryhmien perustaminen kuntiin.



Verkostoyhteistyö perustuu kansallisiin toimintamalleihin ja suosituksiin

- Pohjois-Pohjanmaan ravitsemusterveyden verkostossa on toimittu Policy Brief -toimenpidekannanoton mukaisesti ja tehty toimia etukenossa verkoston alkuajoista lähtien.
- Policy Brief toimenpidekannanotto on antanut vahvistusta tehdyille työlle.

Lähde: Ruokavirasto 2023. Policy Brief –toimenpidekannanotto.
https://www.ruokavirasto.fi/globalassets/teemat/terveytta-edistava-ruokavalio/ravitsemuksella-hyv.vointia/policy-brief--toimenpidekannanotto-2023_web.pdf



RAVITSEMUSTERVEYTTÄ EDISTETÄÄN VAIKUTTAVASTI YHTEISTYÖSSÄ

Tässä Policy Brief -toimenpidekannanotossa kuvataan, miten ravitsemusterveyden edistäminen on osa hyvinvoinnin ja terveyden edistämistä ja miten sitä toteutetaan yhteistyössä hyvinvointialueiden ja kuntien sekä järjestöjen ja muiden toimijoiden kanssa.

Ravitsemusterveyden edistämisen vaikuttavuutta parannetaan seuraavilla toimenpiteillä:

- A. Toiminta kohdistuu kaikkiin ikä- ja väestöryhmiin ja erityisen tuen tarpeessa olevat ihmiset on huomioitu.
- B. Toiminnan rakenteista ja käytännöistä on sovittu. Toiminnan suunnittelussa hyvinvointialueilla käytetään elintapaohjauksen tarkistuslistaa.
- C. Ravitsemusterveyden edistämiseksi käytetään näyttöön perustuvia menetelmiä ja toimintamalleja ja tarjottujen aterioiden ravitsemuslaatu perustuu suosituksiin.
- D. Ravitsemusterveyden edistämistyötä tuetaan suunnitelmallisella viestinnällä ja säännöllisellä täydennyskoulutuksella.
- E. Ravitsemusterveyden edistäminen todennetaan ja vaikuttavuutta seurataan ja arvioidaan yhteisesti sovitulla tavalla säännöllisesti.

Mitä on ravitsemusterveyden edistäminen?

Ravitsemusterveys on hyvinvoinnin ja terveyden edistämistä ravitsemuksen keinoin eri ikä- ja väestöryhmissä

Ravitsemusterveyden edistäminen



Ravitsemukseen liittyvä yleinen viestintä ja tiedottaminen

- Omaehtoista toimintaa ja pystyvyyttä tukevat digipalvelut (ruokavaliokyselyt ja omahoito ym.)
- Ravitsemus- ja ruokasuositukset
- Muu yleinen tuki terveellisen ravitsemuksen edistämiseksi

Ravitsemus osana hyvinvoinnin ja terveyden edistämistä, kasvatusta ja opetusta

- Ruokakasvatus ja ruokapalvelut varhaiskasvatuksessa ja perusopetuksessa. Kotitalousopetus perusopetuksessa.
- Ruokapalvelut päivä- ja palvelukeskuksissa ja työpaikoilla sekä kotiateria- ja kauppakassipalvelut
- Ruokakurssit, kuluttajaneuvonta ja muut matalan kynnyksen yksilölliset ja perhekeskeiset palvelut

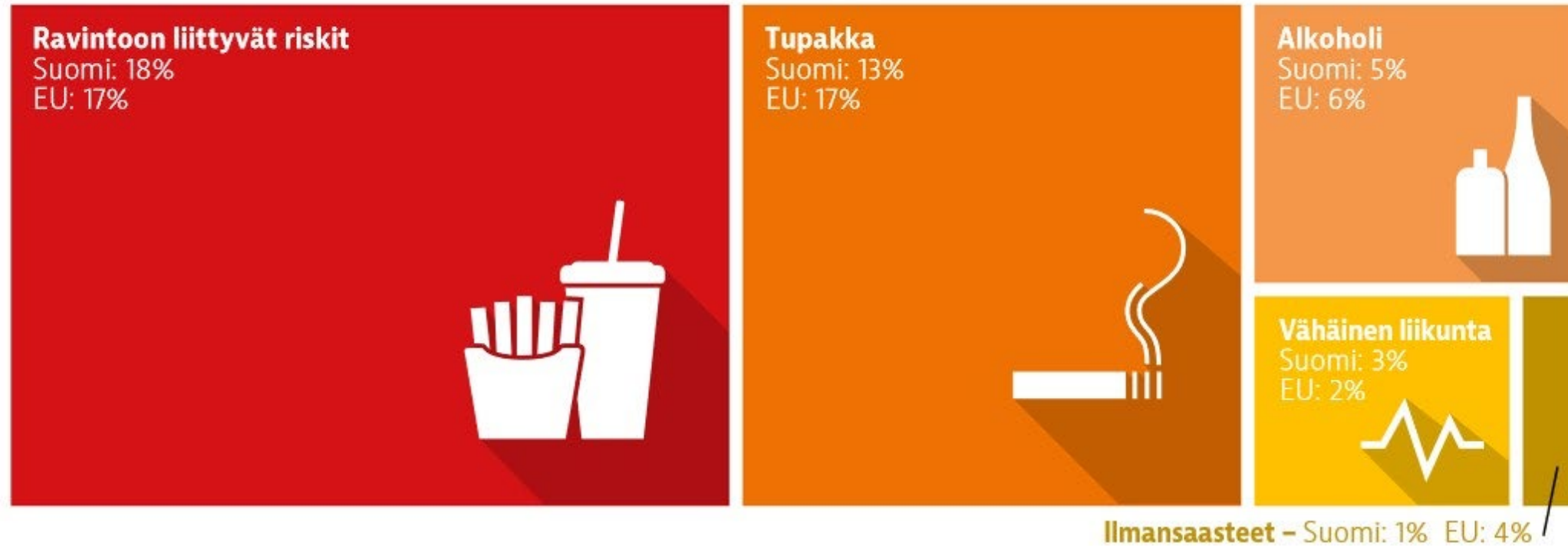
Ravitsemus osana sairauksien ehkäisyä ja hoitoa

- Neuvola- ja muut neuvontapalvelut
- Sairauksien ravitsemushoito
- Ravitsemusterapia
- Kuntoutuspalvelut
- Sosiaali- ja terveystieteiden palvelujen ruokapalvelut

Miksi ravitsemusterveyden edistämisen työtä tehdään

→ parempi terveys, toiminta- ja työkyky, vähemmän tautitaakkaa ja ennenaikaisia kuolemia

Kuvio 5. Suomessa yli kolmannes kuolemista voidaan selittää käyttäytymiseen liittyvillä riskitekijöillä



Lähde: OECD/EU https://health.ec.europa.eu/system/files/2021-12/2021_chp_fi_finnish.pdf

Toimintaa arvioidaan Ravitsemuksella hyvinvointia Pohjois-Pohjanmaalla -kyselyllä

Ravitsemuksella hyvinvointia -webropolkysely tehdään joka toinen vuosi. Kyselyt toteutettu syksyllä 2020, 2022 ja 2024.

Kysely pohjautuu Ruokaviraston Ravitsemuksella hyvinvointia tarkistuslistaan:

https://www.ruokavirasto.fi/globalassets/teemat/terveytta-edistava-ruokavalio/esitteet/tarkistuslista_kunta_web_paivitetty_27.10.2020_uusi_f.pdf

Kyselyn avulla selvitetään, toteutuvatko ravitsemusterveyden edistämisen suunnitelman mukaiset toimenpiteet.

Vastaajina Pohjois-Pohjanmaan kuntien hyvinvointiyhdyshenkilöt ja –koordinaattorit yhteistyössä alueen ruokapalveluja tuottavan organisaation palvelupäälliköiden kanssa.

Kyselyt lähetettiin syksyllä 2024 yhteensä 30 kuntaan, joista 15 kuntaa vastasi.

- Saatujen vastausten perusteella moni tarkistuslistan asia on parantunut aikaisemmasta.
- Kaikissa kyselyissä on tullut esille, että ruokapalvelut noudattavat suosituksia.
- Kehitettävää: Kodin ja koulun välinen yhteistyö / vanhempien yhteistyöhön osallistaminen. Sekä palvelun piirissä olevien ikääntyneiden ravitsemustilan seuranta.

**1 RAVITSEMUKSELLA
HYVINVOINTIA**
tarkistuslista kunnille
asukkaiden hyvää ravitsemusta
tukevista toimenpiteistä

Tämä tarkistuslista on tarkoitettu käytettäväksi kunnissa hyvää ravitsemusta tukevien tavoitteiden asettamisessa, päätöksenteossa ja toteutuksen seurannassa.

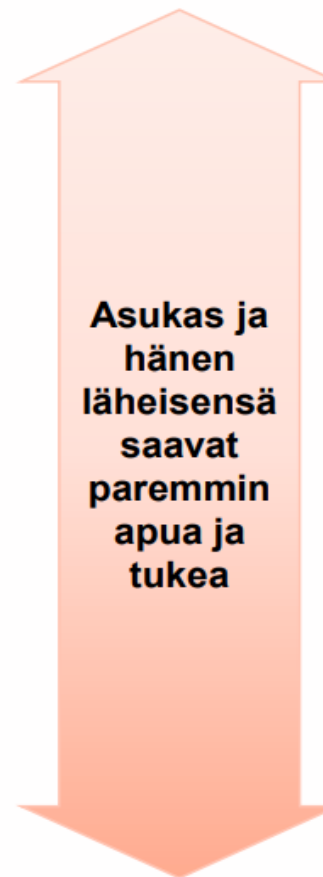
Tarkistuslista sopii työkaluksi sekä hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen ja ravitsemuksen yhteistyöryhmiin että päättäjille ja toiminnasta vastuussa oleville virkamiehille. Sosiaali- ja terveyspalveluille on erillinen tarkistuslista (<https://www.ruokavirasto.fi/ravitsemuksellahyvinvointia>).



Hyvinvoinnin edistämisen painopiste ja tavoitteet vuosille 2024–2025 Pohjois-Pohjanmaalla

Painopiste	Mielen ja kehon hyvinvointi		
Tavoitteet	Kaikki asukkaat: <ol style="list-style-type: none"> 1. Mielen hyvinvointi paranee 2. Yksinäisyys vähenee 3. Rahahuolet vähenevät 4. Terveellisemmät liikunta- ja ruokailutottumukset 5. Päihteet ja rahapelit haittaavat vähemmän elämää 6. Lähisuhdeväkivalta vähenee 7. Ikääntyvien kaatumiset vähenevät 8. Paloturvallisuus paranee 		
	Lapset, nuoret ja lapsiperheet: <ol style="list-style-type: none"> 9. Vanhemmuustaidot, tasapainoinen perhearki ja nuorten mielenterveys vahvistuvat Liite: Lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma	Työikäiset: <ol style="list-style-type: none"> 10. Työkyky ja työllisyys paranevat Liite: Työkykyohjelma	Ikääntyvät: <ol style="list-style-type: none"> 11. Ikääntyvien hyvinvointi, terveys, toimintakyky ja itsenäinen suoriutuminen vahvistuvat Liite: Ikääntyneiden hyvinvointisuunnitelma

**Aukkaiden
yhdenvertaisuus
hyvinvointia edistävässä
toiminnassa paranee**
(katso seuraava dia)



Liite 10 Pohjois-Pohjanmaan ravitsemusterveyden edistämisen suunnitelma liittyy suoraan hyvinvointisuunnitelman tavoitteisiin

Pohjois-Pohjanmaalla on useita verkostoja, jotka auttavat hyvinvoinnin edistämisen yhteistyössä

Verkostot kokoavat yhteen ihmisiä,

jotka tekevät

samaan aiheeseen liittyvää työtä eri organisaatioissa.

Verkostot auttavat heitä tekemään yhteistyötä.

Yhteistyön ansiosta asukkailla on paremmat mahdollisuudet hyvinvointiin.

Verkoston vetäjätaho on merkitty kuvioon sulkeiden sisään.

Hyvinvoinnin teemaverkostot

Avoimia verkostoja, joiden alla voi toimia alaverkostoja ja asiantuntijatiimejä

Elintapaverkosto *
(Pohde ja PoPLi ry)

Ehkäisevän mielenterveys-, päihde- ja väkivaltatyön verkosto
(Pohde)

Taloudellisen hyvinvoinnin verkosto
(Poske)

Osallisuusverkosto
(ODL ja HDL yhteistyössä Pohteen kanssa)

Kulttuurihyvinvointi- verkosto
(Pohjois-Pohjanmaan liitto)

Digihyvinvoinnin verkosto
(Pohde ja Pohjois-Pohjanmaan liitto)

Kaatumisen ehkäisyn verkosto
(Pohde)

Järjestöyhteistyön verkostot

Avoimia kunnille ja järjestöille

Pohteen järjestö-yhdyshenkilöiden verkosto
(Pohde)

Kuntien järjestö-yhdyshenkilöiden verkosto
(Pohjois-Pohjanmaan sosiaali- ja terveysturvayhdistys)

Järjestöverkostot:
1) Lapset, nuoret ja perheet
2) Mielenterveys- ja päihdepalvelut
3) Sosiaali- ja terveyskeskus ja OLKA
4) Ikäihmisten palvelut
5) Vammaispalvelut
6) Kuntoutus
(järjestöjen edustajat)

Hyvinvointijohtamisen verkostot

Suljettuja verkostoja

Hyvinvoinnin edistäminen Pohjois-Pohjanmaalla (POPhyte) -verkosto
(Pohde)

Kuntien hyvinvointi-yhdyshenkilöiden verkosto
(Pohde)

Kuntien hyvinvointi-yhdyshenkilöiden alueelliset verkostot:
Koillismaa, Oulunkaari, Lakeus, Rannikko ja Eteläinen. Oululla oma alueellinen rakenne.
(Pohde ja kunnat)

Hyvinvoinnin teemaverkostojen vetäjien verkosto
(Pohde)

Muut verkostot

Esimerkkejä verkostoista

Sivistysjohtajien verkostot
(Pohjois-Pohjanmaan liitto, Pohjois-Pohjanmaan aluehallintovirasto)

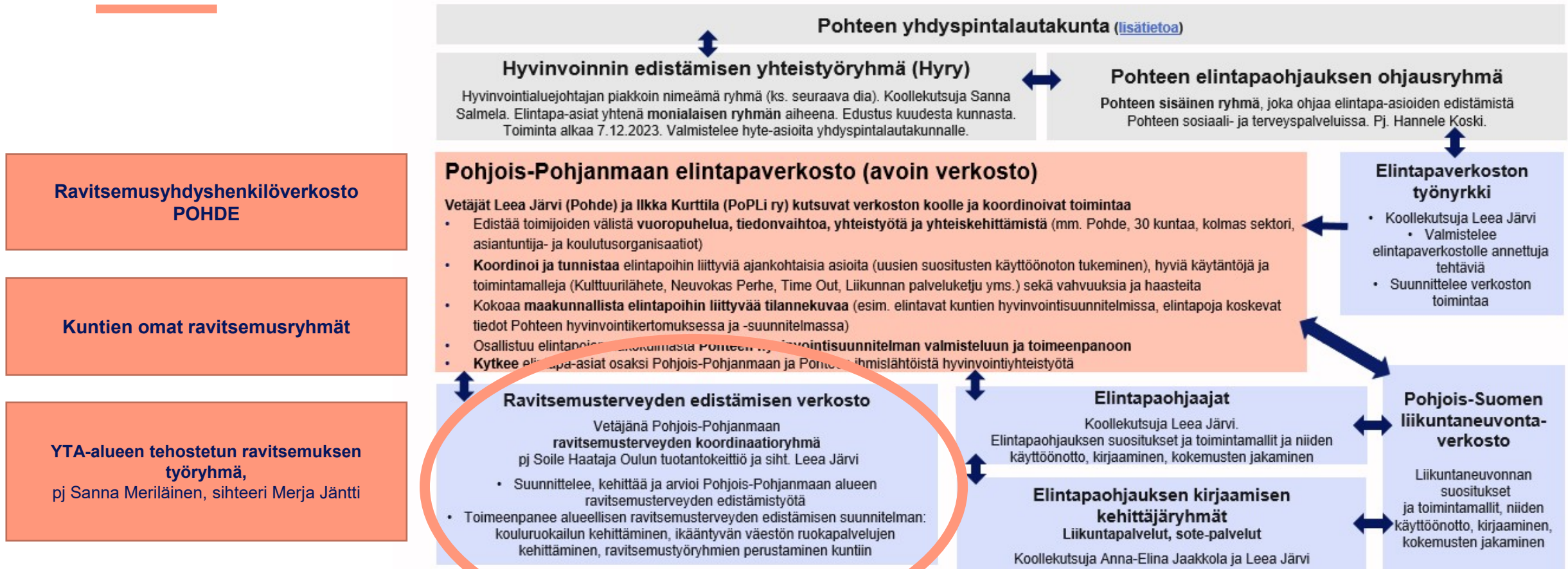
Tuki terveellisiin elintapoihin eri tilanteissa

Pohteen suunnitelmassa sovelletaan Ruokaviraston Ravitsemusterveyden edistäminen, yhdyspinnat ja palveluesimerkkejä – kuvaa. Ravitsemusterveys Pohjois-Pohjanmaalla on integroitu muuhun hyte työhön.



Osa laajempaa verkostoyhteistyötä

Terveellisten elintapojen edistämisen rakenteet Pohjois-Pohjanmaalla (Mainitut verkostot toimineet jo pitkään, vastuut hieman vaihdelleet vuosien varrella. Kuvio kuvaa tilannetta 1.1.2024.)



Kiitos

Yhteydenotot

soile.haataja@looki.fi

brenda.nissen@pohde.fi

kaisa.ketonen@pohde.fi

sirpa.peltomaa@ppe-kookki.fi