



# KEUSOTE

Keski-Uudenmaan hyvinvointialue

# Alueellinen hyvinvointisuunnitelma 2026-2030

Lapset, nuoret, työkäiset lautakunta 11.11.2025

Ikäihmiset ja vammaiset lautakunta 12.11.2025

**KEUSOTE.FI**

# Sisällysluettelo

1. Johdanto
  1. Alueellinen hyvinvointisuunnitelma
  2. Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen osana palveluketjuja
  3. Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen yhdyspintatyön ohjaavat periaatteet
2. Hyvinvoinnin tila Keski-Uudenmaan hyvinvointialueella
  1. Käytetyt tilastot
  2. Hyvinvoinnin tila
    1. Lapset, nuoret ja lapsiperheet
    2. Työikäiset
    3. Ikääntyneet
3. Alueellisen hyvinvointisuunnitelman 2026-2030 painopisteet, tavoitteet, toimenpiteet ja mittarit
  1. Alueellisen hyvinvointisuunnitelman 2026-2030 painopisteet ja tavoitteet
  2. Keski-Uudenmaan hyvinvointialueen osallisuusohjelma 2026-2030
  3. Alueellinen kulttuurihyvinvointisuunnitelma 2026-2030
4. Alueellisen hyvinvointisuunnitelman 2026-2030 toimenpano ja raportointi
5. Liitteet

# 1. Johdanto



**KEUSOTE**  
Keski-Uudenmaan hyvinvointialue

# 1.1. Alueellinen hyvinvointisuunnitelma

- Alueellinen hyvinvointisuunnitelma 2026–2030 luo tavoitteet alueelliselle yhdyspintatyölle, jonka tavoitteena on tuottaa hyvinvointi- ja terveyshyötyä alueen asukkaille. Hyvinvointisuunnitelma perustuu lakiin sosiaali- ja terveyspalvelujen järjestämisestä (612/2021, §7), jonka mukaan
  - Hyvinvointialueen on strategisessa suunnittelussaan asetettava hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseksi tavoitteet ja määriteltävä tavoitteita tukevat toimenpiteet.
  - Hyvinvointialueen on seurattava asukkaitensa elinoloja, hyvinvointia ja terveyttä sekä niihin vaikuttavia tekijöitä alueittain ja väestöryhmittäin.
  - Hyvinvointialueella on raportoitava asukkaiden hyvinvoinnista ja terveydestä, niihin vaikuttavista tekijöistä sekä toteutetuista toimenpiteistä aluevaltuustolle vuosittain; alueellinen hyvinvointikertomus.
  - Hyvinvointialueella on valmistettava aluevaltuustolle valtuustokausittain alueellinen hyvinvointikertomus ja -suunnitelma edellä mainituista asioista.
- Hyvinvointisuunnitelmassa määritellään, mitä hyvinvointialue tekee yhdessä muiden toimijoiden kanssa asukkaiden hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseksi sekä eriarvoisuuden vähentämiseksi. Alueellisen hyvinvointisuunnitelman lähtötason tietona on laaja tietopohja. Alueellisen hyvinvointisuunnitelman valmistelusta ja toimeenpanosta vastaa alueellinen hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen ryhmä, jonka työ on ennakoivaa, monitoimijaista ja yhteensovittavaa. Ryhmässä on monialainen edustus hyvinvointialueen hyte-toimijoista.
- Alueellinen hyvinvointisuunnitelma täydentää ja tukee yhdyspintakumppaneiden omaa hyvinvointityötä sekä paikallisia hyvinvointisuunnitelmia.
- Alueellinen hyvinvointisuunnitelma sisältää Keski-Uudenmaan hyvinvointialueen Osallisuusohjelman sekä alueellisen kulttuurihyvinvointisuunnitelman.
- Alueellisen hyvinvointisuunnitelman toteutumista raportoidaan vuosittain alueellisen hyvinvointikertomuksen avulla.

## 1.2. Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen osana palveluketjuja

- Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen on osa jokaista palveluketjua, sen läpileikkaavana periaatteena
  - Varhaisessa ennaltaehkäisevässä tuessa
  - Hoidossa, kuntoutuksessa ja tuessa perustasolla
  - Hoidossa, kuntoutuksessa ja tuessa erityistasolla
- Monialaisuus ja kumppanuus on toteutuksessa keskeistä
  - Palveluketju kattaa myös muut toimijat ja ulottuu esim. kouluihin, liikunta- ja kulttuuripalveluihin, järjestöihin ja yrityksiin
- Asukas, asiakas ja potilas on aktiivinen osallistuja
  - Oma rooli, tiedonsaanti, vaikuttaminen
- Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen toteutumista seurataan määritetyin mittarein (Hyte-tietopohja, hyte-kerroin ym.)



## LASTEN JA NUORTEN PALVELUKETJU



### Asiakasohjaus

Varhaisen tuen  
toimintamallit, esim.  
Messiin-malli

Ohjaus, neuvonta,  
palvelutarpeenarviointi

Verkostoyhteistyö:  
järjestöt, yksityiset  
palveluntuottajat,  
seurakunnat, kunnat ym.

### Perhekeskuspalvelut:

Äitiys- ja lastenneuvola, ehkäisyneuvola,  
opiskeluhoitopalvelut, kohtaamispaikkatoiminta,  
perheneuvola- ja nuorisواسemapalvelut,  
lapsiperheiden kotipalvelu, perhetyö,  
perhesosiaalityö, ammatillinen tukihenkilötyö,  
perheoikeudelliset palvelut

**Lastensuojelu:**  
Avohuolto, sijaishuolto

**Sosiaali- ja kriisipäivystys,**  
Sosiaalipäivystys, kriisipäivystys,  
Ankkuritoiminta ym.

### Digipalvelut

Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen

Varhaiskasvatus, perusopetus,  
oppilaitokset, kulttuuri- ja liikuntatoimi,  
järjestöt, Kela, nuorisotyö ym.

**Perusterveydenhuollon ja vammaispalvelut:** (mm.  
pitkäaikais/akuutit sairaudet, mipä, lääkinällinen  
kuntoutus, sth, keva-asumispalvelut, päivätoiminta,  
kuljetuspalvelut jne.)

**Erikoissairaanhoidon palvelut:** esim.  
psykiatria, mielenterveys- ja päihde,  
kehitysvammapoliklinikka, somatiikka ym.

Ennaltaehkäisy, varhainen  
tuki ja tunnistaminen

Hoito, tuki ja kuntoutus  
perustasolla

Hoito, tuki ja kuntoutus  
erityistasolla



**KEUSOTE**

Keski-Uudenmaan hyvinvointialue



# TYÖIKÄISTEN PALVELUKETJU



## Asiakasohjaus

Yleinen palvelujen ja omahoidon ohjaus ja neuvonta.  
Hoidon tarpeen arviointi

Sosiaalipalvelujen ohjaus ja neuvonta,  
palvelutarpeenarviointi, taloudellinen tuki (täydentävä  
ja ennakoiva toimeentulotuki ja sosiaalinen luototus)

Kumppanuusyhteistyö; järjestöt, yksityiset  
palveluntuottajat, seurakunnat, kunnat ym.

**Aikuissosiaalityö:** jälkihuolto,  
sosiaalinen kuntoutus, vammaisten  
työ- ja päivätoiminta, mipä  
asumisen palvelut,  
maahanmuuttajapalvelut

**Työ- ja toimintakyvyn edistämisen  
palvelut** mm. Työ- ja työhön  
valmennus, ammatillinen  
tukihenkilötoiminta, kuntouttava  
työtoiminta

**Sosiaali- ja kriisipäivystys,**  
Sosiaalipäivystys, kriisipäivystys

## Digitaaliset palvelumuodot

Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen

Sairauksien ennaltaehkäisy, -hoito ja kuntoutus

### Valtio, kunnat ja 3. sektori:

Ammatillinen koulutus ammatinvalinta  
ja urapalvelut, kulttuuri- ja liikuntatoimi,  
järjestötoiminta, Kela

**Työterveys**  
-huolto

**Perusterveydenhuollon palvelut** (mm. pitkäaikaissairaudet,  
akuutit sairaudet, mielenterveys- ja päihdepalvelut, hoitotarvikkeet,  
lääkinnällinen kuntoutus, suun terveys, seulontapalvelut, rokotukset )

### TE palvelut

Työnhaku,  
työkokeilut ja  
-harjoittelut

**Erikoissairaanhoidon palvelut** (esim.  
kirurgia, psykiatria, synnytykset)

Ennaltaehkäisy, varhainen  
tuki ja tunnistaminen

Hoito, tuki ja kuntoutus  
perustasolla

Hoito, tuki ja kuntoutus  
erityistasolla



**KEUSOTE**

Keski-Uudenmaan hyvinvointialue

# IKÄÄNTYNEIDEN PALVELUKETJU

## Asiakasohjaus

Ohjaus ja neuvonta, mm. lähineuvontapisteet, terveydenhuollon omatiimit

Ohjaus, neuvonta ja ensiarviointi, palvelutarpeen arviointi, palvelujen koordinaatio ja asiakkaalle parhaan palvelukokonaisuuden muodostaminen

Verkostoyhteistyö: järjestöt, yksityiset palveluntuottajat, seurakunnat, kunnat ym.

**Kotona asumista tukevat palvelut:**  
Tukipalvelut, kuntoutus, kuntouttava päivätoiminta, omaishoito, geriatrinen keskus (mm. muistikoordinaattorit), kotihoito, lyhytaikaiset asumispalvelut, terveydenhuollon palvelut (mm. lääkärin palvelut kotihoidon asiakkaille)

**Sosiaali- ja kriisipäivystys,**  
Sosiaalipäivystys, kriisipäivystys

**Ikääntyneiden asumispalvelut**  
Kotiutus- ja kuntoutustoiminta, yhteisöllinen ja ympärivuorokautinen asuminen

## Digipalvelut

Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen

Kuntien hyvinvoinnin edistäminen, tontti – ja kaavoitus

**Perusterveydenhuollon palvelut:**  
mm. akuutit sairaudet, pitkäaikaissairaudet, mielenterveys- ja päihdepalvelut, lääkinnällinen kuntoutus, suun terveys

**Erikoissairaanhoidon palvelut**

**Ennaltaehkäisy, varhainen tuki ja tunnistaminen**

**Kotona asumisen tukeminen tuen, kuntoutuksen ja hoidon avulla**

**Hoito, tuki ja kuntoutus erityistasolla**



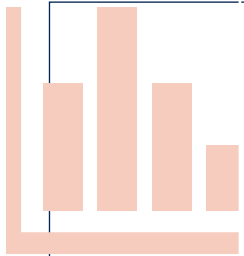
**KEUSOTE**

Keski-Uudenmaan hyvinvointialue





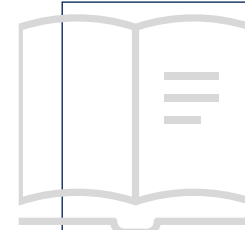
# 1.3. Alueellisen hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen ohjaavat periaatteet yhdyspintatyöhön



## Tiedolla johtaminen

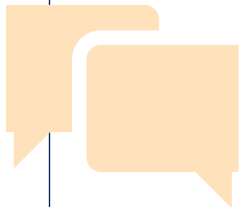
Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen perustuu tietoon pohjautuvaan suunnitelmalliseen työhön ja päätöksentekoon.

Ajankohtaisen tiedon jakaminen ja sen pohjalta ennakointi ja varautuminen esim. palvelutarpeen muutoksiin



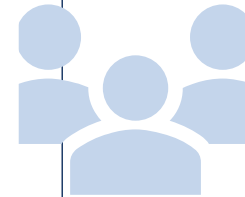
## Koulutus ja viestintä

Yhteisillä koulutuksilla ja työpajoilla tuotetaan tietoa ja kehitetään toimintaa laaja-alaisesti kaikkien toimijoiden kesken. Yhteisesti sovitulla viestinnällä tiedotetaan kattavasti alueen asukkaista ja tuetaan alueen toimijoiden yhteistä työtä



## Puheeksiottaminen

Huolet tulee ottaa puheeksi kunnioittavasti - siellä, missä ne ilmenevät ja silloin kun ne ilmenevät. Arvostava puheeksiottaminen tähtää yhteistyöhön. Syyttely ei edistä yhteistyötä.



## Osallisuuden tukeminen ja avoimesti yhdessä toimiminen

Yhteistyö edellyttää vuoropuhelua. On tärkeää kuunnella ja tulla kuulluksi. Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen tulee tapahtua avoimessa yhteistyössä, joka tukee osallisuutta.



## 2. Hyvinvoinnin tila Keski-Uudellamaalla



**KEUSOTE**  
Keski-Uudenmaan hyvinvointialue



# HYVINVOINTIALUEEN VÄESTÖRAKENNE

## 207 070



ALLE  
18-  
VUOTIAAT

20%



YLI  
65-  
VUOTIAAT

21%



Ruotsin-  
kieliset 1,1 %

Vieraskieliset 8,3 %

Suomenkieliset 90,5%

Perheitä  
56 539 (N)

Lapsiperheitä  
22 908  
(40,5 % perheistä)

Yhden  
vanhemman  
perheitä 7 392  
(32,3 %  
lapsiperheistä)



**KEUSOTE**  
Keski-Uudenmaan hyvinvointialue

# Lapset, nuoret ja lapsiperheet



**KEUSOTE**  
Keski-Uudenmaan hyvinvointialue

### Kohtalainen tai vaikea ahdistuneisuus (8.-9. lk) <sup>1)</sup>

Keusote: 22 %	Koko maa: 22 %
Pojat: 10 %	Tytöt: 34 %

### Terveyttä edistäviä elintapoja (8.-9. lk) <sup>2)</sup>

Keusote: 12 %	Koko maa: 13 %
Pojat: 16 %	Tytöt: 8 %

### Harrastaa jotain ainakin kerran viikossa (8.-9. lk) <sup>3)</sup>

Keusote: 81 %	Koko maa: 80 %
Pojat: 81 %	Tytöt: 81 %

### Energiajuomien käyttö (8.-9. lk) <sup>4)</sup>

Keusote: 10 %	Koko maa: 10 %
Pojat: 11 %	Tytöt: 8 %

### Kokee terveytensä keskikertaiseksi tai huonoksi (8.-9. lk) <sup>5)</sup>

Keusote: 22 %	Koko maa: 22 %
Pojat: 14 %	Tytöt: 29 %

### Nikotiinipussien käyttö (8.-9. lk) <sup>6)</sup>

Keusote: 6 %	Koko maa: 6 %
Pojat: 9 %	Tytöt: 3 %

### Sähkösavukkeiden käyttö (8.-9. lk) <sup>7)</sup>

Keusote: 7 %	Koko maa: 5 %
Pojat: 5 %	Tytöt: 8 %

### Ylipaino ja lihavuus (13-16 v.) <sup>8)</sup>

Keusote: 22,6 %	Koko maa: 23,5 %
Pojat: 27,6 %	Tytöt: 17,4 %

- 1) Kohtalainen tai vaikea ahdistuneisuus, % 8. ja 9. luokan oppilaista, v. 2025
  - 2) Terveyttä edistäviä elintapoja -summaindikaattori, % 8. ja 9. luokan oppilaista, v. 2025
  - 3) Harrastaa jotain ainakin kerran viikossa, % 8. ja 9. luokan oppilaista, v. 2025
  - 4) Juo energiajuomaa lähes päivittäin, % 8. ja 9. luokan oppilaista, v. 2025
  - 5) Kokee terveydentilansa keskinkertaiseksi tai huonoksi, % 8. ja 9. luokan oppilaista, v. 2025
  - 6) Käyttää nikotiinipusseja päivittäin, % 8. ja 9. luokan oppilaista, v. 2025
  - 7) Käyttää sähkösavukkeita päivittäin, % 8. ja 9. luokan oppilaista, v. 2025
  - 8) Ylipainon (ml. lihavuus) yleisyys (%) 13 - 16-vuotiailla
- Lähde: Kouluterveyskysely 2025, THL (kohdat 1-7) & FinLapset rekisteriseuranta, THL (kohta 8)

# Hyvinvoinnin tila Työikäiset



**KEUSOTE**  
Keski-Uudenmaan hyvinvointialue

### Psyykinen kuormittuneisuus <sup>1)</sup>

Keusote: 17,3 %	Koko maa: 19,8 %
Miehet: 17,8 %	Naiset: 16,8 %

### Taloudelliset haasteet <sup>2)</sup>

Keusote: 29,6 %	Koko maa: 28,4 %
Miehet: 26,7 %	Naiset: 32 %

### Työssä jaksaminen <sup>3)</sup>

Keusote: 28,3 %	Koko maa: 25,4 %
Miehet: 28,8 %	Naiset: 27,9 %

### Lähisuhdeväkivalta <sup>4)</sup>

Keusote: 11,2 %	Koko maa: 9,5 %
Miehet: 10,4 %	Naiset: 12 %

### Liikkuminen <sup>5)</sup>

Keusote: 53,6 %	Koko maa: 55,9 %
Miehet: 44,3 %	Naiset: 61,5 %

### Lihavuus <sup>6)</sup>

Keusote: 29,5 %	Koko maa: 25,5 %
Miehet: 25,9 %	Naiset: 32,8 %

### Koettu terveys <sup>7)</sup>

Keusote: 32,7 %	Koko maa: 33,2 %
Miehet: 30,7 %	Naiset: 34,4 %

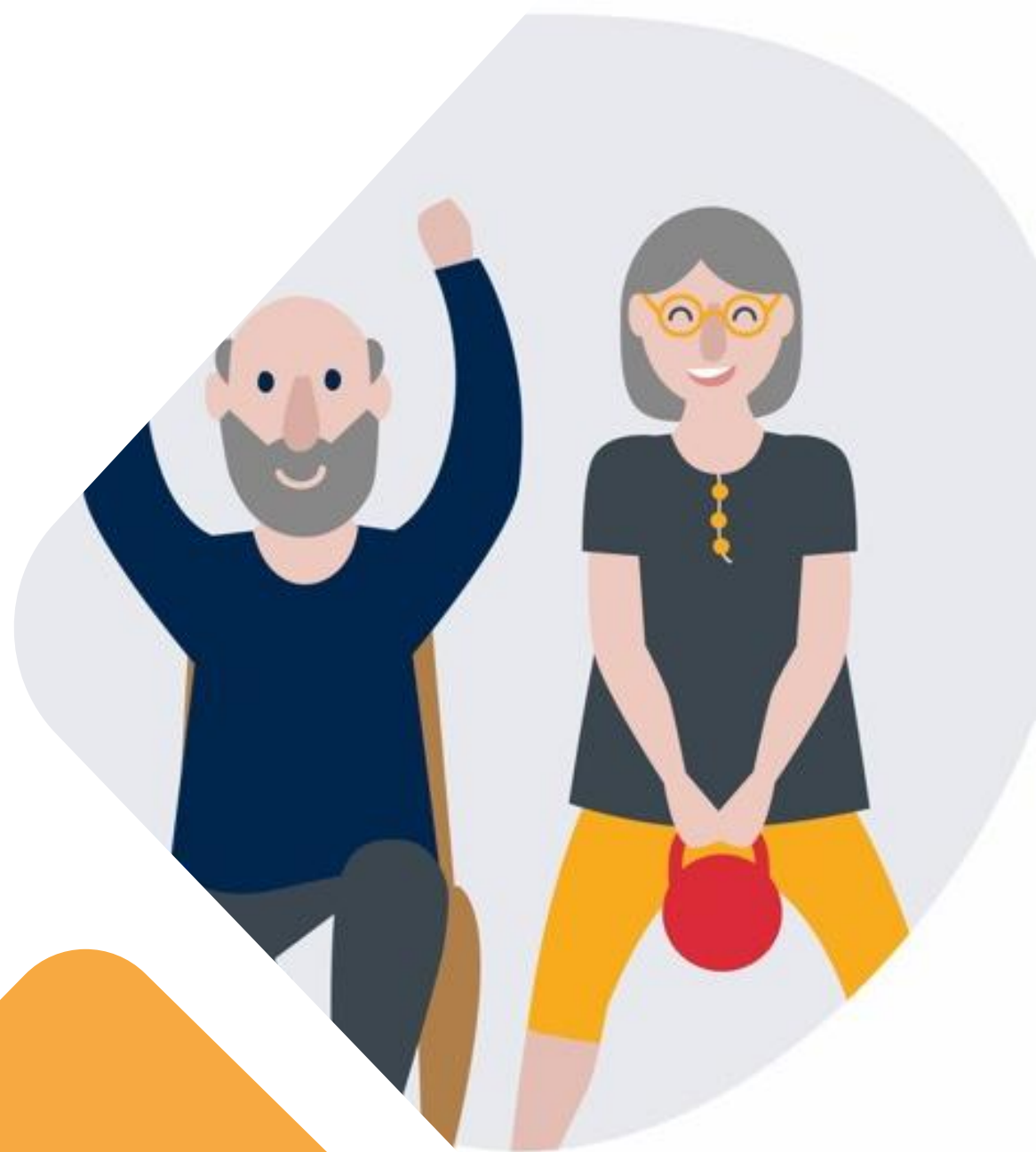
### Menetetyt elinvuodet (PYLL)

Keusote:	Miehet:	Naiset:
1) Itsemurhat	1) Itsemurhat	1) Rintasyöpä
2) Alkoholi	2) Alkoholi	2) Alkoholi
3) Huumeet	3) Huumeet	2) Huumeet

- 1) Psyykkisesti merkittävästi kuormittuneet (%) 20 - 64-vuotiaat, v. 2024
- 2) Rahanpuutteen vuoksi ruoasta, lääkkeitä tai lääkärikäynneistä tinkimään joutuneiden osuus (%) 20 - 64-vuotiaat, v. 2024
- 3) Niiden osuus, jotka uskovat, että todennäköisesti eivät jaksakaan työskennellä vanhuuseläkeikänsä saakka (%) v. 2024
- 4) Fyysistä tai henkistä lähisuhdeväkivaltaa kokeneiden osuus (%) 20 - 74-vuotiaat, v. 2024
- 5) Terveyslääkintäsuosituksen mukaan liian vähän liikkuvien osuus (%) 20 - 64-vuotiaat, v. 2024
- 6) Lihavien osuus (kehon painoindeksi BMI  $\geq$  30 kg/m<sup>2</sup>) (%) 20 - 64-vuotiaat, v. 2024
- 7) Terveystensä keskitasoisiksi tai sitä huonommaksi kokevien osuus (%) 20 - 64-vuotiaat, v. 2024

Lähde: Terve Suomi 2024 -kyselytutkimus, THL & PYLL-raportti 2018-2022, FCG

# Hyvinvoinnin tila Ikääntyneet



**KEUSOTE**  
Keski-Uudenmaan hyvinvointialue



### Psyykinen kuormittuneisuus <sup>1)</sup>

Keusote: 11,6 %	Koko maa: 9,7 %
Miehet: 9,8 %	Naiset: 12,8 %

### Taloudelliset haasteet <sup>2)</sup>

Keusote: 11,6 %	Koko maa: 9,8 %
Miehet: 12 %	Naiset: 11,4 %

### Koettu yksinäisyys <sup>3)</sup>

Keusote: 11,4 %	Koko maa: 9,7 %
Miehet: 10,3 %	Naiset: 12,2 %

### Lähisuhdeväkivalta <sup>4)</sup>

Keusote: 11,2 %	Koko maa: 9,5 %
Miehet: 10,4 %	Naiset: 12 %

### Liikkuminen <sup>5)</sup>

Keusote: 62,3 %	Koko maa: 64,6 %
Miehet: 58,2 %	Naiset: 65,1 %

### Lihavuus <sup>6)</sup>

Keusote: 24,1 %	Koko maa: 22,2 %
Miehet: 21,1 %	Naiset: 26,2 %

### Koettu terveys <sup>7)</sup>

Keusote: 46,3 %	Koko maa: 47,3 %
Miehet: 46,2 %	Naiset: 46,3 %

- 1) Psyykkisesti merkittävästi kuormittuneet (%) 65 v. täyttäneet, v. 2024
- 2) Rahanpuutteen vuoksi ruoasta, lääkkeitä tai lääkärikäynneistä tinkimään joutuneiden osuus (%) 65 v. täyttäneet, v. 2024
- 3) Itsensä yksinäiseksi tuntevien osuus (%), 65 vuotta täyttäneet, v. 2024
- 4) Fyysistä tai henkistä lähisuhdeväkivaltaa kokeneiden osuus (%) 20-74 vuotiaat, v. 2024
- 5) Terveyslääkintasuosituksen mukaan liian vähän liikkuvien osuus (%) 65 v. täyttäneet, v. 2024
- 6) Lihavien osuus (kehon painoindeksi BMI  $\geq$  30 kg/m<sup>2</sup>) (%) 65 v. täyttäneet, v. 2024
- 7) Terveytensä keskitasoisiksi tai sitä huonommaksi kokevien osuus (%) 65 v. täyttäneet, v. 2024

Lähde: Terve Suomi 2024 –kyselytutkimus, THL

# Yhteenveto hyvinvoinnin tilasta

- Hyvinvointialueen väestö kasvaa; lasten / nuorten osuus pienenee ja ikääntyneiden kasvaa
- Lasten ja nuorten mielen hyvinvointiin liittyy haasteita, esim. joka kolmas yläkouluikäinen tyttö kokee kohtalaista tai vaikeaa ahdistuneisuutta
- Haasteita ravitsemukseen ja päihteisiin liittyen; aamupalan ja koululounaan syöminen sekä nikotiinipussit ja sähkösavukkeet
- Ylipainoon ja lihavuuteen liittyvät haasteet koko väestön osalta
- Työikäisillä psyykinen kuormittuneisuus ja työssä jaksaminen haasteina
- Aikuisväestön taloudellisten haasteet kasvussa; työttömien työnhakijoiden määrä sekä perustoimeentulotukea saavien määrä kasvussa
- Lähisuhdeväkivallan lisääntyminen aikuisväestössä
- Ikääntyneiden osalta koettu yksinäisyys

### 3. Alueellinen hyvinvointisuunnitelma 2026-2030



**KEUSOTE**  
Keski-Uudenmaan hyvinvointialue

# 3.1. Alueellinen hyvinvointisuunnitelma 2026-2030 painopisteet ja tavoitteet



Painopiste	Tavoite	Toimenpide (esim.)	Mittari (esim.)	Vastuu
1. Aukkaille hyvät arjen rutiinit (Edistetään asukkaiden fyysistä, psyykkistä, sosiaalista ja kulttuurista aktiivisuutta tukemalla arjen rutiineja, elintapoja ja kulttuuriosallistumista)	Alueellisen elintapaohjauksen kehittäminen yhdyspinnoilla	<ul style="list-style-type: none"> <li>Elintapaohjauksen viitekehyksen toimeenpano jatkuu</li> <li>Digitaaliset hoitopolut OmaKeusotessa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Elintapaneuvonnan toteutuminen tyyppin 2 diabetesriskissä oleville Käypä hoito-suositusten mukaisesti, hyte-kerroin</li> <li>Vaikuttavuusmittarit? Kysy Sirpa tai HannaP</li> </ul>	
	Osallisuuden sekä osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuuksien edistäminen	<ul style="list-style-type: none"> <li>Hyvinvointialueen osallisuusohjelman päivittäminen osana alueellista hyvinvointisuunnitelmaa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Hyvinvointialueen osallisuusohjelman mittarit</li> </ul>	
	Kulttuurihyvinvoinnin suunnitelmallinen integrointi hyvinvointialueen hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen rakenteisiin	<ul style="list-style-type: none"> <li>Alueellisen kulttuurihyvinvointisuunnitelman hyväksyminen osana alueellista hyvinvointisuunnitelmaa ja sen toimeenpano</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kulttuurihyvinvointisuunnitelman mittarit</li> </ul>	

Painopiste	Tavoite	Toimenpide	Mittari	Vastuu
<b>2. Asukkaille turvallinen arki</b>	Vähennetään kotitapaturmia ja ehkäistään kaatumisia	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kaatumisen ennaltaehkäisyntoimintamallin toimeenpano jatkuu</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Lonkkamurtumat 65-vuotta täyttäneillä, hyte-kerroin</li> </ul>	
	Ehkäistään väkivaltaa / lähisuhdeväkivaltaa ja koulukiusaamista	<ul style="list-style-type: none"> <li>Rakenteiden luominen hyvinvointialueelle väkivallan ehkäisytyöhön</li> <li>Lähisuhdeväkivallan ehkäisyntoimintamallin toimeenpanon jatkaminen</li> <li>Palvelupolut OmaKeusoteen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Alueelliset työryhmät luotu hyvinvointialueelle</li> <li>THL:n lähisuhdeväkivallan mittarit</li> <li>Pidetyt avainhenkilökoulutukset</li> <li>OmaKeusoteen viedyt palvelupolut</li> </ul>	
	Vahvistetaan turvallisuuden tunnetta eri ikäryhmissä	<ul style="list-style-type: none"> <li>Koulutukset ja materiaalit arjen turvallisuuteen sekä omatoimiseen varautumiseen liittyen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Pidetyt koulutukset</li> </ul>	
	Vähennetään päihteiden käyttöä	<ul style="list-style-type: none"> <li>Alueellisen ehkäisevän päihde- ja riippuvuustyön suunnitelman päivittäminen</li> <li>Digitaaliset hoitopolut OmaKeusotessa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Alueellisen päihde- ja riippuvuustyön suunnitelman mittarit</li> <li>Alkoholin mini-intervention toteutuminen, kun juomiseen liittyy haitta tai haittariski, hyte-kerroin</li> </ul>	

Painopiste	Tavoite	Toimenpide	Mittari	Vastuu
<p><b>3. Asukkaiden mielen hyvinvoinnin ja työ- ja toimintakyvyn vahvistaminen</b> (Tuetaan asukkaiden mielen hyvinvointia sekä työ-, toiminta- ja oppimiskykyä vahvistamalla elintapoja, resilienssiä*) ja palvelujen saavutettavuutta)</p> <p>*) Resilienssiä voidaan vahvistaa esim. mielen hyvinvoinnin tukemisella, sosiaalisten verkostojen ja osallisuuden vahvistamisella, elintapaohjauksella ja palvelujen saavutettavuudella sekä digitaitojen ja kansalaistaitojen kehittämisellä</p>	<p>Vahvistetaan asukkaiden mielen hyvinvointia</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Elintapaohjauksen viitekehysten toimeenpano</li> <li>• Palvelujen väliin jäävien tunnistaminen ja nivelvaiheiden vahvistaminen; palvelupolut</li> <li>• Digituen ja -palvelujen hyödyntäminen palvelujen saavutettavuuden parantamisessa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lastenneuvolan 4-vuotiaiden terveystarkastuksista poisjäävien tuen tarpeen selvittäminen, hyte-kerroin</li> <li>• Kouluterveydenhuollon 8-luokkalaisten terveystarkastuksista poisjäävien tuen tarpeen selvittäminen, hyte-kerroin</li> <li>• Kansalliset mielen hyvinvointia kuvaavat mittarit, THL</li> </ul>	
	<p>Tuetaan asukkaiden työ-, toiminta- ja oppimiskykyä</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• TE-palvelujen yhteistyö kuntoutuspalvelut ja mielenterveyden tukipalvelut</li> <li>• Palvelujen väliin jäävien tunnistaminen ja nivelvaiheiden vahvistaminen; palvelupolut</li> <li>• Digituen ja -palvelujen hyödyntäminen palvelujen saavutettavuuden parantamisessa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Työttömien toteutuneiden terveystarkastusten osuus, hyte-kerroin</li> <li>• Perustoimeentulotukea pitkäaikaisesti saaneet 25-64 vuotiaat, hyte-kerroin</li> <li>• Mielenterveyshäiriöiden vuoksi työkyvyttömyyseläkettä saavat 18-34 vuotiaat, hyte-kerroin</li> </ul>	

## 3.2. Keski-Uudenmaan hyvinvointialueen Osallisuusohjelma



**KEUSOTE**  
Keski-Uudenmaan hyvinvointialue



Osallisuus on kuulumista ja kuulluksi tulemista. Osallinen ihminen kokee olevansa merkityksellinen osa kokonaisuutta. Hän tulee kuulluksi itsenään ja vaikuttaa elämänsä kulkuun ja yhteisiin asioihin.

- Ymmärrettävä kieli
- **Ajantasainen, monipuolinen tiedottaminen**
- Omahoito, itseasiointi
- Ohjaus ja neuvonta
- Saavutettavuus

Osallisuus tiedonsaannissa

Osallisuus palvelutilanteessa

- Kohdatuksi ja kuulluksi tuleminen
- **Asiakaspalaute**
- Asiakkaan oma vastuun huomioiminen
- Vaikuttaminen omassa palvelussa
- Palvelujen tasavertaisuus
- Vertaistuki

Neljä osallisuuden näkökulmaa

- **Asukaskehittäjät, asiakasraadit, kokemusasiantuntijat**
- Palautteet ja aloitteet
- Järjestöyhteistyö
- Ajantasainen tiedonkeruu
- Kokeileva kulttuuri

Osallisuus Kehittämisessä

Osallisuus päätöksenteossa

- **Puntaroivat asukas- ja henkilöstöpaneelit**
- Vaikuttamistoimielimet
- Aloitteet



## Osallisuuden sekä osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuuksien edistäminen huomioiden erityisryhmien tarpeet

Tavoite	Toimenpide	Mittarit
Edistetään osallisuutta tiedonsaannissa	Ulkoisten hyte-verkkosivujen ylläpito	Kävijämäärät (N)
Edistetään osallisuutta palvelutilanteessa	Huolen puheeksi –koulutukset Asiakaskokemuksen mittaaminen ja hyödyntäminen Dialogisten verkostoneuvonpitojen hyödyntäminen asiakastilanteissa Kettuluuta-toiminta	Koulutuksiin osallistuneet (N) Asiakaspalaute NPS Väittämien %-osuudet Kaikki Keusoten palvelut saavat asiakaspalautetta Roidun kautta Veko-toiminnan mittarit
Edistetään osallisuutta kehittämisessä	Asukaskehittäjätoiminta Kettuluuta-toiminta Hehku-toimintamalli	Asukaskehittäjätoiminnan mittarit
Edistetään osallisuutta päätöksenteossa	Asukas- ja henkilöstöpaneelit	NPS ja Osallistujat (N)

## 3.3. Kulttuurihyvinvointisuunnitelma



# Kulttuurihyvinvointi

- Kulttuurihyvinvointi tarkoittaa yksilön ja yhteisön kokemaa hyvinvointia, joka syntyy kulttuuriseen toimintaan osallistumisesta, kulttuurin kokemisesta ja sen tuottamisesta.
- Kattaa sekä psyykkisen, sosiaalisen että henkisen hyvinvoinnin ulottuvuudet, ja se voi ilmetä esimerkiksi:
  - Osallisuuden kokemuksena: Mahdollisuus osallistua kulttuuritoimintaan vahvistaa yhteisöllisyyttä ja identiteettiä.
  - Elämänlaadun parantumisenä: Kulttuuri tuo merkityksellisyyttä, iloa ja inspiraatiota arkeen.
  - Terveiden tukemisenä: Kulttuurinen osallistuminen voi lievittää stressiä, tukea mielenterveyttä ja edistää kokonaisvaltaista hyvinvointia.
  - Yhdenvertaisuuden ja saavutettavuuden edistämisenä: Kulttuurihyvinvointi kuuluu kaikille, ja sen toteutuminen edellyttää esteettömiä ja saavutettavia palveluja.

Tavoite	Alatavoitteet / Toimenpiteet	Mittarit	Vastuu	Huom!
<b>Kulttuurihyvinvoinnin suunnitelmallinen integrointi hyvinvointialueen rakenteisiin</b>	Sisällytetään kulttuurihyvinvointi osaksi alueellista hyvinvointisuunnitelmaa	<ul style="list-style-type: none"> <li>Osana alueellista hyvinvointisuunnitelmaa k/e</li> </ul>	Keusote	
	Toimitaan monialaisessa kulttuuriverkostossa <ul style="list-style-type: none"> <li>Määritetään kuntien ja Keusoten yksikkökohtaiset yhdyshenkilöt ja perustetaan alueellinen kulttuuriverkosto</li> <li>Kulttuuritietoisuuden lisääminen; kulttuurin tapahtumakalenterit ja kansallinen kulttuuripankki</li> <li>Koulutus- yms. tapahtumat kulttuuritietoisuuden lisäämiseksi</li> <li>Viestitään kulttuurihyvinvoinnista saavutettavasti ja esteettömästi</li> <li>Varmistetaan kulttuurihyvinvointipalvelujen saatavuus ja saavutettavuus; poistetaan osallistumisen esteitä</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Alueellinen kulttuuriverkosto perustettu k/e</li> <li>Kansallisen kulttuuripankin mittarit (?)</li> <li>Koulutukset tms. tapahtumat</li> <li>Viestinnän mittarit, esim. Keusote</li> <li>Kaikukortti-mittarit</li> </ul>	Keusote, kunnat, III sektori	
	Tunnistetaan kulttuurihyvinvoinnin kannalta keskeiset palvelupolut ja kuvataan ne.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kuvatut palvelupolut k/e, N</li> </ul>	Alueellinen kulttuuri-verkosto	
	Integroidaan kulttuurihyvinvointi osaksi sote-palveluja: <ul style="list-style-type: none"> <li>Tunnistetaan ja ohjataan asiakkaita hyvinvointia tukeviin kulttuuripalveluihin</li> <li>Raportoidaan kulttuurihyvinvointisuunnitelman toteutumisesta vuosittain alueellisessa hyvinvointikertomuksessa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kuvatut palvelupolut k/e, N</li> <li>Toteutuneet tapahtumat ja osallistujat, N</li> <li>Raportointi alueellisessa hyvinvointikertomuksessa k/e</li> </ul>	Keusote, kunnat, III sektori	

## 4. Toimeenpano ja seuranta



**KEUSOTE**  
Keski-Uudenmaan hyvinvointialue

# Hyvinvointisuunnitelman toimeenpano ja seuranta

- Alueellinen hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen ryhmä vastaa suunnitelman toimeenpanosta, seurannasta ja raportoinnista
- Tavoitteiden toteutumisen raportointi ja niiden mahdollinen tarkentaminen tehdään vuosittain osana alueellista hyvinvointikertomusta
- Vuosittaiset hyte-painopisteet sovitaan hyte-neuvotteluissa siten, että ne tukevat alueellisen suunnitelman painopisteitä
- Alueellisen hyvinvointisuunnitelman kohdennetut suunnitelmat osaltaan täydentävät ja tarkentavat tavoitteita ja toimenpiteitä, esim. palveluketjuittain

## 5. Liitteet

- Alueellinen hyvinvointikertomus 2020-2024
- Valmistelun tiekartta





# Liite 1.: Alueellinen hyvinvointikertomus 2026-2030

- [Alueellinen hyvinvointikertomus 2020-2024](#) (Keusote valtuusto 12.6.2025, §58)
- Hyvinvoinnin tilan kuvauksessa tietolähteinä käytetty mm.:
  - Kouluterveyskysely 2025, THL
  - Terve Suomi 2024, THL
  - Kansallinen terveysindeksi 2019-2023, THL
  - FinLapset –rekisteriseuranta, THL
  - PYLL-raportti 2018-2022, Keusote (FCG)
  - Väestörakenne, Tilastokeskus

## Liite 2. Alueellisen hyvinvointisuunnitelman 2026-2030 valmistelu

- Alueellisen hyvinvointisuunnitelman valmisteluun ovat osallistuneet useat eri toimijat, jotka osaltaan vastaavat hyvinvoinnin ja terveyden edistämistyöstä:
  - Keski-Uudenmaan hyvinvointialue
  - Hyvinkään kaupunki
  - Järvenpään kaupunki
  - Mäntsälän kunta
  - Nurmijärven kunta
  - Pornaisten kunta
  - Tuusulan kunta
  - Keski-Uudenmaan järjestöneuvottelukunta & Hyvinkään yhdistykset ry.
  - Keski-Uudenmaan pelastuslaitos
  - HUS
  - Laurea-ammattikorkeakoulu
  - Hyvinkään ev.lut seurakunta
- Alueellista hyvinvointisuunnitelmaa on työstetty alueellisissa työpajoissa hyte-toimijoiden, Keusoten asukaskehittäjien, Keusoten henkilöstön sekä muiden toimijoiden kanssa.

# Liite 3.: Alueellisen hyvinvointisuunnitelman 2026-2030 tiekartta

**12.9.2024  
Työpaja**

PYLL 2018-2022,  
FCG

Kansallinen  
terveysindeksi  
2019-2022, THL

Alueellisen  
hyvinvointi-  
suunnitelman  
tavoitteiden  
tarkastelu

**Alueen  
johdon  
foorumi  
16.1.2025**

Alueelliset hyte-  
painopisteet  
2025-2026  
Suuntaviivat uuden  
alueellisen  
hyvinvointi-  
suunnitelman  
valmistelulle

**Järjestö-  
treffit 2025**

Järvenpää,  
5.3.2025

Nurmijärvi,  
18.3.2025

Tuusula, 1.4.2025

Mäntsälä, 3.4.2025

Hyvinkää, 9.4.2025

- Laurean opiskelijat 5.3.2025
- Nurmijärven esiopetusikäisten ajatukset hyvinvointiin liittyen 4/2025

**Alueellinen  
hyvinvointi-  
kertomus  
2020-2024**

Kehitys- ja  
tulevaisuuslautaku-  
nta 7.5.2025 (§ 7)  
Aluehallitus  
13.5.2025 (§ 102)  
Aluevaltuusto  
12.6.2025 (§ 58)

- THL  
Kansallinen  
terveysindeksi  
2023
- Terve Suomi  
2024, THL

**Aluehyte  
työpaja  
27.8.2025**

Linjaukset  
alueellisen  
hyvinvointisuunnit-  
elman  
valmistelulle  
Paikallisten  
painopisteiden  
esittely

**Työpajat  
asukas-  
kehittäjät  
(23.10.) ja  
Keusoten  
henkilöstö  
(11.11.)**

- Kouluterveys-  
kysely 2025,  
17.9.2025  
(THL)
- Laurean  
opiskelijat  
30.9.2025

**Keusoten  
vaikuttamis-  
toimielimet,  
lautakunnat,  
hallitus;  
työpajat /  
iltakoulut**

**Hyväksyntä  
12/2025**



**KEU**

Keski-Uudenmaan hyvinvointialue

- Alueellisen lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelman valmistelun työpaja 8.10.2025

# Hyvinvointia yhdessä

KEUSOTE.FI



**KEUSOTE.FI**