KEUSOTE
Keski-Uudenmaan hyvinvointialue

Hyvinvointi- ja terveyseroja kaventamassa

Alueellinen hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen

Alueellinen vammaisneuvosto 5.11.2026

Tero Seitsonen & Olli Laiho

KEUSOTE.FI

Hyvinvointialuestrategia ja – palvelustrategia ohjaavat

Hyvinvointisuunnitelmat

Tiedolla johtaminen ja vaikuttavuus

Alueellinen hyvinvointisuunnitelma 2026-2030 ja –kertomus

sis. Alueellinen kulttuurihyvinvointisuunnitelma ja Keusoten osallisuusohjelma

Alueellinen lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma 2026-2030

Alueellinen opiskeluhuoltosuunnitelma

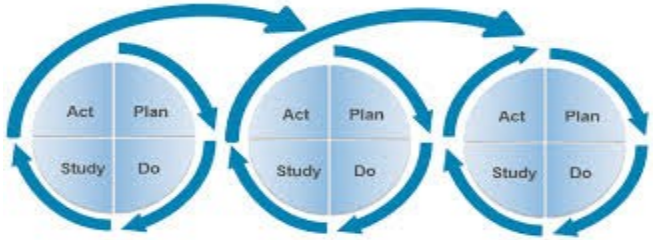
Perhekeskuksen toimintasuunnitelma

Alueellinen neuvolasuunnitelma

Alueellinen ikääntyneiden hyvinvointisuunnitelma 2026-2030

Alueellinen vammaisten henkilöiden hyvinvointisuunnitelma 2026-2030

Alueellinen ehkäisevän päihde- ja riippuvuustyön suunnitelma 2026-2030



KEUSOTE
Keski-Uudenmaan hyvinvointialue


TAVOITTEET
• Alueellisen elintapaohjauksen kehittäminen
• Osallisuuden ja osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuuksien edistäminen
• Kulttuurihyvinvoinnin suunnitelmallinen integrointi hyvinvointialueen hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen rakenteisiin
• Vähennetään kotitapaturmia ja ehkäistään kaatumisia
• Väkivallan, esim. lähisuhdeväkivallan ja kouluväkivallan ehkäisy
• Vahvistetaan turvallisuuden tunnetta eri ikäryhmissä
• Päihteiden käytön vähentäminen
• Vahvistetaan asukkaiden mielen hyvinvointia
• Tuetaan asukkaiden työ-, toiminta- ja oppimiskykyä
PAINO-PISTEET
Asukkaille hyvät arjen rutiinit
Asukkaille turvallinen arki
Asukkaiden mielen hyvinvoinnin ja työ- ja toimintakyvyn vahvistaminen
Alueellinen hyvinvointisuunnitelma 2026-2030
Hyvinvointialueen strategia 2026-2030: Hyvinvointia ja turvallisuutta asukkaille yhdessä
KEUSOTE
Keski-Uudenmaan hyvinvointialue

Painopiste	Tavoite	Toimenpide	Mittari	Vastuu
1. Asukkaille hyvät arjen rutiinit (Edistetään asukkaiden fyysistä, psyykkistä, sosiaalista ja kulttuurista aktiivisuutta tukemalla arjen rutiineja, elintapoja ja kulttuuriosallistumista)	Alueellisen elintapaohjauksen kehittäminen yhdyspinnoilla	• Elintapaohjauksen viitekehyksen toimeenpano jatkuu; Onnikka-painonhallintaohjelman pilotointi • Digitaaliset hoitopolut OmaKeusotessa, esim. elintapaohjaus, lihavuus, diabetes • Uudenmaan hyvinvointipolut –hanke • Omaishoidon hanke	• Elintapaneuvonnan toteutuminen tyypin 2 diabetesriskissä oleville Käypä hoito-suositusten mukaisesti, hyte-kerroin • Vaikuttavuusmittarit • Hankkeiden mittarit	Keusote
	Osallisuuden sekä osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuuksien edistäminen	• Hyvinvointialueen osallisuusohjelman päivittäminen osana alueellista hyvinvointisuunnitelmaa	• Hyvinvointialueen osallisuusohjelman mittarit; mm. asukaskehittäjät (N), tilaisuuksien määrä (N), asukas- ja henkilöstöpaneelit NPS ja osallistujat (N), asukaskokemuksen mittarit, dialogiset verkostoneuvonpidot	Keusote
	Kulttuurihyvinvoinnin suunnitelmallinen integrointi hyvinvointialueen hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen rakenteisiin	• Alueellisen kulttuurihyvinvointisuunnitelman hyväksyminen osana alueellista hyvinvointisuunnitelmaa ja sen toimeenpano • Kaikukortti	• Kulttuurihyvinvointi-suunnitelman mittarit • Kaikukortin mittarit (Koettu vaikutus, Jaetut kortit N & Keusote/kunnat)	Keusote

Painopiste	Tavoite	Toimenpide	Mittari	Vastuu
2. Asukkaille turvallinen arki	Vähennetään kotitapaturmia ja ehkäistään kaatumisia	• Kaatumisen ennaltaehkäisyn toimintamallin toimeenpano jatkuu	• Lonkkamurtumat 65-vuotta täyttäneillä, hyte-kerroin	
	Ehkäistään väkivaltaa / lähisuhdeväkivaltaa ja koulukiusaamista	• Rakenteiden luominen hyvinvointialueelle väkivallan ehkäisytyöhön • Lähisuhdeväkivallan ehkäisyn avainhenkilökoulutusten jatkaminen • Palvelupolut OmaKeusoteen	• Alueelliset työryhmät luotu hyvinvointialueelle • THL:n lähisuhdeväkivallan mittarit • Pidetyt avainhenkilökoulutukset • OmaKeusoteen viedyt palvelupolut	
	Vahvistetaan turvallisuuden tunnetta eri ikäryhmissä	• Koulutukset ja materiaalit arjen turvallisuuteen sekä omatoimiseen varautumiseen liittyen	• Pidetyt koulutukset	
	Vähennetään päihteiden käyttöä	• Alueellisen ehkäisevän päihde- ja riippuvuustyön suunnitelman päivittäminen • Digitaaliset hoitopolut OmaKeusotessa	• Alueellisen päihde- ja riippuvuustyön suunnitelman mittarit • Alkoholin mini-intervention toteutuminen, kun juomiseen liittyy haitta tai haittariski, hyte-kerroin	

Painopiste	Tavoite	Toimenpide	Mittari	Vastuu
3. Asukkaiden mielen hyvinvoinnin ja työ- ja toimintakyvyn vahvistaminen (Tuetaan asukkaiden mielen hyvinvointia sekä työ-, toiminta- ja oppimiskykyä vahvistamalla elintapoja, resilienssiä*) ja palvelujen saavutettavuutta) *) Resilienssiä voidaan vahvistaa esim. mielen hyvinvoinnin tukemisella, sosiaalisten verkostojen ja osallisuuden vahvistamisella, elintapaohjauksella ja palvelujen saavutettavuudella sekä digitaitojen ja kansalaistaitojen kehittämisellä	Vahvistetaan asukkaiden mielen hyvinvointia	• Elintapaohjauksen viitekehyksen toimeenpano • Palvelujen väliin jäävien tunnistaminen ja nivelvaiheiden vahvistaminen; palvelupolut • Digituen ja -palvelujen hyödyntäminen palvelujen saavutettavuuden parantamisessa	• Lastenneuvolan 4-vuotiaiden terveystarkastuksista poisjäävien tuen tarpeen selvittäminen, hyte-kerroin • Kouluterveydenhuollon 8-luokkalaisten terveystarkastuksista poisjäävien tuen tarpeen selvittäminen, hyte-kerroin • Kansalliset mielen hyvinvointia kuvaavat mittarit, THL	
	Tuetaan asukkaiden työ-, toiminta- ja oppimiskykyä	• TE-palvelujen yhteistyö kuntoutuspalvelut ja mielenterveyden tukipalvelut • Palvelujen väliin jäävien tunnistaminen ja nivelvaiheiden vahvistaminen; palvelupolut • Digituen ja -palvelujen hyödyntäminen palvelujen saavutettavuuden parantamisessa	• Työttömien toteutuneiden terveystarkastusten osuus, hyte-kerroin • Perustoimeentulotukea pitkäaikaisesti saaneet 25-64 vuotiaat, hyte-kerroin • Mielenterveyshäiriöiden vuoksi työkyvyttämyyseläkettä saavat 18-34 vuotiaat, hyte-kerroin	

- Vammaisten henkilöiden osallisuuden ja osallistumis- sekä vaikuttamismahdollisuuksien edistäminen
- Syrjäytymisvaarassa olevien vammaisten henkilöiden varhainen tunnistaminen ja tukeminen

- Turvallisen asumisen mahdollistaminen
- Väkivallan ehkäisy
- Päihteiden käytön vähentäminen

- Vammaisten henkilöiden mielen hyvinvoinnin ja työ- ja toimintakyvyn vahvistaminen
- Koetun yksinäisyyden vähentäminen
- Vammaisten henkilöiden työllistymisen ja koulutuspolkujen tukeminen

Alueellinen vammaisten henkilöiden hyvinvointisuunnitelma 2026-2030

Asukkaille hyvät arjen rutiinit

Asukkaille turvallinen arki

Asukkaiden mielen hyvinvoinnin ja työ- ja toimintakyvyn vahvistaminen

Alueellinen hyvinvointisuunnitelma 2026-2030

Hyvinvointialueen strategia 2026-2030: Hyvinvointia ja turvallisuutta asukkaille yhdessä

KEUSOTE
Keski-Uudenmaan hyvinvointialue

Painopiste 1

Painopiste (alueellinen hyvinvointisuunnitelma)	Tavoite	Toimenpide	Mittari
1. Asukkaille hyvät arjen rutiinit (Edistetään asukkaiden fyysistä, psyykkistä, sosiaalista ja kulttuurista aktiivisuutta tukemalla arjen rutiineja, elintapoja ja kulttuuriosallistumista)	• **Vammaisten henkilöiden osallisuuden ja osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuuksien edistäminen**	• Hyvinvointialueen osallisuusohjelman toimeenpano, esim. asukaskehittäjätoiminta, asukaspaneelit, asiakaskokemus • Keusoten hyte-sivujen tarjonnan hyödyntäminen vammaispalvelujen asiakasohjauksessa, ml. Tapahtumakalenteri • Vaikuttamistoimielimen hyödyntäminen asioiden valmistelussa • Kulttuurihyvinvoinnin kehittäminen alueellisesti, ml. Kaikukortin hyödyntäminen	• Osallisuuden mittarit, esim. asukaskehittäjät (N), tilaisuuksien määrä (N), asukaspaneelien NPS ja osallistujat (N), asukaskokemuksen mittarit • Verkkosivujen käyntimäärät • Kuvaus lausuntopyynnöistä
	• ***Syrjäytymisvaarassa olevien vammaisten henkilöiden varhainen tunnistaminen ja tukeminen (IKVA-ltk 22.4.2026)***		

KEUSOTE
Keski-Uudenmaan hyvinvointialue

Painopiste 2

Painopiste (alueellinen hyvinvointisuunnitelma)	Tavoite	Toimenpide	Mittari
2. Asukkaille turvallinen arki	• **Turvallisen asumisen mahdollistaminen**	• Asunnon muutostyöt • Henkilökohtainen apu • Asumisen tuki • Yhdyspintatyö asumisen ratkaisut ja turvalliset asuinympäristöt työryhmässä	• THL:n asunnon muutostyöt, N
	• **Väkivallan ehkäisy, esim. lähisuhdeväkivalta, taloudellinen väkivalta, digitaalinen väkivalta**	• Avainhenkilökoulutukset henkilöstölle lähisuhdeväkivallan tunnistamisen ja puheeksi oton parantamiseksi; tietoisuus väkivallan eri muodoista • Palvelupolut OmaKeusoteen • Ohjaus, neuvonta ja tiedottaminen teemaan liittyen, esim. Nettiturvallisuus	• Pidetyt avainhenkilökoulutukset, osallistujat N ja NPS • Palvelupolut K/E
	• **Päihteiden käytön vähentäminen**	• Alueellisen ehkäisevän päihde- ja riippuvuustyön suunnitelman päivittäminen • Digitaaliset hoitopolut OmaKeusotessa, esim. nikotiinittomuus • Elintapaohjaus, ml. Päihteiden käyttö	• Alkoholikäytön mini-interventio (hyte-kerroin) • OmaKeusoten mittarit • Elintapaneuvonta tyypin 2 diabetesriskissä oleville (hyte-kerroin)

KEUSOTE
Keski-Uudenmaan hyvinvointialue

Painopiste 3

Painopiste (alueellinen hyvinvointisuunnitelma)	Tavoite	Toimenpide	Mittari
3. Asukkaiden mielen hyvinvoinnin ja työ- ja toimintakyvyn vahvistaminen (Tuetaan asukkaiden mielen hyvinvointia sekä työ-, toiminta- ja oppimiskykyä vahvistamalla elintapoja, resilienssiä ja palvelujen saavutettavuutta)	• **Vammaisten henkilöiden mielen hyvinvoinnin ja työ- ja toimintakyvyn vahvistaminen**	• Digituen ja -palvelujen hyödyntäminen palvelujen saavutettavuuden parantamisessa, esim. OmaKeusote, Terveyskylä.fi, Terapianavigaattori • Elintapaohjauksen toimeenpano	
	• **Koetun yksinäisyyden vähentäminen**	• Osallisuuden edistäminen ja osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuudet • Keusoten hyte-sivujen tarjonnan hyödyntäminen vammaispalvelujen asiakasohjauksessa, ml. Tapahtumakalenteri • Kulttuurihyvinvoinnin kehittäminen alueellisesti	• Koettu yksinäisyys, Kouluterveyskysely, THL • Koettu yksinäisyys, TerveSuomi, THL
	• ***Vammaisten henkilöiden työllistymisen ja koulutuspolkujen tukeminen (IKVA-ltk 22.4.2026)***		

KEUSOTE
Keski-Uudenmaan hyvinvointialue



KEUSOTE
Keski-Uudenmaan hyvinvointialue

Painopiste	Tavoite	Toimenpide	Mittari
1. Asukkaille hyvät arjen rutiinit (Edistetään asukkaiden fyysistä, psyykkistä, sosiaalista ja kulttuurista aktiivisuutta tukemalla arjen rutiineja, elintapoja ja kulttuuriosallistumista)	Osallisuuden sekä osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuuksien edistäminen	Toteutetaan yhteistyössä Nuorten akatemian ja THL:n kanssa keväällä 2026 Järvenpäässä kokeilu. Kokeilussa käydään viidesluokkalaisten ja yhdeksäsluokkalaisten läpi kouluterveyskyselyn tuloksia johdetusti ja pohditaan ratkaisuja päihteiden käytön vähentämiseksi – kokeilun perusteella pohditaan miten vastaavanlaista toimintaa voisi toteuttaa muissa kunnissa	Toteutuneet keskustelut,kerrat,osallistujat ja niistä saatu palaute
		Ehkäisevä päihdetyö kuuluu kaikille: Vuosittainen ilmiötyöpajatyöskentely alueen toimijoiden kanssa	Toteutuneet ilmiötyöpajat, määrä / kerrat ja osallistujat ja niistä seuraavien toimenpiteiden seuraaminen
		Huolehditaan ehkäisevään päihdetyöhön liittyvistä tapahtumista ja yhteisistä koulutuksista tiedottamisesta/toteuttamisesta alueella • päihdetietoisuuden lisääminen • puheeksi ottaminen	Toteutuneet koulutukset ja tapahtumat määrä / kerrat ja osallistujat
		Tuodaan esiin hyviä toimintakäytäntöjä säännöllisesti alueellisessa ehkäisevän päihdetyön ryhmässä	Toteutuneet hyvien käytäntöjen esittelyt
		Toteutetaan alueen asukkaille yhtenäinen päihdekysely syksyllä 2026 yhteistyössä Länsi- Uudenmaan -, Vantaa-Keravan-, ja Itä-Uudenmaan hyvinvointialueen	Toteutunut kysely niistä seuraavien toimenpiteiden seuraaminen

Painopiste	Tavoite	Toimenpide	Mittari
2. Asukkaille turvallinen arki	Vähennetään päihteiden käyttöä ja ehkäistään riippuvuuksia	Nikotiinituotteet • Tupakka- ja nikotiinivieroituksen toimintamallin laaja jalkauttaminen ja -yhdyshenkilöverkoston toiminnan vakiinnuttaminen • Alkoholi (kaikki) o Vahvistetaan AUDIT- ja AUDIT-C -testien toteuttamista palveluissa sekä mini-intervention tekemistä riskirajan ylittyessä (toimintamalli, osaaminen) • Rahapelaaminen perhekeskussuunnitelman tavoite o Verkkovanhempainilta rahapelihaitoista sekä viestinnällinen kampanjointi yhdessä perhepalvelujen kanssa(perhekeskussuunnitelma) o Puheeksioton vahvistaminen rahapelihaitoista • Ponnari – hanke - Tavoite ehkäistä nuorten huumekuolemia ja parantaa päihdepalvelujen saavutettavuutta Keusoten alueella. Mm(Hanke kytkeytyy THL:n Elossa 2025–2027 –ohjelmaan) • Matalan kynnyksen tuki - jalkautuva työ(Ponnaritiimi) • kehitetään yhteistä reagointimallia ja viestintäkanavia(Sosiaalitoimen, terveydenhuollon, etsivän nuorisotyön, oppilaitosten ja kolmannen sektorin työntekijät) • nuorten pääsyn päihdehoitoon nopeuttaminen ja katkeamattomien palveluketjujen varmistaminen • vahvistamalla yliannostusten ehkäisyä esimerkiksi naloksonikoulutusten ja -jakelun avulla • Elintapaohjaus: liikunta, ravitsemus, uni, alkoholin ja lääkkeiden yhteisvaikutukset	• Tupakka- ja nikotiinituotteiden käytön mini-interventiot (IHA22) ja laajemmat interventiot (IHA30), muutos suhteessa ed. vuoteen • Alkoholin risiki- ja haitallisen käytön mini-interventiot (IHA21), muutos suhteessa ed. vuoteen • Verkkovanhempainilta rahapelihaitoista 1x/v • Hankkeen aikana kerätään jatkuvaa palautetta sekä nuorilta että yhteistyötahoilta. • Kokemusasiantuntijat ovat aktiivisesti mukana tiimin toiminnassa ja arvioinnissa. • Palautteen ja tilastotiedon perusteella toimintaa kehitetään koko hankekauden ajan.

Painopiste	Tavoite	Toimenpide	Mittari
3. Asukkaiden mielen hyvinvoinnin ja työ- ja toimintakyvyn vahvistaminen (Tuetaan asukkaiden mielen hyvinvointia sekä työ-, toiminta- ja oppimiskykyä vahvistamalla elintapoja, resilienssiä*) ja palvelujen saavutettavuutta)	Vahvistetaan asukkaiden mielen hyvinvointia	• Yhteistyö järjestöjen kanssa yksinäisyyteen ja tukeen liittyvässä toiminnassa	•Yksinäisyyttä kokevien määrä (kyselyt, palvelukohtaamiset) • RAI laatuindikaattori yksinäisyys(ikäihmiset) • Koettu yksinäisyys-mittari, TerveSuomi, THL
	Tuetaan asukkaiden työ-, toiminta- ja oppimiskykyä	•Päihdeseulonnat ja neuvonta ikäystävällisesti (Audit-C, alkoholiriskien ohjaus) •Arjen taitojen vahvistaminen: unirytmi, ravinto, lääkkeenotto-ohjaus	• Audit-C tulosten kehitys ja riskikäyttäjien määrä (RAI mittarit, saadaan palveluissa olevat asiakkaat)

Hyvinvointisuunnitelmien toimeenpano ja seuranta

- Alueellinen hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen ryhmä sekä esim. alueellinen Lapsi- ja perhepalvelujen (LAPE) ryhmä vastaa suunnitelman toimeenpanosta, seurannasta ja raportoinnista
- Tavoitteiden toteutumisen raportointi ja niiden mahdollinen tarkentaminen tehdään vuosittain osana alueellista hyvinvointikertomusta
- Hyvinvointisuunnitelmien tavoitteet, toimenpiteet ja mittarit tarkentuvat myös esimerkiksi kuntien paikallisten hyvinvointisuunnitelmien kautta sekä hyvinvointialueen suunnitelmien kautta, mm. Perhekeskuksen toimintasuunnitelma 2026-2030 (hyv. 12.2., LAPE-ryhmä), Opiskeluhuollon alueellinen suunnitelma 2026-2030 ja alueellisen neuvolasuunnitelma 2026-2030
- Alueelliset, monitoimijaiset työpajat toimeenpanon tukena
  - 8.10.2026: Lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma
    - Seurantatyöpajat 11/2026
  - 2.12.2026: Ikääntyneiden hyvinvointisuunnitelma
    - Seurantatyöpaja 1/2027 (?)
  - Talvi / kevät 2027: vammaisten henkilöiden hyvinvointisuunnitelma, EPT-suunnitelma & kulttuurihyvinvointi

KEUSOTE
Keski-Uudenmaan hyvinvointialue



Hyvinvointi ja terveyseroja kaventamassa –
Hyvinvointia yhdessä

KIITOS!

tero.seitsonen@keusote.fi

KEUSOTE.FI