



KEUSOTE
Keski-Uudenmaan hyvinvointialue

Hyvinvointi ja terveyseroja kaventamassa

Alueellinen hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen

Nuorisovaltuusto 2.11.2026

Tero Seitsonen ja Olli Laiho

KEUSOTE.FI

Tiedolla johtaminen ja vaikuttavuus

Alueellinen hyvinvointisuunnitelma 2026-2030 ja –kertomus

sis. Alueellinen kulttuurihyvinvointisuunnitelma ja
Keusoten osallisuusohjelma

Alueellinen lasten ja nuorten
hyvinvointisuunnitelma 2026-2030

Alueellinen
opiskeluhoitosuunnitelma

Perhekeskuksen
toimintasuunnitelma

Alueellinen
neuvolasuunnitelma

Alueellinen ikääntyneiden
hyvinvointisuunnitelma 2026-2030

Alueellinen vammaisten
henkilöiden
hyvinvointisuunnitelma 2026-2030

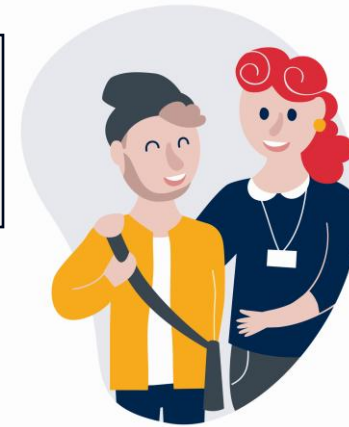
Alueellinen ehkäisevän päihde- ja
riippuvuustyön
suunnitelma 2026-2030



KEUSOTE
Keski-Uudenmaan hyvinvointialue



LASTEN JA NUORTEN PALVELUKETJU



Asiakasohjaus

Varhaisen tuen
toimintamallit, esim.
Messiin-malli

Ohjaus, neuvonta,
palvelutarpeenarvointi

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

Perhekeskuspalvelut:

Äitiys- ja lastenneuvola, ehkäisyneuvola,
opiskeluhoitopalvelut, kohtaamisaikatoiminta,
perheneuvola- ja nuorisotasemapalvelut,
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



- 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

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

Painopiste	Tavoite	Toimenpide	Mittari	Vastuu
1. Aukkaille hyvät arjen rutiinit (Edistetään asukkaiden fyysistä, psyykkistä, sosiaalista ja kulttuurista aktiivisuutta tukemalla arjen rutiineja, elintapoja ja kulttuuriosallistumista)	Alueellisen elintapaohjauksen kehittäminen yhdyspinnoilla	- Elintapaohjauksen viitekehysten toimeenpano jatkuu; Onnikka-painonhallintaohjelman pilotointi - Digitaalet hoitopolut OmaKeusotessa, esim. elintapaohjaus, lihavuus, diabetes - Uudenmaan hyvinvointipolut –hanke - Omaishoidon hanke	- Elintapaneuvonnan toteutuminen tyyppin 2 diabetesriskissä oleville Käypä hoito-suositusten mukaisesti, hyte-kerroin - Vaikutavuusmittarit - 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. Aukkaille 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 - Alkoholien 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)	Vahvistetaan asukkaiden mielen hyvinvointia	• Elintapaohjauksen viitekehysten 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 työkyvyttömyyseläkettä saavat 18-34 vuotiaat, hyte-kerroin	

- Lasten ja nuorten elintapaohjauksen kehittäminen
- Lasten ja nuorten osallisuuden ja osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuuksien edistäminen
- Lasten ja nuorten kulttuurihyvinvoinnin vahvistaminen

- Väkivallan ehkäisy
- Koetun turvallisuuden vahvistaminen
- Päihteiden käytön vähentäminen

- Lasten ja nuorten mielen hyvinvoinnin vahvistaminen ennaltaehkäisevästi ja varhaisen tuen palveluin
- Lasten ja nuorten oppimisen tukeminen

Alueellinen lasten ja nuorten 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

Painopiste (alueellinen hyvinvointisuunnitelma)	Tavoite	Toimenpide	Mittari
1. Aukkaille hyvät arjen rutiinit (Edistetään asukkaiden fyysistä, psyykkistä, sosiaalista ja kulttuurista aktiivisuutta tukemalla arjen rutiineja, elintapoja ja kulttuuriolosuhteita)	Lasten ja nuorten elintapaohjauksen kehittäminen	- OmaKeusote digipolkujen hyödyntäminen (liikunta, suun terveydenhuolto, ravinto, uni) - Perhekeskuksen toimintasuunnitelman painopisteenä elintapaohjauksen vahvistaminen (Peke-suunn.)	- Digipolkujen mittarit - Perhekeskuksen toimintasuunnitelman mittarit
	Lasten ja nuorten osallisuuden sekä osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuuksien edistäminen	- Nuorten kohtaamispaikkatoiminnan käynnistäminen (Peke-suunn.) - Käydään monialaisesti läpi esim. Kouluterveyskyselyn tuloksia kaikkien osallisuus ja osallistuminen huomioiden; Nuorten Akatemian hanke - Lisätään vieraskielisen väestön tietoisuutta palveluista ja mahdollisuuksia hakeutua perhekeskuspalveluihin (Peke-suunn.) - Vanhemmuuden ryhmämuotoinen tukeminen vaikuttavien menetelmin (Peke-suunn.)	
	Lasten ja nuorten kulttuurihyvinvoinnin vahvistaminen	- Kulttuurihyvinvoinnin alueellisten rakenteiden luominen yhdyspintatyön tueksi - Kaikkukortin käyttö	- Kulttuurihyvinvointi-suunnitelman mittarit - Kaikkukortin käytön mittarit

Painopiste (alueellinen hyvinvointisuunnitelma)	Tavoite	Toimenpide	Mittari
2. Aukkaille turvallinen arki	Väkivallan , ml. kouluväkivallan sekä seurusteluväkivallan ehkäisy	- Lähisuhdeväkivallan ehkäisyn alueellisten rakenteiden vahvistaminen yhdyspintatyön tueksi - Osaamisen vahvistaminen väkivallan muotojen tunnistamiseen ja puheeksi ottamiseen - Barnahus-mallin mukainen toiminta	- Alueellinen lähisuhdeväkivallan ehkäisyn työryhmä perustettu K/E - Avainhenkilökoulutuksen mittarit; osallistujat ja palaute (NPS) - Barnahus-verkkokoulutuksen suorittaneet
	Vahvistetaan turvallisuuden tunnetta	- Varautuminen 72 h- infojen toteuttaminen (Peke-suunn.) - Henkinen kriisinkestävyys- miten kertoa lapselle kriiseistä- webinaari yhteistyössä valmiuspäällikön kanssa (Peke-suunn.)	- alueellinen webinaari varautumisesta perhekeskusverkostolle ja vanhemmille; K/E, osallistujat (N) - Miten kertoa lapsille kriiseistä – webinaari; K/E, osallistujat (N)
	Vähennetään päihteiden käyttöä ja ehkäistään riippuvuuksia	- Ehkäisevän päihde- ja riippuvuustyön suunnitelman tavoitteet ja toimenpiteet, sis. nikotiinituotteet, alkoholin ja rahapelaaminen - Irti tupakasta ja muista nikotiinituotteista digipolku, OmaKeusote - Ponnari-hankkeen toimeenpano Nuorisoaseman kanssa yhteistyönä; ehkäistään nuorten huume-kuolemia & nuorten päihdehoidon ja porrasteisuuden kehittäminen	Ponnari-hankkeen mittarit

Painopiste (alueellinen hyvinvointisuunnitelma)	Tavoite	Toimenpide	Mittari
3. Aukkaiden mielen hyvinvoinnin ja työ- ja toimintakyvyn vahvistaminen (Tuetaan asukkaiden mielen hyvinvointia sekä työ-, toiminta- ja oppimiskykyä vahvistamalla elintapoja, resilienssiä ja palvelujen saavutettavuutta)	Lasten ja nuorten mielen hyvinvoinnin vahvistaminen ennaltaehkäisevästi ja varhaisen tuen palveluin	• Lasten ja nuorten mielenterveyden tuen ja hoidon interventioiden vakiintuminen käyttöön, Terapiatakuu (Peke-suunn.) • Kehitetään verkostoyhteistyön toimintamalli lastensuojelun ja HUS nuorisopsykiatrian yhteisasiakkuuksiin (Peke-suunn.) • Eroperheiden lapsille vertaisryhmiä (Peke-suunn.) • Lastensuojelu mukana IntO – Integraatiota Osallistaen –hankkeessa;	• Nuorisoasemien ja perheneuvoloiden sekä opiskeluhoollon psykologien toteuttamien kohdeinterventioiden yhteismäärä • Toteutuneet lasten eroryhmät
	Lasten ja nuorten oppimisen tukeminen	• Opiskeluhoollon alueellisen suunnitelman toimenpiteet	• Opiskeluhoollon suunnitelmassa tarkentuvat mittarit

- Osallisuuden ja osallistumis- sekä vaikuttamismahdollisuuksien vahvistaminen

- Päihteiden käytön vähentäminen ja riippuvuuksien ehkäiseminen

- Mielen hyvinvoinnin ja toimintakyvyn vahvistaminen
- Koetun yksinäisyyden vähentäminen

Alueellinen ehkäisevän päihde- ja riippuvuustyön suunnitelma

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

Painopiste	Tavoite	Toimenpide	Mittari
1. Aukkaille 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 päihdeiden käytön vähentämiseksi – kokeilun perusteella pohditaan miten vastaavanlaista toimintaa voisi toteuttaa muissa kunnissa Ehkäisevä päihdetyö kuuluu kaikille: Vuosittainen ilmiötyöpajatyöskentely alueen toimijoiden kanssa Huolehditaan ehkäisevään päihdetyöhön liittyvistä tapahtumista ja yhteisistä koulutuksista tiedottamisesta/toteuttamisesta alueella • päihdetietoisuuden lisääminen • puheeksi ottaminen Tuodaan esiin hyviä toimintakäytäntöjä säännöllisesti alueellisessa ehkäisevän päihdetyön ryhmässä Toteutetaan alueen asukkaille yhtenäinen päihdekysely syksyllä 2026 yhteistyössä Länsi- Uudenmaan -, Vantaa- Keravan-, ja Itä-Uudenmaan hyvinvointialueen	Toteutuneet keskustelut,kerrat,osallistujat ja niistä saatu palaute Toteutuneet ilmiötyöpajat, määrä / kerrat ja osallistujat ja niistä seuraavien toimenpiteiden seuraaminen Toteutuneet koulutukset ja tapahtumat määrä / kerrat ja osallistujat Toteutuneet hyvien käytäntöjen esittelyt Toteutunut kysely niistä seuraavien toimenpiteiden seuraaminen

Painopiste	Tavoite	Toimenpide	Mittari
2. Aukkaille turvallinen arki	Vähennetään päihteen käyttöä ja ehkäistään riippuvuuksia	Nikotiinituotteet - Tupakka- ja nikotiinivieroituksen toimintamallin laaja jalkauttaminen ja -yhdyshenkilöverkoston toiminnan vakiinnuttaminen - Alkoholi (kaikki) - Vahvistetaan AUDIT- ja AUDIT-C -testien toteuttamista palveluissa sekä mini-intervention tekemistä riskirajan ylittyessä (toimintamalli, osaaminen) - Rahapelaaminen perhekeskussuunnitelman tavoite - Verkkovanhempainilta rahapelihaitoista sekä viestinnällinen kampanjointi yhdessä perhepalvelujen kanssa(perhekeskussuunnitelma) - Puheeksioton vahvistaminen rahapelihaitoista - Ponnari – hanke - Tavoite ehkäistä nuorten huumeakuolemia 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, ravitseminen, 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: unirytm, ravinto, lääkkeenotto-ohjaus	Audit-C tulosten kehitys ja riskikäyttäjien määrä (RAI mittarit, saadaan palveluissa olevat asiakkaat)



Hyvinvointi ja terveyseroja kaventamassa –
Hyvinvointia yhdessä

KIITOS!

tero.seitsonen@keusote.fi / olli.laiho@keusote.fi

KEUSOTE.FI