

# HYTE-palvelujen vahvistaminen työikäisillä

# Tavoitteet

- Hyte-palvelut paremmin löydettäviksi ja hyödynnettäviksi omaehtoisesti ja asiakastyössä.
  - Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen palvelut ovat systemaattinen osa asiakasohjausta.
  - Järjestöjä tuetaan koulutuksin palvelutietovarannon käyttöönotossa.
- Lisätään alueellisesti hyte-palveluja.
  - Tuetaan elintapaohjauksen kokonaisuuden rakentamista (hyte-yksikkö koordinoijana)
  - Alueellisen liikuntaneuvonnan palveluketjun kuvaaminen osaksi elintapaohjauksen kokonaisuutta Varhassa.
  - Lääkkeettömän unettomuuden hoidon mallin käyttöönotto sotekeskuksissa.

# Toteutus/keinot

- Hankkeen toteuttaminen hyte-yksikön rakenteista käsin
  - Elintapaohjauksen pilottina Onnikka-sovellus
- Sidosryhmien tunnistaminen
- Asiakaspolkujen mallit: yhteistyö asiakkuus-yksikön kanssa
- Tarmoa –sovelluksen pilotointi ja PTV:n hyödyntäminen palvelutarjottimen konnissa
- Liikuntaneuvonnan palveluketjun kehittäminen osana elintapaohjauksen kokonaisuutta yhteistyössä kunnat ja HVA
- Koulutetaan n.100 uniohjaajaa yhteistyössä Turun AMK:n täydennyskoulutuksen ja TYKS unihäiriökeskuksen (UHK) kanssa & jalkautetaan malli sote-keskuksiin.

# Elintapaohjauksen kehittäminen Varhassa

Hyvinvointialue/ 8 sote-aluetta

Maakunta/27 kuntaa

Hyte-jaosto

Kuntaneuvottelut

Hyte-  
koordinaattoriverkosto

**Elintapaohjaus,  
vaikuttavat  
toimintamallit**

Elintapaohjauksen kehittäjäverkosto

Hyte-yksikkö elintapaohjauksen tiimi

Varhan palvelutuotanto,  
perusterveydenhuolto, sosiaalipalvelut ja  
ESH sekä virtuaalinen sote-keskus

Yhteistyö kuntatoimijat, kulttuuri-, sivistys- ja liikuntatoimet

Rajattomasti liikuntaa kuntakumppanuusverkosto

PTV/palvelutarjotin

EPT verkosto

**Yhteinen ja yhtenäinen  
palveluketju:**

1. Asiakkaiden tunnistaminen
2. Puheeksiotto ja sen mallinnus
3. Motivointi
4. Tuki muutoksessa
5. Ohjaus tarvittaviin palveluihin
6. Arviointi ja seuranta

RRP;  
Unihoitajien  
koulutus

RRP; Liikunnan  
palveluketjut

RRP;  
Onnikka

RRP;  
Tarmoa  
sovellus

Arkeen  
Voimaa

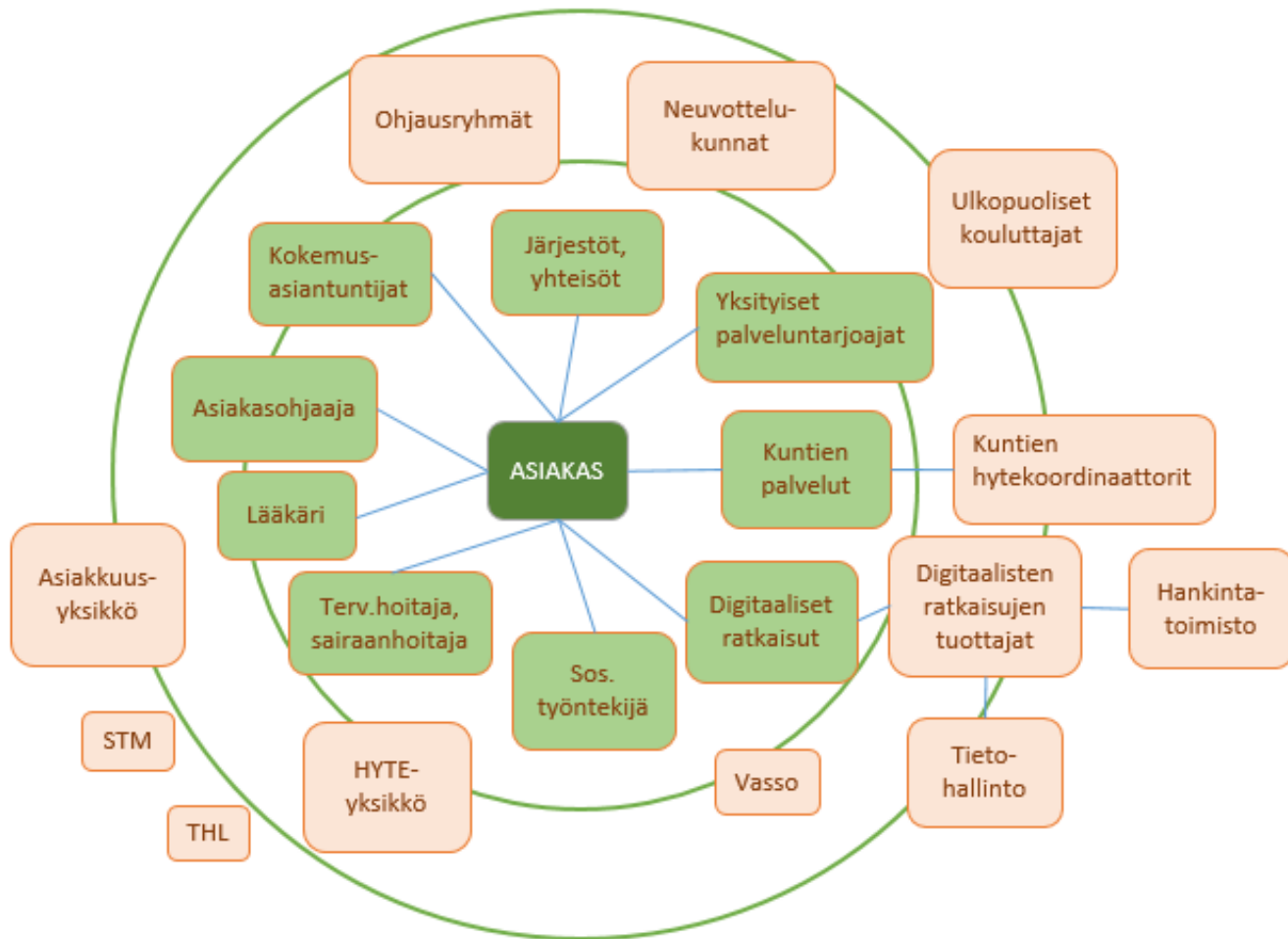
Yhteistyö:  
yhdistykset, sote-  
järjestöt,  
seurakunnat ja  
yksityiset toimijat

# Tunnistetut sidoryhmät

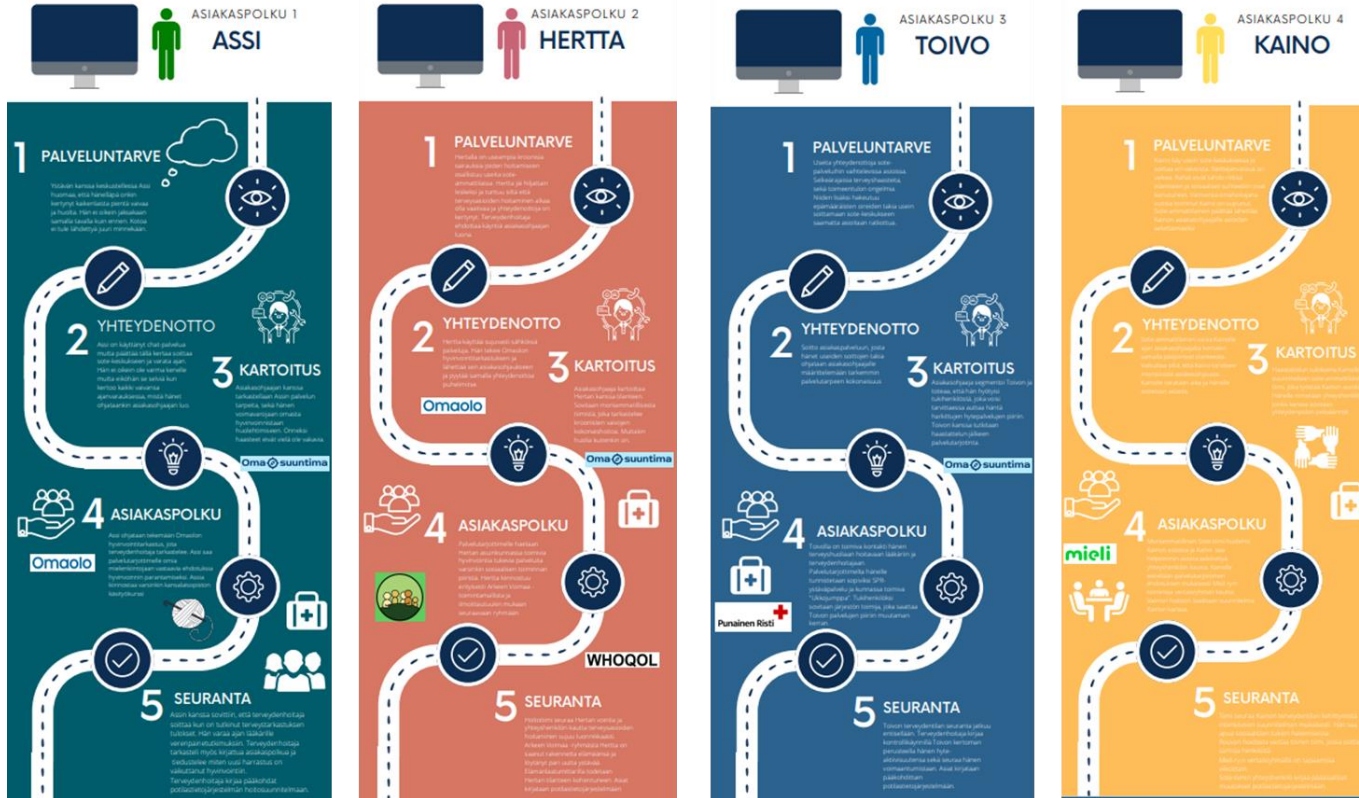
Sidosryhmien välinen vuoropuhelu on onnistumisen edellytys

Eri elementtien hallinta ja omistajuus oleellista

- Päätöksenteko
- Osallisuus
- Koordinointi
- Arviointi
- Aikataulutus
- jne



# Asiakaspolkumallit segmenteittäin (4)



Hyten sisällyttämisessä ja ohjauksen tehostamisessa digitaaliset menetelmät oleellisia

- Yhteydenottokanavat
- Segmentointi
- Kartoitus
- Yhteydenpito
- Seuranta

Kaksi segmenttien ulkopuolelle jäävää asiakasryhmää tulee huomioida

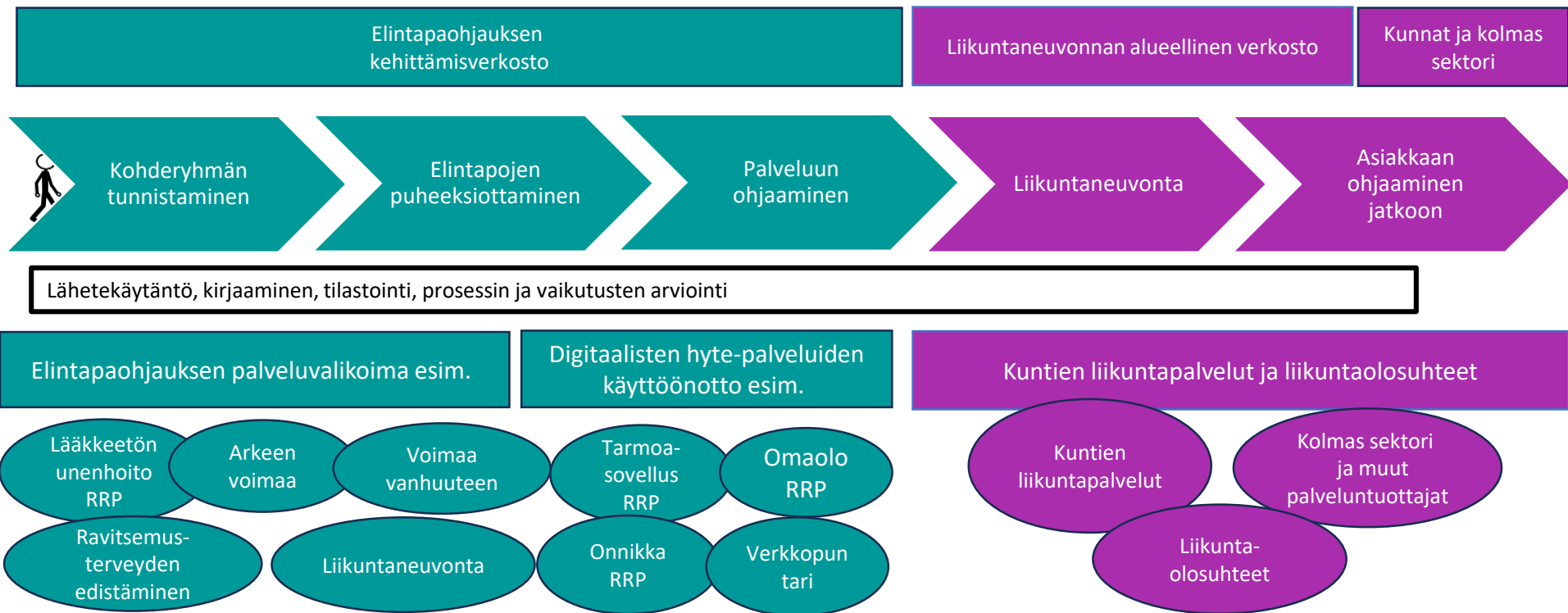
1. Täysin itsenäiset
2. Apua hakemattomat

# Palvelutarjotin, Tarmoa (THL, Digifinland)

- Suodattaa tarpeisiin, voimavaroihin ja mieltymyksiin perustuvia palvelukokonaisuuksia hyte-palvelujen parista
- Hakee tietoja pääsääntöisesti palvelutietovarannosta (PTV)
- Asiakas voi käyttää itsenäisesti tai toisen avustamana, kirjautuneena tai kirjautumatta
- Tarmoa-palvelutarjottimen pilotti mahdollinen 2024
- Hankintapäätöstä ei vielä ole tehty
- Saavutettava, kieliversiot ok



# Liikuntaneuvonnan palveluketjun kehittäminen osana elintapaohjauksen kokonaisuutta





# Onnikka –sovelluksen pilotti painonhallintaan 200 henkilölle

Onnikka on älypuhelimille optimoitu terveystyökalun käyttämisen muutosohjelma, joka todistetusti auttaa ylipainoisia ja lihavia ihmisiä muuttamaan asenteitaan, ajatuksiaan ja käyttäytymistään terveellisemmäksi.

**Onnikka on poikkitieteellinen innovaatio**

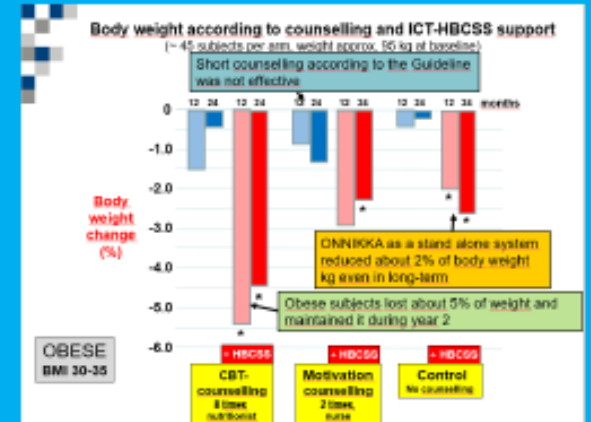
- Yhteistä Oulun yliopiston parhaan osaamisen läheisyyden hoitoon, käyttäytymistieteitä ja lääketieteellistä opetusta (Persuasive Design)
- Tuottava ja kustannustehokas digitaalinen ohjelmistoväline, jolla saavutettiin erinomaisia painonpudotustuloksia
- Nyt jatkokehitetty älypuhelimille optimoitu Meebli-Gravikka

Varsinais-Suomen hyvinvointialue • Egenliga Finlands välfärdsområde



## Onnikan painonpudotus

- Kliinisesti merkittävä 5% painonpudotus
- Painonpudotus ollut pysyvää 12 ja 24 kk aloittamisen jälkeen
- Satunnaistettu tutkimus yli 500 käyttäjällä, julkaistu korkealaatuisissa tieteellisissä julkaisuissa
- Mukana uusissa Käypä hoito -suosituksissa



# Mitä konkreettista syntyy, mitä jää käteen? Miten asiakkaat / ammattilaiset tulevat hyödyntämään?

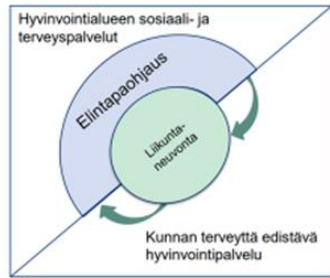
## Palvelutarjotin

- Teemoja ja/tai aluetta rajaamalla voi hakea toimintaa, aktiviteetteja
- Vastaamalla hyvinvointikyselyyn, saa suosituksia aktiviteeteista
- Teemoja
  - Luonto
  - Liikunta
  - Kulttuuri
  - Pilottiin tulossa useita lisää



# Mitä konkreettista syntyy, mitä jää käteen? Miten asiakkaat / ammattilaiset tulevat hyödyntämään?

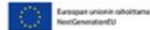
## Liikuntaneuvonta osana elintapaohjausta



- ✓ Liikuntaneuvonta on kuntalaisten terveyttä edistävää hyvinvointipalvelua ja osa hyvinvointialueen toteuttamaa ennaltaehkäisevää, hoitavaa ja kuntouttavaa elintapaohjausta.
- ✓ Liikuntaneuvonta on keino ehkäistä kansansairauksia (kuten tyyppi 2 diabetesta).
- ✓ Palvelu sisältää ohjausta liikunnalliseen elämäntapaan ja liikkumisen lisäämiseen sekä muiden terveellisten elintapojen pariin.
- ✓ Tavoitteena on liikunnallinen elämäntapa.
- ✓ Pitkäaikaisena tavoitteena on parempi terveys ja elämänlaatu.

Lähde: OKM: Liikuntaneuvonnan palveluketjut osana elintapaohjausta uusissa sote-rakenteissa (2021-2022)

Varsinais-Suomen hyvinvointialue • Egentliga Finlands välfärdsområde



varha

## Omatoimisesti tai ammattilaisen tuella hyvinvointia edistäviin palveluihin



# Mitä konkreettista syntyy, mitä jää käteen?

## Miten asiakkaat / ammattilaiset tulevat hyödyntämään?

- Mahdollisesti työväline sote-ammattilaisille elintapaohjaukseen, joka ei sido henkilökunnan resursseja ja josta on vahvaa vaikuttavuusnäyttöä painonpudotuksesta.
- Uniongelmiin pystytään puuttumaan mahdollisimman varhaisessa vaiheessa.
- Strukturoitu malli käyttöön.
- Työnohjausta ammattilaisille.
  - Koulutus toteutetaan vuosien 2023-2025 aikana, alustava suunnitelma:
    - 1 ryhmä syksyllä 2023
    - 4 ryhmää vuonna 2024
    - 1 ryhmä keväällä 2025
    - Ryhmäkoko 15 henkilöä/ryhmä.

# Yhteystiedot

Projektipäällikkö Linda Dalbom

[linda.dalbom@varha.fi](mailto:linda.dalbom@varha.fi)

- Hyte asiakasohjauksessa &PTV:  
Hanna Valkeapää

[Hanna.valkeapaa@varha.fi](mailto:Hanna.valkeapaa@varha.fi)

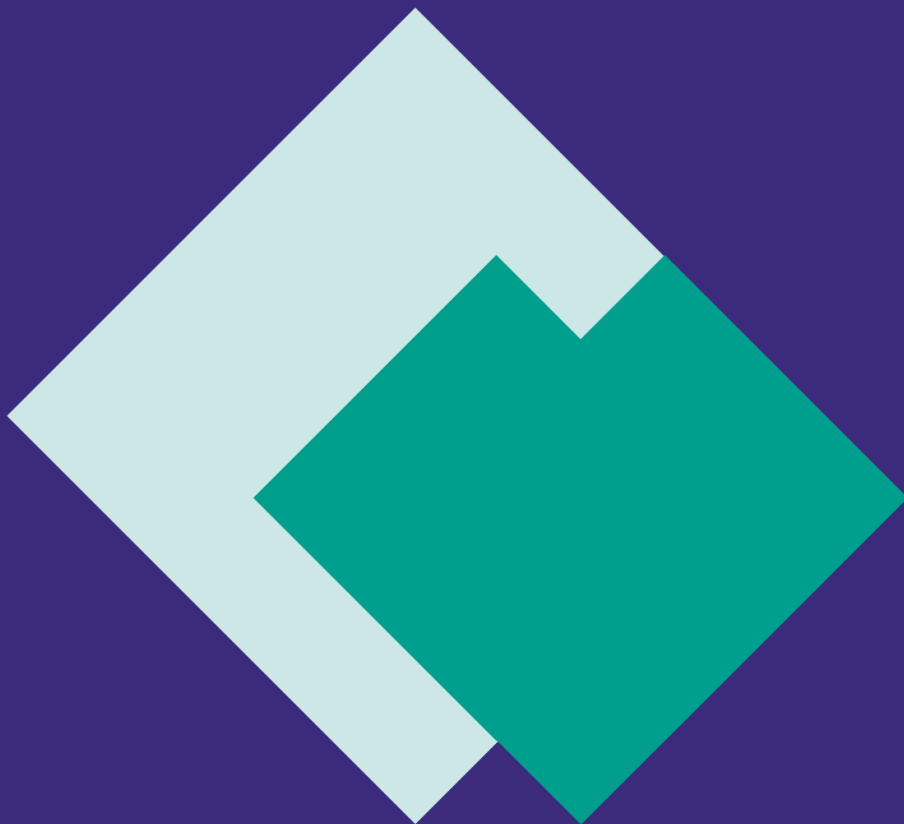
- Liikunnan palveluketju  
Satu Revonsuo

[satu.revonsuo@varha.fi](mailto:satu.revonsuo@varha.fi)

Työikäisten elintapaohjaus/ Hyte-  
yksikkö

Merja Männikkö

[Merja.mannikko@varha.fi](mailto:Merja.mannikko@varha.fi)



# Kiitos!

