



HYVINVOINTIKERTOMUS VUOSIRAPORTTI 2019

PARGAS STAD • PARAISTEN KAUPUNKI

Strandvägen 28, FI-21600 PARGAS • Rantatie 28, FI-21600 PARAINEN • Tfn / Puh. (02) 458 5700 • Fax (02) 458 5731
www.pargas.fi • www.parainen.fi

DOKUMENTIN SISÄLTÖ

OSA I VÄESTÖN HYVINVOINNIN KEHITYS VALTUUSTOKAUDELLA 2013 - 5/2017 JA 6/2017 - 2019

- 1 Indikaattorien ja muun tiedon osoittama hyvinvointi 2019
- 2 Painopisteiden, tavoitteiden ja toimenpiteiden arviointi
- 3 Johtopäätökset ja toimenpide-ehdotukset

OSA II HYVINVOINTISUUNNITELMA VALTUUSTOKAUDELLE 6/2017 - 5/2020

- 4 Kuntastrategian painopisteet ja linjaukset
- 5 Hyvinvoinnin edistämisen erillisohjelmat ja -suunnitelmat
- 6 Vuosien 6/2017 - 2019 hyvinvointisuunnitelman tavoitteiden raportointi

OSA III VALTUUSTOKÄSITTELY

- 7 Suunnitelman laatijat
- 8 Suunnitelman hyväksyminen

OSA I VÄESTÖN HYVINVOINNIN KEHITYS VALTUUSTOKAUDELLA 2013 - 5/2017 JA 6/2017 - 2019

Hyvinvoivat ja toimintakykyiset asukkaat ovat jokaisen kunnan ehkä merkittävin voimavara. Tästä syystä kunnan tulee kohdentaa hyvinvointia ja terveyttä edistäviä toimia ihmisten asuinympäristöön, päivähoitoon, kouluihin, työpaikoille, harrastuksiin ja palveluihin. Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen on samalla kunnan elinvoimaisuuden edistämistä.

Hyvinvointikertomus on johtamisen työväline. Hyvinvointikertomuksessa on kuvattu hyvinvointia erilaisten mittareiden valossa. Hyvinvointikertomus nostaa esiin hyvinvoinnin taustatekijät, vahvuudet ja kehittämiskohteet. Hyvinvointikertomus tukee hyvinvointitiedolla johtamista ja päätöksen tekoa. Se toimii strategiatyön sekä vuotuisen kuntasuunnittelun ja seurannan välineenä. Paraisten kaupungin strategialla ja sen toimenpidesuunnitelmalla 2018 - 2021 ja hyvinvointikertomuksella on useita toisiinsa liittyviä yhdyspintoja. Nämä yhdyspinnat liittyvät kaikkien ikäryhmien palveluihin eli lasten ja nuorten, työikäisten sekä ikäihmisten palveluihin. Yhdyspinnat on kuvattu hyvinvointikertomuksessa luvussa 4 Kuntastrategian painopisteet ja linjaukset.

Tämä vuosittainen hyvinvointiraportti jakaantuu menneen valtuustokauden 2013-5/2017 ja vuosien 6/2017 - 2019 analyysiin, keskeisiin oppeihin tältä ajalta ja valtuustokauden 6/2017-5/2021 suunnitteluun opitun perusteella.

Paraisten kaupungin vertailukunniksi on valittu Kemiönsaari, Loviisa ja Naantali. Lisäksi tietoja verrataan Varsinais-Suomen sekä koko maan tilanteeseen.

Hyvinvointikertomuksessa hyvinvointia ja terveyttä kuvataan monipuolisesti erilaisilla mittareilla eli hyvinvointi-indikaattoreilla. Nämä indikaattorien arvot on kerätty useilla kunnille osoitetuilla kyselyillä. Tässä hyvinvointikertomuksessa indikaattoreiden osalta käytetään uusinta saatavilla olevaa tietoa, joka on vuoden 2016, 2017 2018 tai 2019 tilanne. Osa näistä indikaattoreista on arvoitettu. Tällöin punainen väri viittaa kielteiseen kehitykseen ja vihreä väri myönteiseen. Muutos on sitä suurempi mitä paksumpi kehä muutosprosentin ympärillä on. On keskeistä muistaa, että merkittävä osa kuntalaisista voi hyvin, vaikka hyvinvointia kuvaavat indikaattorit nostavat esille ongelmia tai pahoinvointia. Indikaattoreiden avulla pystytään tunnistamaan, millaisia palveluja kuntalaiset tarvitsevat.

Työikäisen väestön osalta kerättyä kuntakohtaista tilastotietoa on niukasti saatavilla. Tästä syystä hyvinvointikertomukseen on kirjattu valtakunnallisesti kerättyä yleistä hyvinvointi- ja terveystietoa kuvaamaan ajankohtaisia hyvinvoinnin ja terveyden trendejä. Hyvinvointikertomuksessa on tältä osin viitattu FinTerveys 2017 tutkimuksen tuloksiin. FinTerveys 2017 -tutkimus on sisällöltään ainutlaatuisen laaja ja sen aineisto perustuu kansallisesti edustavaan otokseen.

Hyvinvointikertomukseen valittiin yhdeksi kaikkia ikäryhmiä koskevaksi hyvinvointia ja terveyttä edistäväksi painopistealueeksi aktiivinen arki ja siihen liittyvä liikunta. Liikunnalla on vahva yhdyspinta Paraisten kaupungin strategian osioon aktiivista vapaa-aikaa vihreässä kaupungissa. Suomessa on syksyllä 2018 valmistunut ensimmäinen liikuntapoliittinen selonteko, jonka päämääränä on lisätä merkittävästi ihmisten fyysistä aktiivisuutta kaikissa ikäluokissa. Selonteossa esitetään toimenpiteitä liikunnan lisäämiseksi

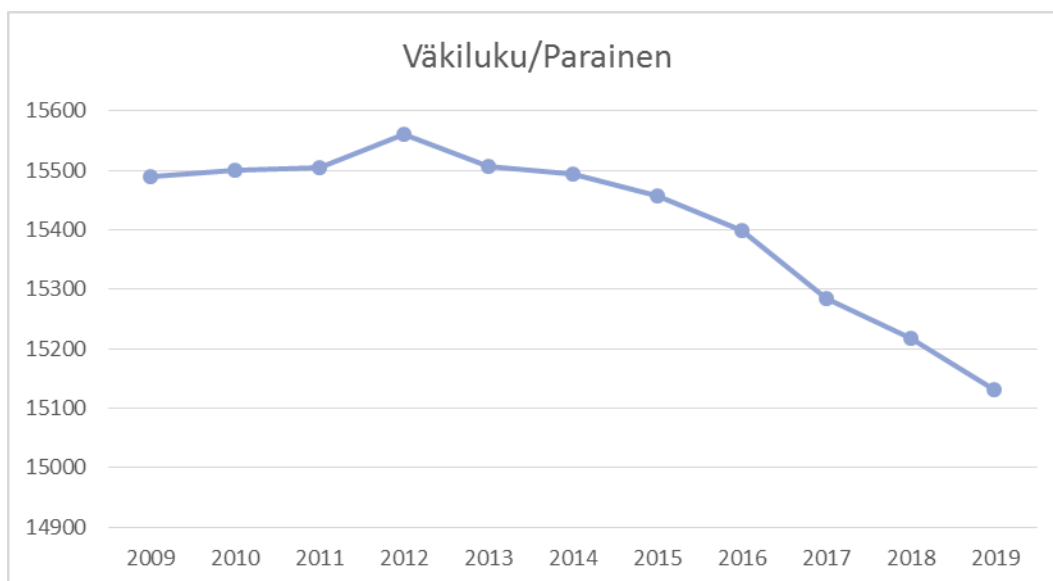
esimerkiksi varhaiskasvatuksessa, opetuksessa, työelämässä, terveydenhuollon palveluissa ja vanhusten palveluissa. Tämä selonteko on osaltaan auttanut tämän hyvinvointikertomuksen laadinnassa.

Paraisten kaupunginvaltuusto hyväksyi 9.5.2017 § 35 hyvinvointikertomuksen 2013 - 5/2017 seuraavalla lisäyksellä kohtaan Osa III "Valtuustokäsittely": "Edellä mainitut hyvinvointipäätökset kohdennetaan myös vammaisille omana kohderyhmänään." Tästä syystä vammaisille kohdennetut panostukset on mainittu erikseen tässä hyvinvointikertomuksessa niiltä osin, kuin henkilöstö on nostanut vammaiset erityisesti esille.

1 INDIKAATTORIEN JA MUUN TIEDON OSOITTAMA HYVINVOINTI 2019

1.1 JOHDANTO

Paraisten kaupunki on runsaan 15 000 asukkaan kaksikielinen saaristokaupunki. Ruotsinkielisten osuus on 55 %, suomenkielisten osuus 42 % ja muiden kielten osuus on 3 %. Muita kuin kotimaisia kieliä äidinkielenään puhuvien osuus on suurin lasten, nuorten ja työikäisten ikäryhmissä. Paraisten väestömäärä on ollut laskussa vuodesta 2013 alkaen. Paraisten kaupungin strategiaan sisältyy toimenpiteitä, joilla väestön määrä yritetään saada kasvuun.

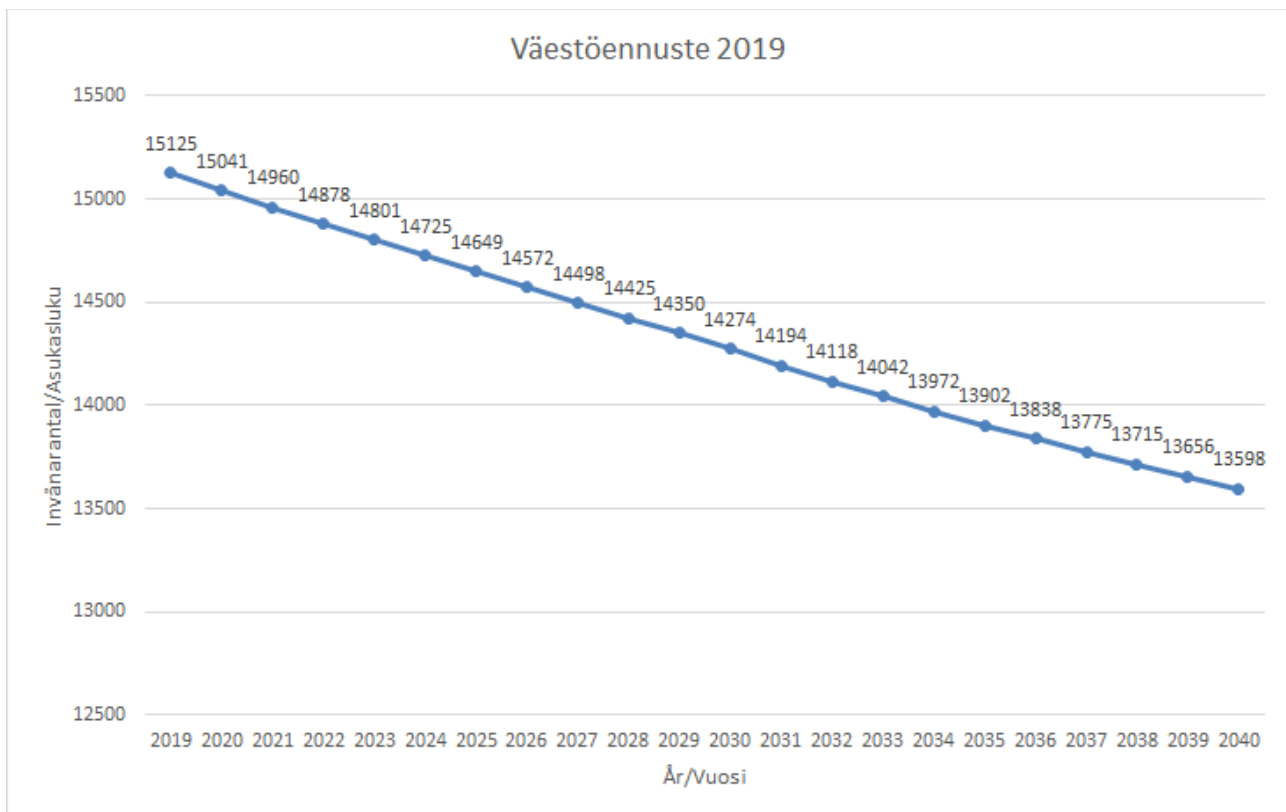


Kaupungin ikärakenteessa väestöennusteen mukaan yli 65 vuotiaiden osuus kasvaa selvästi kun taas lasten ja keski-ikäisten osuus vähenee. Lasten osalta erityisesti alle 4 vuotiaiden osuus on laskussa. Yli 65 vuotiaiden osuus on vuodesta 2010 vuoteen 2019 noussut 8 % eli heidän osuutensa on nyt 28 % asukkaista. Henkilömäärässä lisäys on ollut 1131 henkilöä. Väestön ikääntyminen ja väestörakenne pakottavat pohtimaan uusia näkökulmia palvelutuotantoon.

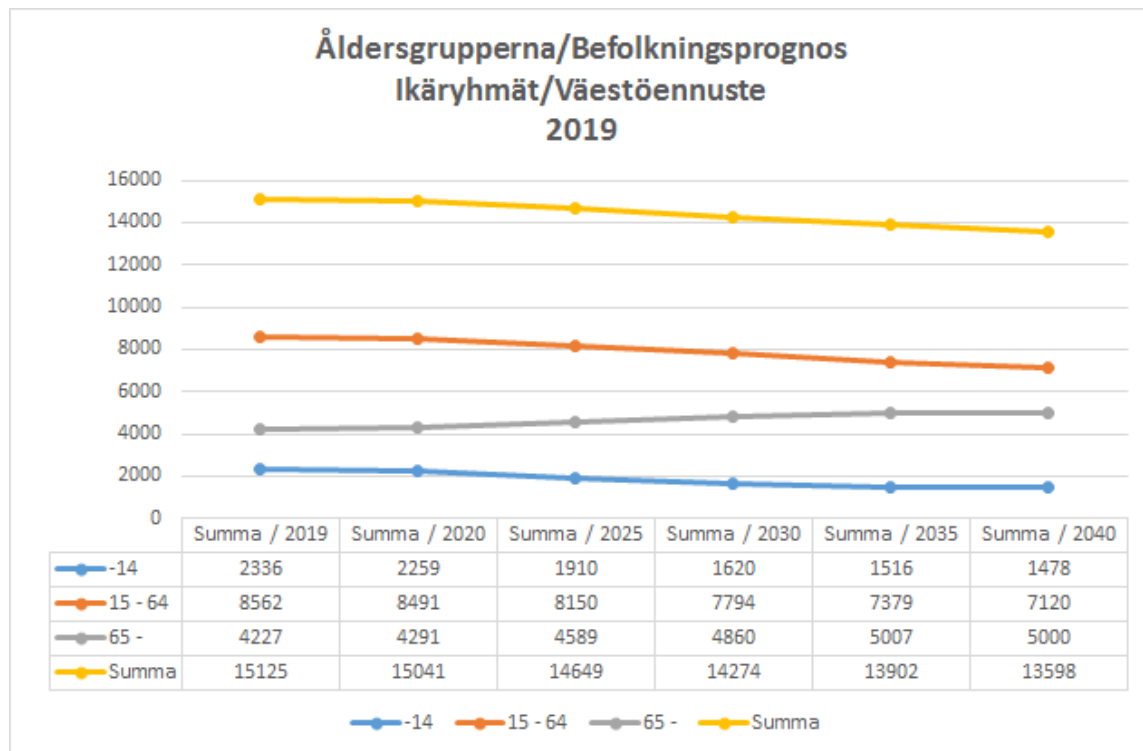
Väestön ikärakenne Paraisilla

	Ikäluokat yhteensä	0 - 4	5 - 9	10 - 14	15 - 19	20 - 24	25 - 29	30 - 34	35 - 39	40 - 44	45 - 49	50 - 54	55 - 59	60 - 64	65 - 69	70 - 74	75 - 79	80 - 84	85 - 89	90 -
2009	15 490	790	866	988	927	608	641	826	940	1 018	1 104	1 131	1 251	1 335	854	733	585	480	300	113
2010	15 501	806	868	992	914	615	600	783	925	1 050	1 122	1 084	1 214	1 365	920	754	568	488	293	140
2011	15 505	814	883	945	925	598	607	775	940	1 033	1 113	1 051	1 191	1 334	990	789	572	497	300	148
2012	15 561	808	903	949	952	585	576	749	934	1 018	1 099	1 057	1 159	1 321	1 139	760	589	503	313	147
2013	15 507	831	854	932	944	580	586	721	936	1 005	1 069	1 077	1 128	1 259	1 242	756	625	492	311	159
2014	15 494	784	874	912	928	581	559	730	914	998	1 053	1 106	1 110	1 252	1 313	786	637	470	309	178
2015	15 457	737	874	896	923	572	557	718	877	980	1 073	1 113	1 095	1 205	1 348	864	664	458	322	181
2016	15 398	719	855	909	891	573	541	687	869	975	1 072	1 111	1 063	1 186	1 311	946	706	458	332	194
2017	15 285	663	862	914	884	567	518	649	871	964	1 047	1 092	1 063	1 139	1 304	1 070	689	466	329	194
2018	15 217	622	898	865	879	531	539	634	839	976	1 024	1 070	1 078	1 120	1 258	1 182	677	509	320	196
2019	15 132	575	862	907	832	512	547	627	822	976	1 018	1 046	1 106	1 106	1 231	1 222	713	522	313	195

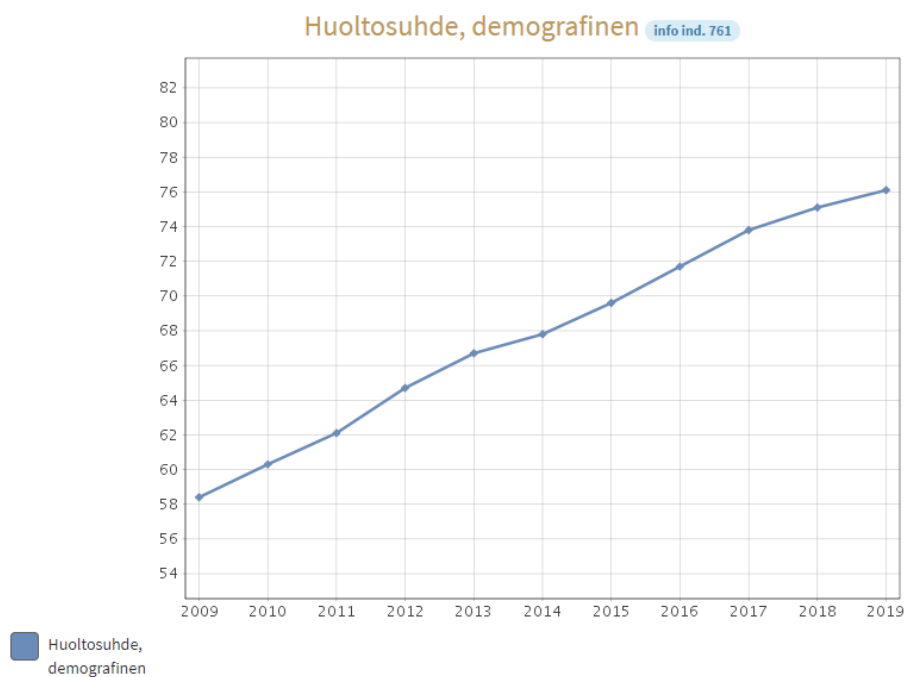
Tilastokeskuksen tekemä väestöennuste on saatavilla vuodelta 2019.



Ikäryhmät/Väestöennuste 2019



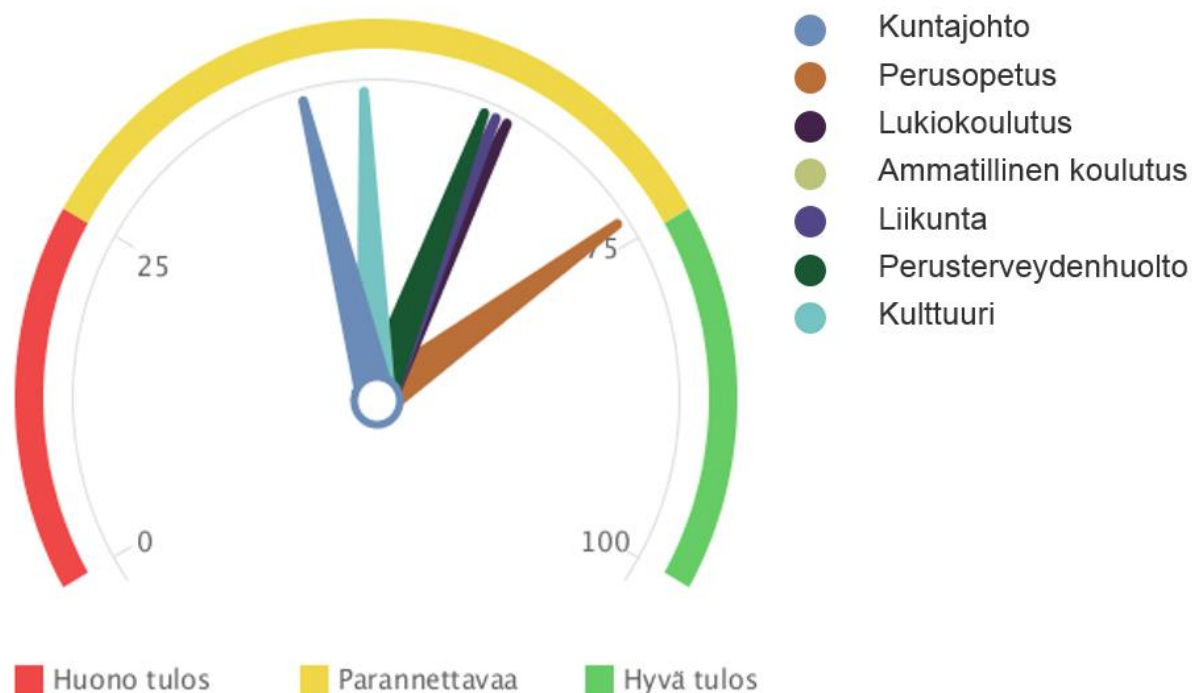
Paraisten demograafinen huoltosuhde (työvoiman ulkopuolella olevien määrä suhteessa varsinaisen työvoiman määrään) on heikentynyt vuodesta toiseen ja se on heikempi kuin Varsinais-Suomessa ja koko maassa (Parainen 2009: 58,4 ja 2019: 76,1).



TEAvisari näyttää kunnan terveydenedistämistyön suunnan.

TEAvisari on työväline kunnille ja kouluille. Tiedot kuvaavat terveydenedistämistäktiivisuutta eli kunnan toimintaa asukkaidensa terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseksi.

Kaikki sektorit : Parainen 2019



Kaikki sektorit : Parainen 2019

	Parainen	Koko maa
Kaikki sektorit	59	69
Kuntajohto	44	78
Perusopetus	73	67
Lukiokoulutus	61	69
Ammatillinen koulutus	..	66
Liikunta	60	74
Perusterveydenhuolto	59	67
Kulttuuri	49	59

Paraisten kaupungissa on 110 asuttua saarta, joista 98 saarta on ilman kiinteää tieyhteyttä. Tästä syystä palvelujen järjestämisessä on omat erityispiirteensä, joista aiheutuu lisäkustannuksia.

Vuoden 2019 tilinpäätöksessä on mainittu seuraavat asiat: Paraisten kaupungin vuoden 2019 tuloslaskelma osoittaa -5 471 000 euron alijäämää. Konsernin omavaraisuusaste oli 45,7 % (2018: 48,8 %) ja suhteellinen velkaantuneisuusaste 51,0 % (2018: 49,7 %). Kaupunkikonserni täyttää näin ollen kaksi taseperusteista kriisikuntakriteeriä.

Väestön rakenne ja siinä tapahtuvat muutokset ovat keskeisiä palvelujen tarpeeseen vaikuttavia tekijöitä. Esimerkiksi muita kuin kotimaisia kieliä äidinkielenään puhuvien osuuden kasvu, yksinasumisen yleistymisen ja väestön koulutustason kohoaminen on tarpeen ottaa huomioon palveluita suunniteltaessa. Lisäksi hyvinvoinnin ja terveydentilan sekä palvelutarpeiden tyydyttymisen seuranta eri väestöryhmissä on tärkeää yhdenvertaisuuden toteutumisen varmistamiseksi.

Tilastollisesti kerättyjen hyvinvointitietojen mukaan Paraisten kaupungin indikaattorit ovat suurelta osin hyvällä tasolla kuten esim. turvallisuutta kuvaavat indikaattorit. Muutama indikaattori osoittaa tarvetta panostaa hyvinvoinnin lisäämiseen. Nämä indikaattorit on huomioitu tässä hyvinvointikertomuksessa eri ikäryhmien kohdalla.

Hyvinvointikertomuksessa on poimittu Paraisten kaupungin taloutta ja elinvoimaa kuvaavia indikaattoreita sekä eri ikäryhmiä kuvaavia indikaattoreita. Valitut indikaattorit kuvaavat kehitystyön teemoja eli osallisuutta, liikuntaa ja aktiivisuutta sekä päihde- ja mielenterveyttä.

Indikaattoreiden lisäksi kuvataan painopisteiden, tavoitteiden ja toimenpiteiden arviointi sekä asetettujen tavoitteiden toteuma taulukkomuodossa.

2 PAINOPISTEIDEN, TAVOITTEIDEN JA TOIMENPITEIDEN ARVIOINTI

2.1 LASTEN JA LAPSIPERHEIDEN HYVINVOINTI JA NUORTEN HYVINVOINTI

Valtuustokauden 2013 - 5/2017 hyvinvointikertomusta laadittaessa lasten ja lapsiperheiden hyvinvoinnin ja nuorten hyvinvoinnin painopistealueiksi valittiin vahva ja toimiva vanhemmuus, aktiivinen arki sekä lasten ja nuorten henkinen hyvinvointi.

Lapsiperheiden suhteellinen määrä kaikista perheistä on laskussa ja se on alhaisempi kuin keskimäärin Varsinais-Suomessa. Lasten ja nuorten määrä on ollut laskussa erityisesti 0-4 vuotiaiden ikäryhmässä. Pienituloisiin kotitalouksiin kuuluvien lasten määrä on Paraisilla alle Varsinais-Suomen ja koko maan keskiarvon.

Kunnan kustantamassa kokopäivähoidossa olevien 1–2-vuotiaiden osuus on maakunnan tasoa alhaisempi vuonna 2017 ja siinä on tapahtunut suuri muutos vuoteen 2016 verrattuna. Sama muutos on tapahtunut 3–5-vuotiaiden määrässä kunnan kustantamassa kokopäivähoidossa. Kuitenkin kokonaismäärä päivähoidossa tavoitettavista 1-6 vuotiaista lapsista on erittäin korkea (83,8 % vuonna 2018) eli lapset osallistuvat suhteellisen vähän kokopäivähoitoon mutta suhteellisen paljon osapäivähoitoon. Yksityisen hoidon tukea voi hakea perhe, jonka alle kouluikäistä lasta hoitaa perheen palkkaama hoitaja tai yksityisen päivähoidon tuottaja. Yksityisen hoidon tukea saaneiden perheiden määrä on Paraisilla pieni.

Perusterveydenhuollon lastenneuvolan ja kouluterveydenhuollon käyntimäärät ovat Varsinais-Suomen keskiarvoon nähden korkeammalla tasolla. Terveyspalveluissa on Paraisilla panostettu ja panostetaan ennaltaehkäiseviin palveluihin, mm. resursointi neuvoloissa ja kouluterveydenhuollossa on valtakunnallisen henkilöstömitoitussuosituksen mukainen terveydenhoitajien ja koululääkärien osalta. Erikoissairaanhoidon lastenpsykiatrian avokäyntien lukumäärä on pysynyt suurin piirtein ennallaan mutta nuorisopsykiatrian avohoitokäynneissä on voimakasta heilahtelua ja selkeää kasvua 2010 luvulla. Psykiatrian laitoshoidon hoitopäivien määrä 0 - 16 vuotiailla heilahtelee vuodesta toiseen, mutta selkeää muutosta pitkällä aikavälillä ei ole tällä hetkellä nähtävissä.

Paraisten kaupungissa oli käytössä varhaisen puuttumisen tukena Voimaperheet-toimintamalli vuodesta 2015 vuoteen 11/2018 saakka sekä yhä edelleen Lapset puheeksi -malli. **Voimaperheet** on Turun yliopiston Lastenpsykiatrian tutkimuskeskuksessa kehitetty toimintamalli, jossa lapsen käyttäytymisen ongelmien varhainen tunnistaminen yhdistyy internetin ja puhelimen välityksellä tarjottavaan vanhempainohjaukseen. Hoito-ohjelma on kehitetty lasten käytösongelmien ennaltaehkäisevään hoitoon. **Lapset puheeksi** -mallissa keskustelun päämääränä on tukea lasten kehitystä erityisesti silloin, kun lapsen elämäntilanteeseen liittyy vaikeuksia. Tavoitteena on tunnistaa lapsen hyvinvoinnin kannalta keskeiset tekijät ja pohtia sitä, kuinka niitä voidaan tarvittaessa tukea. Kouluissa yli 50 tunnin poissaoloihin puututaan yhteistyössä koulun opiskelijahuollon toimijoiden kanssa.

Paraisten kaupungissa nuorten humalahakuinen käyttäytyminen ja tupakointi ovat vähentyneet pitkään, mutta ovat nyt huolta herättävästi nousussa joka ikäluokassa. Nuorten päihteiden käyttöön puututaan ja puuttumisen tukena on **Valomerkki**-toimintamalli. Valomerkki-toimintamallissa puututaan välittömästi alle 18-vuotiaiden lasten ja nuorten päihteiden käyttöön järjestämällä keskustelutilaisuus, johon kutsutaan lapsi ja tämän vanhemmat.

Liikuntaa harrastavien lasten osuus on vertailukaudella vähentynyt, mutta ylipainoisten lasten osuus on laskenut. Terveystilansa keskinkertaiseksi tai huonoksi kokevien osuus on kasvanut.

Koulukiusaamisen vähentyminen on pysähtynyt. Koulun toimintakulttuurissa on pyritty löytämään keinoja kiusaamisen ennaltaehkäisyyn. Kouluissa on käytössä seuraavia koulukiusaamista ehkäiseviä malleja:

Friends-ohjelma, **Askeleittain**-ohjelma, **Lions Quest** -ohjelma, **Kiva koulu** -toimintamalli, **Koulurauhaa** -malli, **Tukioppilastoiminta** ja **Kummioppilastoiminta**. Näiden lisäksi rikos- ja riita-asioiden sovittelussa käytetään **Verso**-mallia eli vertaissovittelua.

Osallisuus ja kokemus vaikuttamisen mahdollisuuksista ja kuulluksi tulemisesta vaikuttavat yleiseen terveydenkokemukseen. Yläkoululaisten ja lukiolaisten kokemukset vaikutusmahdollisuuksista koulussa ovat paremmat kuin Varsinais-Suomen ja valtakunnan keskiarvon.

Lapsiperheiden sosiaalityö

Vuoden 2019 aikana Paraisten Perheyksikköön tehtiin yhteensä 474 lastensuojeluilmoitusta sekä 71 yhteydenottoa, ennakollisia lastensuojeluilmoituksia tuli yhteensä viisi kappaletta. Määrät ovat 32 lastensuojeluilmoitusta enemmän, seitsemän yhteydenottoa edellistä vuotta alhaisempi ja kaksi ennakollista lastensuojeluilmoitusta enemmän. Lastensuojeluilmoituksia tehtiin yhteensä 210 lapsesta ja yhteydenotot koskivat 66 lasta. Palvelutarpeen arviointeja tehtiin yhteensä 85 lapselle. Eniten ilmoituksia, yhteydenottoja ja palvelutarpeen arviointeja tehtiin 3-12-vuotiaista lapsista.

Sijoitettuja lapsia ja nuoria oli vuonna 2019 yhteensä 32 lasta tai nuorta. Kiireellisesti sijoitettujen, avohuollon tukitoimena sijoitettujen lasten ja nuorten määrä sekä ja huostaan otettujen lasten kokonaismäärä nousi verrattuna vuoteen 2018. Lasten ja nuorten sijoitukset jakautuvat perhehoidon ja laitoshoidon välillä siten, että perhehoidossa on ollut 13 lasta tai nuorta ja laitoshoidossa 19 lasta tai nuorta. Sijaishuollon hoitovuorokaudet kasvoivat vuoden 2019 aikana merkittävästi sekä perhehoidossa, että laitoshoidossa.

Perheyksikön palveluihin sisältyivät vuoden 2019 aikana myös kaikki perheoikeudelliset palvelut, kuten lastenvalvojan tehtävät ja olosuhdeselvitykset. Vuoden 2019 aikana valmisteltiin Paraisten kaupungin lastenvalvojan siirtoa maakunnalliseen Perheoikeudelliseen yksikköön, toimipisteen säilyessä Paraisilla.

Perheneuvola

Turunmaan perheneuvolatoiminnan asiakasmäärä on pysynyt suhteellisen tasaisena viime vuosina. Vuonna 2019 perheneuvolan asiakkaana oli yhteensä 237 paraislaista: 0 - 6 -vuotiaita asiakkaita oli 26, 7 - 15 -vuotiaita asiakkaita oli 28, 16 - 21 -vuotiaita asiakkaita oli 6 ja yli 21-vuotiaita asiakkaita oli 177. Perheneuvolassa autetaan lapsiperheitä löytämään keinoja ja ratkaisuja perhe-elämän ja kasvatuksen pulmiin.

Perheneuvolassa työskentelee sosiaalityöntekijä ja psykologi, lastenpsykiatrin konsultaatiot saadaan ostopalveluna. Paraisilla on sovittu, että terveystieteiden psykologit (alle kouluikäisten psykologi ja koulupsykologit) tekevät lapsen kognitiiviseen kehitykseen kuuluvat tutkimukset, kun perheneuvolassa taas keskitytään perhesuhteisiin ja niiden hoitamiseen. Parainen myy perheneuvolapalvelut yhtenä päivänä viikossa Kemiönsaaren kuntaan.

Yhteyttä perheneuvolaan voi ottaa, kun haluaa tukea vanhempana toimimiseen, on huolissaan lapsen tai nuoren kehityksestä, käyttäytymisestä tai psyykkisestä hyvinvoinnista, perhettä on kohdannut kriisi, perheessä on parisuhteen ongelmia, eroon liittyviä pulmia tai väkivaltaa. Työskentely suunnitellaan yhdessä perheen kanssa. Se voi sisältää perheasioiden sovittelua, puhelinneuvontaa, ryhmiä, vauvaperhetyötä, yhteistyökumppaneiden konsultaatiota ja työparina toimimista, yksilö-, pari- ja perhetapaamisia.

Perheneuvolan palvelut ovat luottamuksellisia, maksuttomia ja vapaaehtoisia. Lähetettä ei tarvita.

Nuorten paja Aktiva

Nuorten paja Aktivan kohderyhmä on alle 29 vuotiaat nuoret Paraisilla. Aktivalla on kaksi toimintamuotoa: Ohjaava paja ja Luova starttipaja. Ohjaavan pajan työmuoto on yksilölliset ohjauskeskustelut. Ohjaavassa pajassa toimii etsivä nuorisotyöntekijä sekä yksilöohjaaja. Ohjaava paja on matalankynnyksen palvelua, johon voi tulla ilman viranomaislähetettä. Luovassa starttipajassa on kaksi ohjaajaa, ja pajaan tullaan erilaisilla sopimuksilla. Toiminta keskittyy kädentaitoihin, elämäntaitoihin sekä tehtäviin, jotka soveltuvat nuorten tavoitteisiin.

Vuositasolla Aktivalla on 100 - 120 asiakasta, joista noin 30 osallistuu myös starttipajaan. Noin 75 % asiakkaista ei ole ammatillista koulutusta. Asiakkaista on nuoria miehiä noin 70 %, ja keski-ikä on noin 20 vuotta. Vuositasolla asiakasmäärä on pysynyt aika samana vuodesta toiseen. Aktiva tekee työtä myös niiden nuorten kanssa, jotka eivät ole virallisesti työttömiä työnhakijoita.

Aktiva seuraa nuorisolakia, missä määritellään pajatoimintaa ja etsivää nuorisotyötä. Aktivan tavoite on saavuttaa kaikki nuoret, jotka ovat ohjauksen ja toiminnan tarpeessa. Keskiössä on nuoren yksilölliset tavoitteet sekä niiden toteuttaminen. Aktivan ohjaajat osallistuvat yhteistyöverkostojen tapaamisiin sekä ovat mukana nuorten kanssa erilaisissa kokouksissa ja tapaamisissa.

Nuorten haasteet voivat olla: sosiaalisten tilanteiden pelko, mielenterveyskysymykset, sopivan koulutuspaikan saaminen, työkokemuksen saaminen ja riittävän tuen saaminen. Puutteita alueella asiakkaitten näkökulmasta: ruotsinkielinen erityisoppilaitos ja riittävät matalankynnyksen mielenterveyspalvelut.

Nuorisotyö

Nuorisotyön painotus on ennaltaehkäisevässä työssä, mutta nuorisotyö voi olla myös korjaavaa työtä. Nuorten kasvatuksellinen ohjaus toteutuu niin toiminnan, yhdessäolon kuin neuvonnankin muodoissa. Kaupungin nuorisotyössä pääpaino on nuorten osallisuudessa ja toimintoihin kuuluvatkin mm.

nuorisotilojen toiminta, harrastuskerhot, leirit ja tapahtumat. Yhteistyö koulun ja kolmannen sektorin kanssa tärkeä.

Nuorten osallistaminen toteutuu mm. Nuorisovaltuuston toiminnan kautta. Nuorisolain 24 §:n mukaan nuorille tulee järjestää mahdollisuus osallistua paikallista ja alueellista nuorisotyötä ja politiikkaa koskevien asioiden käsittelyyn. Nuoria on kuultava heitä koskevista asioista. Nuorisovaltuuston nimeää kaupunginhallitus.

Nuorisotyön toiminnan lähtökohtana on, että aloitteet erilaisesta toiminnasta tulevat nuorilta itseltään, minkä jälkeen toiminta suunnitellaan ja toteutetaan yhdessä.

Etsivän nuorisotyön tavoite on ehkäistä nuorten syrjäytymistä ja edistää nuorten fyysistä, psyykkistä, sosiaalista ja taloudellista hyvinvointia. Etsivällä työllä autetaan ja tuetaan alle 30-vuotiaita nuoria. Yhteistyö nuoren ja etsivän nuorisotyön välillä perustuu vapaaehtoisuuteen ja se pohjautuu nuorten tarpeisiin ja toiveisiin. Työ on liikkuvaa, ennaltaehkäisevää ja korjaavaa. Työhön kuuluu olennaisesti yhteistyö muiden nuorten kanssa toimivien tahojen kanssa.

Erityisnuorisotyössä työ painottuu 12–18-vuotiaiden nuorten tukemiseen. Erityisnuorisotyö on ennaltaehkäisevää työtä, jossa kiinnitetään erityisesti huomiota nuorten itsetuntoon ja itsetuntemukseen. Erityisnuorisotyössä tarjotaan nuorelle mahdollisuus keskusteluun ja tukemiseen ja yhdessä nuoren kanssa voidaan etsiä ratkaisuja elämäntilanteisiin liittyviin ongelmiin. Erityisnuoriso-ohjaaja järjestää myös pienryhmätoimintaa, esim. tyttöjen ryhmiä. Paraisilla erityisnuorisotyöntekijän työhön kuuluu myös tiivis kouluyhteistyö Paraisen kunta-alueen koulukeskuksessa toimivan koulunuorisotyöntekijän ja koko kaupungin koulukuraattoreiden kanssa.

Kaupungin nuorisotoiminta on avointa kaikille.

2.2 TYÖIKÄISTEN HYVINVOINTI

Valtuustokauden 2013 - 5/2017 hyvinvointikertomusta laadittaessa työikäisten hyvinvoinnin painopistealueiksi valittiin aktiivinen arki, painonhallinta ja liikunnan tukeminen, arjen hallinta ja vastuun kantaminen, yksinäisyyden väheneminen ja verkostoitumisen tukeminen sekä päihde- ja mielenterveysongelmien väheneminen.

Työikäisestä väestöstä on suhteessa vähän tilastoituja kuntakohtaisia tietoja, mutta kylläkin valtakunnallisia tutkimuksia väestön hyvinvoinnista ja terveydestä on tehty. Valtakunnallisia tutkimustuloksia voi käyttää suuntaa antavina myös paraislaisten työikäisten hyvinvointia ja terveyttä arvioitaessa.

Valtakunnallisen FinTerveyks 2017 tutkimuksen mukaan elintavoissa myönteisiä havaintoja ovat päivittäisen tupakoinnin vähentyminen sekä raittiuden yleistymisen ja humalajuomisen vähentyminen työikäisessä väestössä. Myös muutokset aikuisväestön fyysisessä aktiivisuudessa ovat kansanterveyden kannalta oikean suuntaisia. Koettu elämänlaatu parantui vanhimmissa ikäryhmissä. Myönteisiä havaintoja ovat positiivinen kehitys sosiaalisessa osallistumisessa.

Suomessa väestö ikääntyy nopeammin kuin muissa Pohjoismaissa ja useimmissa muissa teollisuusmaissa. Tämä tarkoittaa myös liikuntarajoitteisten ja muistihäiriöisten iäkkäiden ihmisten määrän dramaattista lisääntymistä seuraavan kymmenen vuoden aikana. Edelleen lisääntyvä lihavuus voi vielä lisätä liikuntarajoitteisten määrää.

Psyykinen kuormittuneisuus ja masennus ovat yleisiä suomalaisessa aikuisväestössä. Masennusoireet ovat yleistyneet koko väestössä, ja psyykinen kuormittuneisuus on lisääntynyt työikäisillä naisilla. Sosiaalisessa toimintakyvyssä huolestuttavaa on epäluottamuksen lisääntyminen työikäisillä.

Useimmissa terveyttä, toimintakykyä ja niihin vaikuttavia tekijöitä kuvaavissa mittareissa koulutusryhmien välinen ero oli selvä: tilanne oli edullisin korkea-asteen koulutuksen ja heikoin perusasteen koulutuksen saaneilla.

Edellä kuvatun pohjalta on tarvetta elintapamuutoksiin. Tarvitaan terveellisempää ravintoa, enemmän liikuntaa, aivovoimistelua, sosiaalista osallisuutta ja aktiivisuutta, vähemmän päihteitä, tupakkaa ja riippuvuuksia sekä lopuksi vielä koko positiivisen mielenterveyden voimavarapatteriston lataamista.

Vuoden 2019 teemoiksi on työryhmässä valittu osallisuus, liikunta ja ravitsemus sekä päihde- ja mielenterveystyö. Nämä teemat vastaavat hyvin valtakunnallisia trendejä. Nämä teemat ovat myös mukana vuoden 2019 talousarviossa kirjatuissa eri yksiköiden tavoitteissa.

Työpaikkojen määrä Paraisilla on vuodesta 2007 vuoteen 2017 vähentynyt 4,8 %:lla eli 5 345:sta 5 088:een. Eniten työpaikat ovat vähentyneet teollisuudesta ja julkiselta sektorilta (valtio ja puolustusvoimat). Sosiaali- ja terveysalan työpaikat ovat lisääntyneet. Muilla aloilla muutokset ovat selvästi pienempiä. Työikäinen väestö väheni 0,8 %:lla vuodesta 2018 vuoteen 2019. Työttömyysaste on Paraisilla ollut viime aikoina laskussa. Maaliskuussa 2020 työttömyys aste oli 6,4 %. Kuitenkin työmarkkinatuen kuntaosuus kasvoi vuonna 2019. Vaikka työttömyys, mukaan luettuna pitkäaikaistyöttömyys on vähentynyt, on ikääntyneiden, osatyökykyisten ja ulkomaalaisten työnhakijoiden työllistyminen edelleen vaikeaa.

Paraisten kaupunki on iso työnantaja. Edellytyksenä hyvien palveluiden tuottamiselle on, että työnantaja pitää hyvää huolta henkilöstöstään. Henkilöstön omaa työhyvinvointia ylläpidetään toimivan HR:n ja työsuojelun keinoin. Toimiva henkilöstöpolitiikka alkaa rekrytointivaiheessa hyvällä osaamisen profiloinnilla ja ammattimaisesti toteutettavilla työhönottohaastatteluilla. Palvelussuhde alkaa hyvällä perehdytyksellä. Palvelusuhteen aikana ylläpidetään johdonmukaista henkilöstöpolitiikkaa painottaen erityisesti johtamista ja työyhteisöllisyyttä.

2.3 IKÄIHMISTEN HYVINVOINTI

Valtuustokauden 2013 - 5/2017 hyvinvointikertomusta laadittaessa ikäihmisten hyvinvoinnin painopistealueiksi valittiin yksinäisyyden vähentyminen, toimintakyvyn tukeminen ja kaatumisten ehkäisy, raha- ja päihdeongelmien väheneminen sekä muistisairaiden tukeminen.

FinTerveys 2017 mukaan koettu elämänlaatu on parantunut vanhimmissa ikäryhmissä. Monella 80 vuotta täyttäneistä on edelleen varsin hyvä toimintakyky, mutta fyysisen toimintakyvyn ongelmia on raportoitu henkilöillä, jotka kuuluvat selvästi nuorempiin ikäryhmiin. Valitettavasti humalajuominen on yleistynyt eläkeikäisessä väestössä.

Vuonna 2019 asui yli 75 vuotiaista 8,9 % tehostetussa palveluasumisessa ja 2,7 % laitoshoidossa. Vuonna 2016 laitoshoidossa asui 3,8 % yli 75 vuotiaista eli laitoshoidon määrä on laskenut. Tarkoituksena on vähentää lisää laitoshoidon paikkoja Paraisilla kansallisten suositusten mukaisesti.

Paraisilla on 123 tehostetun palveluasumisen paikkaa, lisäksi Parainen ostaa 56 paikka yksityisiltä palveluntuottajilta. Ympäri vuorokautisten palveluasumisen paikkojen tarve on kasvanut yhä vanhenevan väestön vuoksi. Hoitoketjuja kehitetään ja tavoitteena on tarjota laadukkaita palveluja ikäihmisille oikeaan aikaan oikeassa paikassa. Tavoitteena on välttää tarpeettomia potilaiden siirtoja, jotka voivat olla raskaita sekä asiakkaille että omaisille. Tehostetussa palveluyksikössä asuu yhä vanhempia ja monisairaampia asiakkaita. Tästä syystä on tarpeellista ylläpitää ja kasvattaa henkilöstön osaamista asumisyksiköissä. Yksiköissä tarvitaan yhä erikoistuneempaa sairaanhoidon osaamista ja myös palliatiivisen ja saattohoidon osaamista unohtamatta asiakkaiden sosiaalisia tarpeita ja psyykkistä hyvinvointia.

Perusterveydenhuollossa aloitti geriatrinen poliklinikka toimintansa vuoden 2015 aikana ja kuntouttava yksikkö Slussen aloitti toimintansa 2017. Slussenin toimintaa ei ole vuonna 2019 voitu toteuttaa täydellä

kapasiteetilla suuren asumispaikkojen tarpeen vuoksi. Tästä johtuen Slussenia on osittain käytetty asumisyksikkönä asiakkaille, jotka ovat jonottaneet tehostettuun palveluasumiseen. Terveydenhuollon kuntouttavaa toimintaa toki kehitetään ja tavoitteena on voida tarjota asiakkaille aktiivista kuntoutusta terveydenhuollossa.

Palvelurakennetta kuvaavien määrällisten indikaattorien lisäksi tulisi myös kartoittaa läkkäiden omia kokemuksia elämänlaadusta, hyvinvoinnista ja yksinäisyyden kokemisesta. Yksinäisyyden kokemus ennakoii usein tulevia toiminnanvajeita, terveyspalveluiden käyttöä ja masentuneisuuden oireita. Paraisilla kaikille 80 vuotta täyttäneille tehdään elämän tilannetta kartoittava kotikäynti. Paraisilla tehdään kotikäynti jokaisen 80 vuotta täyttäneen luona elämäntilanteen kartoittamiseksi. Seniorineuvonta on suunnitteilla ja tavoitteena on kasvattaa mahdollisuutta tarjota terveystarkastuksia ikäihmisille, terveystarkastuksiin liitetään myös seuranta. Ennalta ehkäisevä toiminta monipuolisesti toteutettuna terveyden ja toimintakyvyn parantamiseksi sekä aikainen tuki kohdistettuna riskiryhmille ovat osoittautuneet tehokkaiksi terveyden ja elinvoiman ylläpitämisessä. Paraisten vanhustyö tulee panostamaan tulevana vuosina ennalta ehkäisevään työhön palveluohjauksessa, neuvontatoimintaan kaikilla kunta-alueilla, fyysiseen aktivointiin ja aikaan tukeen.

Vuodesta 2017 ikäihmisten palveluissa on kehitetty aktiivisesti palvelutarpeen arviointi- ja kotiutusprosesseja. Ammattitaitoiset ohjaajat tekevät keskitetysti palvelutarpeen arvioinnin ja SAS koordinaattori arvioi ja kartoittaa asumispalvelun tarpeet. Juuri rekrytoitu kotouttamisohjaaja vastaa kotoutuksista niin, että ne ovat mahdollisimman sujuvia ja turvallisia asiakkaille.

Kotisairaala aloitti toimintansa vuonna 2014. Kotihoidossa ja terveyskeskuksen vastaanottopalveluissa on vuosina 2016 – 2017 kuvattu muistiasiakkaan hoitopolku ja -prosessi, sekä selkiytettiin muistihoidajien ja muistikoordinaattorin työtehtäviä.

Kotihoidon toimintaa on muokattu merkittävästi ja syyskuussa 2019 Paraisten kotihoidossa aloitettiin työskentely kokonaan uudella toimintamallilla. Kotihoito jaettiin alueellisesti moniammatillisiin moduuleihin. Näiden alueellisten tiimien (etelä, länsi, pohjoinen ja itä tiimi) lisäksi aloitti myös kotiuttamistiimi ja Ment-tiimi. Kotiuttamistiimi tarjoaa palveluja kotiuttamisen yhteydessä, kun asiakkaan tilanne kartoitetaan monipuolisesti ja selvitetään kotiin tarjottava yksilöllinen kuntoutus ja tuki. Tämä palvelu on osoittautunut vähentävän kotiutettavien asiakkaiden kotihoidon tarvetta, koska tehokas kuntoutus ja aikainen tuki parantavat toimintakykyä.

Uusi toimintamuoto on parantanut ja tehostanut toimintaa. Laatu on parantunut, potilasturvallisuus on lisääntynyt, asiakkaiden turvallisuus on parantunut ja jopa henkilöstö on osoittanut tyytyväisyyttä uuteen asiakaskeskeiseen ja moniammatilliseen työhön.

Vuonna 2015 Paraisten kaupungin sosiaali- ja terveysosastolla alkoi työ IKINÄ-toimintamallin implementoimiseksi. Toimintamallin tarkoituksena on ehkäistä vanhusten kaatumistapaturmia. IKINÄ-toimintamalli pohjautuu näyttöön perustuvaan tietoon ikääntyneiden kaatumisten yleisyydestä ja seurauksista, kaatumisten vaaratekijöistä ja niiden arvioinnista sekä kaatumisten ehkäisystä. IKINÄ-toimintamalli on työväline yhtenäisen, systemaattisen ja moniammatillisen kaatumisten ehkäisyn toteuttamiseksi. Jatkuva työ IKINÄ-toimintamallin implementoimiseksi kaikkiin yksikköihin on johtanut järjestelmälliseen suunnitelmaan, jolla pyritään ylläpitämään henkilöstön osaamista ja johon sisältyy sekä osaamisen kartoitus että säännöllisiä koulutuksia. IKINÄ toimintamallia käytetään jatkossa aktiivisesti sekä hoidossa että vanhustenhuollossa.

Paraisilla 9 % kaikista yli 75 vuotta täyttäneistä saa omaishoitoa. Omaishoito on hienoa ja inhimillistä hoitotyötä, ja omaishoitajien työtä halutaan tukea. Omaishoitajille järjestetään koulutusta ja jokaisella omaishoitajalla on mahdollisuus osallistua terveystarkastukseen.

Ikääntymisen myötä pitkäaikaissairaiden ja vammaisten henkilöiden määrä kasvaa. Samalla myös muistisairauksien ja muiden fyysisten sairauksien määrä lisääntyy. Tämä vaikuttaa perusterveydenhuollon ja sairaanhoidon tarpeeseen, samalla avopalvelujen tarve on suuri.

Paraisten kaupunki järjestää päivätoimintaa ikäihmisille ja toimintaa kehitetään parhaillaan. Yhä enenevässä määrin myös päivätoiminnassa halutaan panostaa ennalta ehkäiseviin toimenpiteisiin ja tarjota tukea muistisairaille asiakkaille jo aikaisessa vaiheessa.

Lääkkeiden käsittelyä on kehitetty. Vuonna 2019 Paraisten vanhustenhuolto siirtyi suuressa määrin automaattiseen lääkkeidenjakeluun, jonka apteekki suorittaa. Automaattinen lääkkeidenjakelu on vapauttanut työvoimaa ja myös vähentänyt lääkkeidenjakelun virheitä.

Tulevaisuuden tarpeiden kohtaamisessa yhä kasvavassa vanhustenhuollossa on välttämätöntä ottaa myös digitaaliset ratkaisut käyttöön ja hyödyntää geronteknologiaa enenevässä määrin. Geronteknologiaa käytetään jo osittain ja sen käyttö tulee kasvamaan mm. turvahälyttimissä, joissa on gps-lähetin ja sensorit, jotka mittaavat esimerkiksi kaatumiset. Geronteknologian avulla voidaan järjestää etäkäynnit ja käyttää lääkerobotiikkaa jne.

3 JOHTOPÄÄTÖKSET JA TOIMENPIDE-EHDOTUKSET

Hyvinvointi ja terveys koskevat kaikkia hallintokuntia ja ne koskevat kaikkia kunnan tekemiä päätöksiä. Päätösten vaikutuksia sekä lyhyellä että pitkällä aikavälillä tulisi arvioida yhä enenevässä määrin ennakkolisesti. Päätökset vaikuttavat kuntalaisiin, ympäristöön, henkilöstöön ja organisaation sekä talouteen ja siksi päätösten vaikutuksia tulisi tarkastella näistä näkökulmista erikseen.

Vuoden 2019 teemoiksi on työryhmissä valittu osallisuus, liikunta ja ravitsemus sekä päihde- ja mielenterveystyö. Nämä teemat vastaavat hyvin valtakunnallisia trendejä. Nämä teemat ovat myös mukana vuoden 2019 talousarviossa kirjatuihin eri yksiköiden tavoitteissa.

Tämän hyvinvointikertomuksen hyvinvointisuunnitelmaosiossa on kuvattu kehittämistyötä, jota on tehty ja tehdään edellä mainittujen teemojen kohdalta. Samasta taulukosta tulevat esille myös hyvät käytännöt ja ammatillinen osaaminen näihin teemoihin kohdennettuja palveluja järjestettäessä.

Koronavirusepidemialla ja siihen liittyvillä rajoitustoimilla on kauaskantoisia vaikutuksia väestön hyvinvointiin sekä sosiaali- ja terveyspalveluiden tarpeeseen. THL:n asiantuntijoiden arvion mukaan osassa palveluista käyntejä rajoitettiin ja kiireettömiä palveluita peruttiin liian varhaisessa vaiheessa. Jonojen purkamiseen kriisin jälkeen on THL:n mukaan syytä varautua huolellisesti. Epidemian ja rajoitustoimien arvioidaan vaikuttavan erityisesti riskiryhmään kuuluviin, ikääntyneisiin, mielenterveys- ja päihdeongelmista kärsiviin sekä asunnottomiin.

Vuoden 2020 teemoiksi on ennen poikkeusoloja työryhmässä valittu turvallisuus, mielenterveys- ja päihdetyö ja osallisuus. Teemat ovat ajankohtaisia myös poikkeusolojen aikana ja niiden jälkeen.

3.1 TURVALLISUUS

Tilastojen valossa Suomi on maailman turvallisimaa. Suomi pärjää erinomaisesti kansainvälisissä vertailuissa, joissa mitataan rikollisuutta, onnettomuuksia ja häiriöitä sekä luottamusta viranomaisiin ja

oikeusjärjestelmään. Suomi on keskeisimmissä tutkimuksissa viiden kärkeen joukossa ja parhaiten sijoittunut Pohjoismaa.

Turvallisuuden kokonaiskuva on aina moninainen, eikä erilaisia turvallisuusongelmia voi suoraan verrata toisiinsa. Turvallisuus on myös jatkuvassa muutoksessa sen perusteella, mitkä uhat ja ongelmat nousevat milloinkin esille sekä miten arvotamme niitä.

Turvallisuuden tunteeseen vaikutetaan usein enemmän hyvinvointitoimenpiteillä kuin turvallisuustoimenpiteillä.

3.2 OSALLISUUS

Osallisuuden edistäminen on osa Suomen hallituksen ja Euroopan unionin tavoitteita, joissa se on nostettu yhdeksi keskeiseksi keinoksi köyhyyden torjumiseksi ja syrjäytymisen ehkäisemiseksi. Osallisuutta edistämällä vähennetään myös eriarvoisuutta.

Useissa kansallisissa ohjelmissa ja toimenpide-ehdotuksissa on huomioitu osallisuus ja sen edistämisen merkitys hyvinvoinnille ja terveydelle. Perustus-, kunta- ja nuorisolaissa käytetään käsitteitä osallistuminen ja vaikuttaminen, jotka ovat väyliä osallisuuteen.

Yleensä osallisuus ymmärretään tunteena, joka syntyy kun ihminen on osallisena jossakin yhteisössä esimerkiksi opiskelun, työn, harrastus- tai järjestötoiminnan kautta. Yhteisöissä osallisuus ilmenee jäsenten arvostuksena, tasavertaisuutena ja luottamuksena, sekä mahdollisuutena vaikuttaa omassa yhteisössä.

Yhteiskunnassa osallisena oleminen tarkoittaa jokaisen mahdollisuutta terveyteen, koulutukseen, työhön, toimeentuloon, asuntoon ja sosiaalisiin suhteisiin. Kansallisella tasolla osallisuus vaikuttaa demokratian perusrakenteena. Tällöin kansalaisella on oikeus tasavertaisena osallistua ja vaikuttaa itseään koskeviin asioihin ja yhteiskunnan kehitykseen.

Ihmisen osallisuuden aste ja yhteiskunnallinen aktiivisuus vaihtelevat elämäntulon ja -tilanteiden mukaisesti. Osallisuuden kokeminen ja sosiaaliset verkostot toimivat suojaavina tekijöinä hyvinvointivajeita ja syrjäytymistä vastaan.

Osallistuminen on yksi väylä osallisuuden kokemiseen. Mahdollisuus vaikuttaa omaa elämää koskeviin asioihin on olennainen osa yhteiskunnallista osallistumista ja kiinnittymistä yhteisöön.

Osallisuutta edistämällä estetään yhteiskunnasta syrjäytymistä ja vähennetään eriarvoisuutta. Osallisuuden edistäminen on huomioitava monitasoisesti niin kulttuurissa ja käytännöissä kuin rakenteissa ja strategiatasollakin. Yhteiskunnan palveluilla, kuten sosiaali- ja terveystaloudellaisilla sekä työllisyyspalveluilla on tärkeä rooli osallisuuden edistämiseksi. Myös muut toimijat eri tasoilla ovat tärkeitä osallisuuden vahvistamisessa, kuten koulut, työpaikat, järjestöt, harrastusseurat, seurakunnat ja yhdistykset.

Valmisteltaessa sosiaali- ja terveystaloudellista Varsinais-Suomessa on valmisteltu koko maakuntaa koskevaa osallisuuden ja esteettömyyden raporttia. Paraisten kaupungin vuoden 2019 talousarviossa on useiden yksiköiden tavoitteissa mainittu osallisuuden lisäämiseen liittyviä toimenpiteitä.

3.3 LIIKUNTA JA RAVITSEMUS

Terveyttä ja hyvinvointia edistävällä liikunnalla tarkoitetaan elämäntulon eri vaiheissa tapahtuvaa kaikkea fyysistä aktiivisuutta, jonka tavoitteena on terveyden ja toimintakyvyn ylläpitäminen ja parantaminen.



Arkiliikunnalla ja yleisellä liikkumisen käsitteellä tarkoitetaan kaikkea arjessa tapahtuvaa liikkumista kuten työ-, koulu-, ostos- ja harrastusmatkoja sekä mm. oppilaitosten välitunneilla ja työpaikkojen ja laitosten arjessa harjoitettavaa liikuntaa. Terveysliikunnalla puolestaan tarkoitetaan liikuntaa, jonka tavoitteena on saada liikunnan harrastajiksi ne ihmisryhmät, joilla on terveydellisistä ja muista syistä ongelmia harjoittaa liikuntaa terveytensä kannalta riittävästi.

Liikuntaneuvonnalla tarkoitetaan yksilöön kohdistuvaa terveyden edistämistä, joka on suunnattu erityisesti terveyden ja hyvinvoinnin näkökulmasta riittämättömästi liikkuville. Erityis- ja soveltavan liikunnan katsotaan puolestaan koskevan vammaisia, pitkäaikaissairaita sekä niitä ikääntyneitä henkilöitä, joiden toimintakyky on selvästi heikentynyt iän, vamman tai pitkäaikaissairauden takia.

Fyysinen kokonaisaktiivisuus on yhteiskunnassa vähentynyt. Liikkuminen vähenee lapsuudesta nuoruuteen siirryttäessä merkittävästi ja vain murto-osa nuorista liikkuu terveytensä kannalta riittävästi.

Lapsista ja nuorista jopa kaksi kolmasosaa liikkuu seuratoiminnassa. Huomiota on kiinnitettävä seuratoiminnan ulkopuolelle jääviin lapsiin ja nuoriin, joista osa tarvitsee erityistä tukea liikunnan harrastamiseksi. Toiminnassa tulee huomioida uudet lasten ja nuorten suosimat liikuntamuodot, jotka eivät vielä ole organisoituneet perinteiseksi seuratoiminnaksi. Näiden harrastusten olosuhteita on kehitettävä vastaamaan liikkujien tarpeita. Varhaiskasvatuksen ja koulun rooli lasten ja nuorten ruokakasvatuksessa ja ravitsemuksessa on merkittävä terveyden tasa-arvoa edistävä tekijä.

Tutkimustiedon valossa parhaiten liikkumattomuutta voidaan vähentää elämäntapaohjauksella (Parainen ollut mukana elämäntapaohjauksen Vesote-hankkeessa) ja liikuntaneuvonnalla. Työyhteisöissä tuleekin saada elämäntapaohjaus ja liikuntaneuvonta kiinteäksi osaksi työterveyshuoltoa.

Toinen tehokas tapa lisätä työpäivän yhteydessä tapahtuvaa liikuntaa on työmatkaliikunta, joka tarvitsee tuekseen riittävät puku- ja pesutilat sekä polkupyörien säilytystilat työpaikalle. Liikunnallista vaikutusta on myös julkisen liikenteen käytön lisäämisellä, koska julkisen liikenteen käyttöön sisältyy lähes aina myös kävely- tai pyöräilyosuuksia. Kunnilla on keskeinen rooli aktiivisen arkiliikkumisen edistämisessä. Tämä koskee eritoten kävelyn ja pyöräilyn olosuhteita sekä fyysisesti aktiivisia kulkumuotoja suosivaa yhdyskuntarakennetta.

Ikääntyneiden liikuntapalveluissa korostuu ohjatun liikunnan laatu, saatavuus ja esteettömyys. Erityisesti kannattaa kiinnittää huomiota toimintakyvyltään tai terveydeltään heikentyneisiin iäkkäisiin, jotka asuvat kotonaan ilman säännöllisiä palveluja. Tämän ryhmän hyvinvointiin voidaan erityisesti vaikuttaa soveltavan liikunnan avulla ja eri tahojen yhteistyöllä. Liikkujista ikääntyneitä on yhä enemmän. Ikääntymisen myötä kasvaa myös pitkäaikaissairaiden ja vammaisten henkilöiden määrä, mutta myös hyväkuntoisten ikääntyneiden määrä.

Vähintään noin 15 prosentilla väestöstä on toimintakyvyn rajoitteita. Osalla heistä on vaikeuksia osallistua yleisesti tarjolla olevaan liikuntaan ja heidän liikuntansa vaatii soveltamista sekä erityisosaamista. Kynnystä liikkumiseen, liikunnan harrastamiseen ja urheiluun voi nostaa myös elämäntilanne, joka on usein toimintarajoitteisilla haastavampi kuin väestöllä keskimäärin. Hyvinvointia uhkaavat tekijät näyttävätkin kasautuvan usein samoille henkilöille.

Sosiaali- ja terveyspalveluissa pitäisi tulevaisuudessa kiinnittää aiempaa enemmän huomiota fyysisesti liikkumattomien tunnistamiseen ja tehdä yhteistyötä liikunnan palveluketjujen vahvistamiseksi. Kunnilla on merkittävä rooli fyysistä aktiivisuutta tukevan elinympäristön ja palvelurakenteen kehittämisessä mm. kaupunki- ja yhdyskuntasuunnittelun keinoin. Lisäksi toimivien ja saavutettavien julkisten liikenneyhteyksien ylläpitäminen ja kehittäminen kannustavat arki- ja matkaliikuntaan.

3.4 PÄIHDE- JA MIELENTERVEYSTYÖ

Mielenterveysongelmat ovat keskeisimpiä terveysongelmia kaikissa ikäryhmissä. Vain osa niistä kärsivistä hakee apua.

Psyykkinen kuormittuneisuus ja masennus ovat yleisiä suomalaisessa aikuisväestössä, erityisesti työikäisillä naisilla ja 80 vuotta täyttäneillä. Masennuksen kansanterveydellistä merkitystä korostaa se, että mielialahäiriöt ovat yleisin työkyvyttömyyseläkkeelle siirtymisen syy (Tilasto Suomen eläkkeensaajista 2016 - 2017). Koska mielenterveysongelmien vuoksi erikoissairaanhoidon toimipisteissä hoidossa olleet osallistuivat muita harvemmin tutkimuksiin, voidaan olettaa että mielenterveysoireilu väestössä on todennäköisesti vielä tässä raportoitua yleisempää.

Psyykkisen kuormittuneisuuden ja masennusoireilun yleistyminen viittaa siihen, että tarvitaan nykyistä suurempaa panostusta mielenterveyden edistämiseen kaikilla yhteiskunnan sektoreilla sekä mielenterveysoireiden, etenkin masennuksen, varhaiseen toteamiseen ja hoitoon.

Kunnan sosiaali- ja terveydenhuolto vastaa asukkaidensa mielenterveyden häiriöiden ehkäisystä, varhaisesta tunnistamisesta, asianmukaisesta hoidosta ja kuntoutuksesta. Avopalvelut ja sosiaali- ja terveydenhuollon peruspalvelut ovat hoidossa ensisijaisia. Mielenterveyspalveluja järjestetään myös erikoissairaanhoidossa psykiatrian poliklinikoilla ja psykiatrisena sairaalahoitona. Kunnan sosiaalihuolto järjestää mielenterveyskuntoutujille asumispalveluita, kotipalveluita ja kuntouttavaa työtoimintaa.

Lasten ja nuorten mielenterveysongelmien ehkäisyssä, havaitsemisessa ja tuen tarjoamisessa neuvolat sekä koulu- ja opiskeluterveydenhuolto ovat tärkeässä asemassa. Työterveyshuolto tukee työikäisen väestön mielenterveyden ylläpitämistä ja ongelmien ehkäisyä.

Päihdetyöllä tuetaan päihhteettömyyttä, vähennetään päihteidenkäytön riskitekijöitä ja vahvistetaan henkilön voimavaroja ja hyvinvointia. Kunnan sosiaalihuollon ja muiden päihde- ja mielenterveyspalvelujen tulee muodostaa asiakkaan kannalta toimiva kokonaisuus. Sosiaalipalvelut on suunnattu päihteiden ongelmakäyttäjille, heidän omaisilleen ja läheisilleen. Päihdepalveluja on saatava välittömästi ja oikeus niihin on subjektiivinen.

Päihteitä käyttävälle odottavalle äidille, syntyvälle lapselle ja perheelle on turvattava riittävät tukitoimet jo raskausaikana. Ennakollinen lastensuojeluilmoitus on tehtävä ennen lapsen syntymää, jos on perusteltua syytä epäillä, että syntyvä lapsi tulee tarvitsemaan lastensuojelun tukitoimia välittömästi syntymänsä jälkeen.

Ehkäisevä päihdetyö on päihteiden aiheuttamien haittojen ennaltaehkäisyä ja vähentämistä. Työn tavoitteena on vähentää päihteiden kysyntää, saatavuutta, tarjontaa ja päihdehaittoja sekä edistää terveyttä, turvallisuutta ja hyvinvointia.

OSA II HYVINVOINTISUUNNITELMA VALTUUSTOKAUDELLE 6/2017 - 5/2020

4 KUNTASTRATEGIAN PAINOPISTEET JA LINJAUKSET

PARAISTEN STRATEGIA 2018 - 2022

Hyvinvointikertomukseen kirjataan kuntastrategian kuntalaisen hyvinvointiin liittyvät painotukset ja linjaukset. Paraisten strateginen tavoitekuva on luova saaristo. Luova saaristo –teemalla halutaan nostaa esiin vahvuuksia ja ominaisuuksia, jotka tekevät Paraisista ainutlaatuisen ja houkuttelevan paikan asua, työskennellä, yrittää ja matkustaa.

Parainen tekee juuri tällä hetkellä strategiaa uudella osallistavalla tavalla. Strategiatyö on edennyt toimintasuunnitelman toteutusvaiheeseen. Paraisilla on määriteltä viisi painopistealuetta ja näiden painopisteiden alle on yhdessä suunniteltu 41 erilaista konkreettista toimenpidettä, joiden avulla päästään tavoitteisiin. Toimenpiteitä työstetään työryhmissä ja ensimmäisten 16 toimenpiteen työstäminen on aloitettu maaliskuuhun 2019 mennessä.

Hyvinvointikertomuksessa painopistealueiksi valikoituivat ikäryhmittäin seuraavat painopistealueet:

Lasten ja lapsiperheiden hyvinvointi ja nuorten hyvinvointi:

Vahva ja toimiva vanhemmuus, Aktiivinen arki ja Lasten ja nuorten henkinen hyvinvointi

Työikäisten hyvinvointi:

Aktiivinen arki, painonhallinta ja liikunnan tukeminen, Arjen hallinta, vastuun kantaminen, Yksinäisyyden väheneminen, verkostoitumisen tukeminen ja Päihde- ja mielenterveysongelmien väheneminen

Ikäihmisten hyvinvointi:

Yksinäisyyden vähentyminen, Toimintakyvyn tukeminen ja kaatumisten ehkäisy, Raha- ja päihdeongelmien väheneminen ja Muistisairaiden tukeminen

5 HYVINVOINNIN EDISTÄMISEN ERILLISOHJELMAT JA - SUUNNITELMAT

Keskeiset hyvinvointiin liittyvät asiakirjat ja ohjelmat, joita kunnassa on valmisteltu tai jotka muuten ohjaavat toimintaa:

Talous ja elinvoima

- Paraisten kaupungin strategia ja sen toimenpidesuunnitelma 2018 - 2021

Lapset, nuoret ja lapsiperheet

- Lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma (sisältyy hyvinvointikertomukseen)
- Varhaiskasvatussuunnitelma
- Esiopetussuunnitelma
- Perusopetuksen OPS

- Lukiokoulutuksen OPS
- Toiminnallinen tasa-arvosuunnitelma
- Paraisten kaupungin neuvolatoiminnan, koulu- ja opiskeluterveydenhuollon sekä lasten ja nuorten ehkäisevän suun terveydenhuollon toimintaohjelma

Työikäiset

- Toimintasuunnitelma pari- ja lähisuhdeväkivaltaan puuttumisesta ja sen hallinnasta (päivitetään vuonna 2019)

Ikäihmiset

- Vanhuspoliittinen ohjelma

Kaikki ikäryhmät

- Paraisten kaupungin kotouttamisohjelma

6 VUOSIEN 6/2017 - 2019 HYVINVOINTISUUNNITELMAN TAVOITTEIDEN RAPORTOINTI

Vuoden 2019 raportointi on lukemisen helpottamiseksi merkitty keltaisella taustavärillä seuraavassa taulukossa.

LASTEN JA NUORTEN KASVUN JA KEHITYKSEN TUKEMINEN SEKÄ LAPSIPERHEIDEN HYVINVOINNIN EDISTÄMINEN

Tavoite	Toimenpiteet ja vastuutaho	Resurssit	Arviointimittarit	Hyvinvoinnin edistäminen
Vahva ja toimiva vanhemmuus	Vanhemmuuden tukeminen - luodaan mahdollisuuksia lisätä keskustelua vanhemmuudesta Perhevalmennuksessa työskentelee valmennusryhmän kanssa ajatuksia vanhemmuudesta. Tavoitteena mahdollistaa vertaistuki ja ohjata vanhempia verkostoitumaan toistensa kanssa. Vanhempien omaehtoista verkostoitumista tuetaan. Tarjotaan matalan kynnyksen kokoontumispaikkoja	Neuvola Kouluterveyden huolto Varhaiskasvatus Koulutoimi Sosiaalitoimi Ankkurin ohjausryhmä MONA - Moniammatillinen työryhmä	Lastensuojeluilmoi- tusten lukumäärä Huoltajilta saatu palaute päiväkotien ja koulujen oppilashuollon ja vanhempainiltojen toimivuudesta Perhevalmennuksen säännöllinen arviointi ja kurssipalautteet	Vuoden 2019 alusta on toteutettu perhevalmennus, joka muokattu 2018 tehdyn kyselyn pohjalta. Valmennuksessa ajatuksena ryhmäytyminen, verkostoituminen, vertaistuki. Valmennus toteutetaan moniammatillisesti saattaen menetelmällä. Valmennus alkaa odotusaikana ja jatkuu lapsen syntymän jälkeen. Perhevalmennusta arvioitu säännöllisesti kurssipalautteiden kautta. Perhevalmennuksen nykyinen muoto, menetelmät ja sisältö koettu toimivaksi ja hyväksi. Paraisten kaupungin kulttuuriyksikkö on käynnistänyt yhdessä Folkhälsanin kanssa teini-

	(perhekahvilat, leikkikenttätoiminta ym.). Tarvelähtöisiä pienryhmiä järjestetään kuten äiti-vauvaryhmät, kasvattivanhempien ryhmä, maahanmuuttajaperheiden ryhmä. Vanhempien ja perheen vuorovaikutustaitoja tuetaan voimavarakeskeisen vuorovaikutusohjelma ICDP:n kautta sekä asiakaskäynneillä että vertaisryhmämuodossa. Alueen lapsi- ja perhepalveluissa tunnetaan tarjolla olevat digitaaliset palvelut sekä vertaistuen muodot. Vanhempia ja perheitä osataan ohjata näiden palveluiden käyttöön. Koulujen ja varhaiskasvatuksen vanhempainillat ja -tapaamiset rakennetaan vuorovaikutteiseksi tilanteiksi, joissa lapsen ja nuoren monimuotoinen hyvinvointi on keskiössä.			ikäisten vanhemmille suunnatun luentosarjan ajankohtaisista teemoista ja keskustelunaiheista. Jo nyt on perustettu vanhempainryhmä, joka jatkaa oma-aloitteisesti keskusteluja yhdessä erityisnuorisohjaajien ja vapaa-aikaohjaajien kanssa. Keskusteluja jatketaan muun muassa nuorisotalolla järjestettävissä tapaamisissa. MLL vanhempainkahvila Tonåring i familjen – ryhmät ja luennot. Erityisnuorisohjaaja pitää aktiivisesti yhteyttä vanhempainyhdistyksiin ja Folkhälsaniin. Maahanmuuttajataustaisten perheiden tukeminen, kotouttaminen. Kirjasto järjestää perheille monikulttuurista ohjelmaa, äidinkielestä riippumatta ICDP vanhempainryhmät Vahvistetaan perhetalo Ankkurin toimintaa Koulujen koti- ja kouluhydistykset ovat koulujen rinnalla järjestämässä kodeille vanhempainiltoja ja teematapahtumia. Kaupungin kotisivut on uusittu 2019. Neuvola ja kouluterveydenhuolto on päivittänyt tietonsa ja lisännyt asiakkaille hyödyllisiä linkkejä, teemana ajankohtaisuus ja helposti löytyvä tieto. Vastaanottotilanteissa yhä useammin ohjataan asiakasta löytämään ja käyttämään digitaalisia palveluita.
--	---	--	--	--

				Varhaiskasvatuksessa on testattu uudenlaisia vanhempainiltoja ja niitä kehitetään edelleen useampien huoltajien tavoittamiseksi. Varhaiskasvatus on yhteistyössä perheysikön kanssa käynnistänyt yhtenä iltapäivänä viikossa toimivan Avoimen päiväkodin, johon lapsi osallistuu yhdessä aikuisen kanssa. Suunnitelmissa on kehittää avointa toimintaa yhteistyössä muiden yksiköiden ja kolmannen sektorin kanssa. Osallistuttu Lapsi- ja perhepalveluiden muutosohjelmaan (LAPE). LUOTSI-koulutus (lähisuhdeväkivallan ehkäisy) toteutuu vuonna 2020, 15 osallistujaa. Kevät- ja syyslukukauden aikana on pidetty kohdennettuja luentoja murrosikäisten perheille.
	Helpotetaan huolen puheeksi ottoa ja avun saantia. Varhainen puuttuminen perheiden huoliin ja tuen järjestäminen. Huolen puheeksi ottaminen on kaikkien vastuulla. Perhekeskeinen, moniammatillinen ja verkostomainen työote. Perhetalo Ankkurin toiminnan vahvistaminen ja kehittäminen. Perheiden tukeminen varhaisen tuen muodoilla	Neuvola Kouluterveyden -huolto Varhaiskasvatus Koulutoimi Sosiaalitoimi	Lastensuojelun avoimuusohjelmien tukitoimien piirissä olevien osuus 0-17 vuotiaista (prosenttiosuus kaikista lapsista) Kodin ulkopuolelle sijoitettujen 0–17 vuotiaiden lasten lukumäärä ja prosenttiosuus kaikista lapsista.	Työskentelytapa uusittu, yhteistyön lisääminen tärkeiden yhteistyökumppaneiden kanssa. Painotus ennaltaehkäisevään työhön. Panostettu sosiaalihuoltolain mukaisiin palveluihin: lisätty henkilöstö (tulevaisuudessa kaksi sosiaalityöntekijää + yksi sosiaaliohjaaja). Puheeksiottamisen edellytyksenä ovat hyvät vuorovaikutustaidot. Työntekijöitä sosiaali-, terveys- ja sivistystoimessa koulutetaan edelleen ICDP/Kannustava vuorovaikutusohjelmaan. Tavoitteena on vahvistaa

	kuten ehkäisevällä perhetyöllä. Perheneuvolapalveluiden oikea-aikainen saanti. Neuvolan laajat terveystarkastukset tarvittavine tukitoimineen.		jokaisen omaa ammatillisuutta ja yhteistä suhtautumistapaa asiakkaisiin kaikissa lapsiperhepalveluissa. Vuonna 2019 järjestettiin ruotsinkielinen Taso 1 koulutus ja 2020 on tulossa Taso 1 suomenkielisenä. Henkilöstö ollut Lapset puheeksi -koulutuspäivällä Voisimme mahdollisesti ottaa käyttöön MARAK-riskiarviointilomakkeen Paraisilla (lähisuhdeväkivallan ehkäisy) Äitiys- ja lasten neuvolalla mahdollisuus lähettää psykologin kriisiajalle (tunti viikossa). Akuuttiaikoja lääkärille terveyskeskuksessa ja oppilaille joka viikko mahdollisuus nopeaan lääkäriaikaan. Voisimme 2019 aikana vielä pohtia verkostotyötapojen vahvistamista. Voimaperheet- hanke on ollut käytössä Paraisilla 2/2015 - 11/2018. Hankkeen alusta kyselyitä on lähetetty perheille 616 kpl. Perheet palauttaneet 410 kpl. Kriteerit täyttävien määrä 38 kpl. Hoito-ohjelmasta kieltäytynyt 11 kpl, keskeyttäneet 3 kpl, ei saatu yhteyttä 3 kpl. Ohjelman on läpikäynyt 21 lasta perheineen. Hanke ei jatku toistaiseksi Paraisilla koska kriteerit täyttävien määrä on alhainen kuten myös osallistuminen. Murrosikäisiä perheessä tapaamiset, luennot vanhemmille.
--	---	--	---



			Palvelutarpeen arvioinnin avulla tuetaan vanhempia ottamaan puheeksi heidän oman huolensa ja avuntarpeensa. Tukea järjestetään moniammatillisen tukiverkoston avulla. Perhetyön ja neuvolan yhteistyötä kehitetään 2020. Tavoitteena entistäkin helpommin ja nopeammin järjestettävä tuki perheille. Eri ohjelmat ja menetelmät käytössä: • ICDP • Voimaperheet (11/2018 saakka) • Ta till tals • Lapset puheeksi • Beardslee perheinterventio ("pitkä lapset puheeksi") • TRAPPAN • Valomerkki Neuvolan ja koulun laajat terveystarkastukset tarvittavine tukitoimineen. • Tehdään joka toinen vuosi (2019 edellisen kerran) 5. ja 8. luokkalaisten vanhemmat mukana terveystarkastuksissa • LTH (tiedonkeruu 4 v, tulosten purku ja käsittely 2020) • Laajat terveystarkastukset 4 kk, 18 kk ja 4-vuoden iässä • Fin-lapset (tiedonkeruu 3-6 kk ikäiset helmi-lokakuu 2020)
--	--	--	--

			- Lukion ja amk:n 1. vuosi - terveystarkastus ja 2. vuosi - lääkärintarkastus OTR = Opiskeluterveydenhuoltoryhmän säännölliset tapaamiset eri kouluissa	
	Vahvistetaan varhaiskasvatuksen, koulun ja kodin yhteistyötä * Arviointi- ja oppimiskeskustelujen kehittäminen vuorovaikutteisiksi oppimista ja hyvinvointia edistäviksi tilanteiksi. * Koulun, kodin ja päivähoidon välinen yhteistyö. (Varhainen puheeksi otto.) Wilman käytön kehittäminen ja myönteisen palautteen käytön lisääminen. * Toiminnalliset vanhempainillat yhteistyössä varhaiskasvatuksen ja koulun eri sidosryhmien kanssa. * Avoimet ovet ja kodin ja varhaiskasvatuksen/koulun päivät, jolloin huoltajilla mahdollisuus tutustua päiväkotien ja koulujen toimintakulttuuriin.	Opettajat Lastentarhanopettajat Koulujen rehtorit Päiväkotien johtajat	Huoltajien osallistuminen vanhempainiltoihin sekä kodin ja varhaiskasvatukseen/koulun muihin yhteisiin tilaisuuksiin.	Wilma otettu käyttöön esikoulussa. Wilma-lomakkeita, esim. memo, kehitetty esikoulua varten. Perhetalo Ankkurissa järjestettiin 24.5.2018 pop up -keskustelutilaisuus aiheesta koulu ja varhaiskasvatus. Vastaavanlainen tilaisuus järjestetään vuonna 2019 jollakin kunta-alueista.
Aktiivinen arki	Edistetään aktiivisuutta lasten ja nuorten arjessa. Innostetaan liikuntaan. * Henkilökohtainen ohjaus (esim. Movetest, perheille tarkoitettu esite vinkkeineen) Huom! Movetest on perusopetuksen ops:ssa	Nuorisoliikuntatoimi Neuvola Kouluterveydenhuolto Varhaiskasvatus Koulutoimi	Harrastaa hengästyttävää liikuntaa vapaa-ajalla korkeintaan 1 h viikossa, % 8. ja 9. luokan oppilaista Harrastaa hengästyttävää	Kaupunki on palkannut osa-aikaisen liikunnanohjaajan tammikuusta 2019 alkaen. Liikunnanohjaaja työskentelee aktiivisesti kohderyhmänään lapset ja nuoret ja käynnistää muun muassa liikuntakerhoja ja kannustaa sillä tavoin liikkumaan.

	* Mitä lasten kanssa voi tehdä? -&gt; Infoa netissä/esitteissä (eri aktiviteeteista, paikoista), esimerkkinä Västerås * vapaa-aikatoimi ja yhdistykset kertomaan liikunta- ja harrastusmahdollisuuksista Liikunta ja terveystieto oppiaineiden työtavoissa ja oppisisällöissä keskitytään hyvinvointiin ja liikunnan edistämiseen osana lapsen ja nuoren arkea. Neuvolassa ja kouluterveydenhuollossa on käytössä systemaattinen toimintatapa siihen, miten ylipainoon reagoidaan ja miten perhettä ja nuorta ohjataan kohti terveellisiä elämäntapoja. Noudatetaan Käypä-hoito suositusta lasten ja nuorten lihavuuden ehkäisyssä ja hoidossa.		liikuntaa vapaa-ajalla korkeintaan 1 h viikossa, % lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista Harrastaa hengästyttävää liikuntaa vapaa-ajalla korkeintaan 1 h viikossa, % ammatillisen oppilaitoksen 1. ja 2. vuoden opiskelijoista Ylipaino, % 8. ja 9. luokan oppilaista Ylipaino, % lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista Ylipaino, % ammatillisen oppilaitoksen 1. ja 2. vuoden opiskelijoista Ylipainoisten, alle kouluikäisten lasten määrä Neuvolan ja kouluterveydenhuollon tilastotieto ylipainoisten lasten määrästä (kehitteillä).	Kaupungin kulttuuriyksikkö testaa kaikissa kouluissa 3–6-luokkalaisten kerhoja. Kerho toimii viisi viikkoa, minkä jälkeen kerhon sisältö vaihtuu. Tarkoituksena on tällä tavoin esitellä lapsille kaupungissa tarjolla olevia aktiviteetteja ja mahdollisesti johdattaa lapsia kolmannen sektorin ohjatun toiminnan pariin. Kerhoja pidetään heti koulupäivän jälkeen. Kulttuurikasvatussuunnitelma toteutetaan lukuvuonna 2018–2019 ensimmäistä kertaa kokonaisuudessaan kaikissa kouluissa. Tarkoituksena on, että Paraisilla 9–11 vuotta koulua käyvä oppilas pääsee tällä tavoin tutustumaan kaikkiin erilaisiin kulttuuri- ja taidemuotoihin kouluvuosiensa aikana. Se voi tapahtua esimerkiksi esitysten, näyttelyiden, museokäyntien, konserttien tai työpajojen muodossa. “Takaa kaikille lapsille ja nuorille tasa-arvoisen mahdollisuuden. Kulttuuri ja taide tukevat kommunikaatiota, yhteistyötä, empatiaa ja oma-aloitteisuutta. Voi antaa välineitä itsensä ja ympäristönsä ymmärtämiseen sekä tukea arjen hallintaa ja oppimista.” Fin-lapset rekisteri: Lasten ja nuorten ylipaino ja lihavuus. Neuvola ja kouluth. tarkastellut syksyllä 2019 tilastotietoa. Käyty keskustelu menetelmistä ja työn haasteista. Käytössä THL:n Lapsen ylipainon puhekesiotto-opas ammattilaisille.
--	--	--	---	---

				Informaatiota Nuori.parainen.fi-sivustolla. Osallistuttu elintapaohjauksen kehittämishankkeeseen, VESOTE-hankkeeseen. Vuosikurssien 3-6 oppilaille testattiin kerhoja. Mutta konsepti tarvitsee kehittämistä ja toivomus lukukausittaisista kerhoista on esitetty.
	Liikunnan lisääminen eri ympäristöissä (matala kynnyks) * Liikkuva koulu/varhaiskasvatus -toimintamalli otetaan käyttöön Paraisten kouluissa ja varhaiskasvatuksessa * Koululaisten liikunnallisia harrastekerhoja lisätään koulupäivän yhteyteen * Koulumatkaliikuntaa aktivoidaan * Nuorille aktiivista kesätoimintaa, jos eivät saa kesätyötä, ovat passiivisina kotona (nyt lähinnä lapsille suunnattua) * Digitaalisia mahdollisuuksia hyödynnetään (aktiivisuusmittarit, appsit jne.)	Koulutoimi Varhaiskasvatus Nuorisotoimi Liikuntatoimi	Kokee terveydentilansa keskinkertaiseksi tai huonoksi, % 8. ja 9. luokan oppilaista Kokee terveydentilansa keskinkertaiseksi tai huonoksi, % 4. ja 5. luokan oppilaista (2017-) Kokee terveydentilansa keskinkertaiseksi tai huonoksi, % lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista Kokee terveydentilansa keskinkertaiseksi tai huonoksi, % ammatillisen oppilaitoksen 1. ja 2. vuoden opiskelijoista Koululaisten liikunnallisten harrastekerhojen osallistujamäärä	Vastikään, tammikuussa 2019 palkattu liikunnanohjaaja työskentelee kohderyhmänään lapset ja nuoret. Lapsille ja nuorille suunnattua kerhotoimintaa kehitetään. Parhaillaan suunnitellaan yhteistyötä varhaiskasvatuksen ja liikuntatoimen kanssa. Tavoitteena on luoda liikkumaan innostavia koulujen pihoja, Skräbböle skola ja Nilsbyn koulu ovat vuonna 2018 saaneet ns. miniareenat. Vuonna 2019 uudistetaan Kyrkbackens skolan piha ja aloitetaan Koivuhaan koulun pihan uudistamisen suunnittelu. Alakouluikäisten lasten kesätoimintaa järjestetään Nauvossa, Korppoossa ja Paraisilla. Osittain yhteistyötä kolmannen sektorin kanssa. Paraisten keskustassa järjestetään kesällä 2019 toimintaa kesälomalla oleville nuorille. Liikuntakerhot Houtskarissa/Korppoossa. Pyritään aktivoimaan kesätyötä vailla olevia nuoria. Työ tämän asian parissa jatkuu. Testataan erilaisia malleja.

			Nuortenideat.fi. Yhteistyö kolmannen sektorin kanssa. Nuorille järjestetään työtoimintaa ja muuta koululomien aikaista toimintaa. Ala-asteikäisille koululaisille on järjestetty kesätoimintaa. Kesätoiminnan käynnistäminen yläkouluikäisille on haastavaa. Urheilukerhoja on järjestetty Houtskarissa ja Korppoossa.
Terveellisten ruokailutottumusten omaksuminen Ravitsemusneuvontaan kehitettyä materiaalia hyödynnetään neuvolassa ja kouluterveydenhuollossa kuten Syö hyvää.fi ja Neuvokas.perhe.fi Terveelliseen elämäntavan kasvatustapaa tuetaan kaikissa palveluissa. Kannustetaan säännölliseen ateriaritmiin, perheen yhteisiin aterioihin ja terveelliseen ruokavalioon. Varhaiskasvatus- ja kouluruokailua kehitetään niin, että ruokailu noudattaa varhaiskasvatussuunnitelmaa ja esi- ja perusopetuksen sekä lukiokoulutuksen opetussuunnitelmaa. Nuorisotaloilla tarjolla hyvä välipala Tutustutaan kouluruokailu-agenttitoimintaan ja sen	Neuvola Kouluterveydenhuolto Varhaiskasvatus Koulutoimi Keskuskeittiö	Ei syö koululounasta päivittäin, % 8. ja 9. luokan oppilaista Ei syö koululounasta päivittäin, % lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista Ei syö koululounasta päivittäin, % ammatillisen oppilaitoksen 1. ja 2. vuoden opiskelijoista Esi- ja perusopetuksen opetussuunnitelman arviointi (Perusopetus luku 5.5 Opetuksen ja kasvatuksen tavoitteita tukeva muu toiminta) Säännölliset yhteistyö- ja kehittämispalaverit opetushenkilöstön ja koulu- ja varhaiskasvatukseen ruokailusta	Neuvola ja kouluterveydenhuolto käyttää Neuvokas-materiaalia työssään. Erilaiset ruokavaliot lisääntyvät. Näistä tarvitaan lisäkoulutusta. Ravitsemusterapeutin palvelusaanti olisi hyvä ja tukisi neuvolassa ja kouluth:ssa annettavaa ohjausta. Yhtenä nuorisotalojen aktiviteettina on välipalojen valmistus yhdessä. Tavoitteena on opettaa sekä keittiötaitoja että terveellisten välipalojen tärkeyttä. Eri kouluissa järjestetään koti- ja kouluyhdistysten ja 4H:n kokkikerhoja, myös kaupungin nuorisotoimi tekee yhteistyötä nuorisotalon kokkikerhon (Food Corner) kanssa. Varhaiskasvatuksessa panostus karkittomuuteen ja ruoan sokerimäärän vähentämiseen. Nuorisotiloissa on valmistettu sekä välipalaa että perjantai-illallisia yhdessä nuorison kanssa. Nuorisotiloissa on kielletty energiajuomat ja se on toiminut hyvin.

myötä osallistetaan lapsia, oppilaita ja muita koulujen sidosryhmiä kouluruokailun suunnitteluun ja toteutukseen Vahvistetaan yhteistyötä niiden kolmannen sektorin toimijoiden kanssa, joilla on kosketuspintaa terveelliseen ruokaan ja järkeviin ruokailutottumuksiin.		vastaavan henkilökunnan kanssa	
Aktiivisuutta lisäävä ympäristö Kaupungin investointiohjelmassa otetaan huomioon hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen tavoitteet lisäämällä lähiliikuntapaikkoja ja kunnostamalla varhaiskasvatuksen ja koulujen pihat liikkumiseen kannustaviksi Varmistetaan, että päiväkotien ja koulujen sisäliikuntatilat mahdollistavat varhaiskasvatussuunnitelman sekä esi- ja perusopetuksen opetussuunnitelmien toteuttamisen Korostetaan arki- ja hyötyliikunnan merkitystä (tarvitaan pyöriteitä jne.)	Talousarvion investoinnit	Liikuntapaikkojen investoinnit (€/asukas)	Kaupunki pyrkii uudistamaan koulujen pihoja ja tekemään niistä liikkumiseen innostavia. Skräbböle skola ja Nilsbyn koulu ovat vuonna 2018 saaneet ns. miniareenat. Vuonna 2019 uudistetaan Kyrkbackens skolan piha ja aloitetaan Koivuhaan koulun pihan suunnittelu. Kaupungin vuoden 2019 investointitalousarvioon on varattu varat Nauvon Kyrkbackens skolan pihalle toteutettavaa lähiliikuntapaikkaa varten, Finbyn hiihtostadionin yhteyteen toteutettavaa padelkenttää varten sekä Keskuspuiston leikkipuiston ja muiden aktiviteettien suunnittelua ja toteutusta varten. Pyörä- ja kävelytiet ja aktivoivat kokoontumispaikat on huomioitu kaupungin strategian toimintasuunnitelmassa. Varhaiskasvatus on jatkanut ulkoilmapedagogiikan kehittämistä toiminnassaan ja kehittänyt päiväkotien pihojen siten, että ne innostavat

				leikkimiseen ja liikkumiseen. Päiväkotien pihat ovat iltaisin ja viikonloppuisin kaikkien käytettävissä.
Lasten ja nuorten henkinen hyvinvointi, osallisuus ja kaveruus lisääntyvät	Kaveruuden lisääntyminen ja koulukiusaamisen vähentyminen Rakennetaan toimiva Paraisten malli, jolla lisätään oppilaiden koulussa viihtymistä ja vaikuttamismahdollisuuksia omaan arkeensa. Vahvistetaan lasten ja nuorten yhteistyö- ja vuorovaikutustaitoja sekä yhdessä tekemisen kulttuuria lasten, nuorten ja aikuisten välillä.		Ei yhtään läheistä ystävää, % 8. ja 9. luokan oppilaista Ei yhtään läheistä ystävää, % lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista Ei yhtään läheistä ystävää, % ammatillisen oppilaitoksen 1. ja 2. vuoden opiskelijoista Koulukiusattuna vähintään kerran viikossa, % 8. ja 9. luokan oppilaista Koulukiusattuna vähintään kerran viikossa, % 4. ja 5. luokan oppilaista (2017-) Koulukiusattuna vähintään kerran viikossa, % lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista Koulukiusattuna vähintään kerran viikossa, % ammatillisen oppilaitoksen 1. ja 2. vuoden opiskelijoista Yhteistyö - ja vuorovaikutustaidot osana varhaiskasvatukseen suunnitelmaa ja esi - ja perusopetuksen opetussuunnitelmaa	Matalan kynnyksen toimintaa koulupäivän jälkeen; läksykerhoja koulun järjestämänä, koulukuraattorin oppilaille pitämät vapaaehtoisryhmät. Tukihenkilötoiminnan järjestäminen. Järjestetty koulujen henkilökunnalle täydennyskoulutuksia sekä "Hyvää mieltä yhdessä" - että "VERSO – vertaissovittelu" -ohjelmista. Täydennyskoulutukset on järjestetty sekä ruotsiksi että suomeksi. Vertaissovittelua on alettu käyttää osassa ruotsin- ja suomenkielisiä alakouluja. Otettu käyttöön "Hyvää mieltä yhdessä" -opetusmateriaali. Nuorisovaltuusto. Avoin nuorisofoorumi, nuorisotalojen malli nuorten omien aloitteiden ja osallisuuden lisäämiseksi. Nuorisovaltuusto on antanut lausunnon keskuspuiston suunnitelmista ja nuorten ilmaisista ehkäisyvälineistä. Nuorisotiloissa on vahvistettu nuorten osallisuutta ja suunniteltu ja toteutettu yhdessä erilaisia projekteja kuten yöpymisiä, Himos matka, paintball jne.

			a (laaja-alainen osaaminen)	
	Osallisuuden lisääminen Matalan kynnyksen harrastusmahdollisuuksia kaiken ikäisille lapsille ja nuorille Oppilaskuntatoiminta aktiivista ja ikäluokalle tarkoituksenmukaista sekä selkeä osa koulun toimintakulttuuria.	Koulukuraattori Koulujen oppilashuoltoryhmät Monialainen yhteistyöryhmä MONA	Ei tiedä miten voi vaikuttaa koulun asioihin, % 8. ja 9. luokan oppilaista Hyvät vaikutusmahdollisuudet koulussa, % 8. ja 9. luokan oppilaista (2017-) Hyvät vaikutusmahdollisuudet koulussa, % lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista (2017-)	Kaikilla kunta-alueilla järjestetään ns. avoimia nuorisofoorumeja. Kaikki nuoret voivat vapaasti osallistua foorumeihin ja esittää siellä ajatuksiaan ja ideoitaan. Tarkoituksena on, että nuoret tämän jälkeen vievät ideoita ja toimintaa eteenpäin nuoriso-ohjaajan tuella. Nuorisotyön toiminnan lähtökohtana on, että aloitteet erilaisesta toiminnasta tulevat nuorilta itseltään, minkä jälkeen nuoret suunnittelevat ja toteuttavat toiminnan yhdessä nuoriso-ohjaajan, kolmannen sektorin tai jonkin muun yhteistyötahon kanssa. Näin halutaan kannustaa nuoria tekemään omia aloitteita ja ottamaan vastuuta omasta vapaa-ajastaan. Yksi varhaiskasvatuksen painopisteistä on lisätä lasten ja huoltajien osallisuutta toiminnassa. Seuranta tehdään vuosittain. Nuorisotyö on sitouttanut ja aktivoinut nuorisoa tekemään asioita. Kun he ovat keksineet idean, he ovat toteuttaneet sen nuoriso-ohjaajan kanssa.
	Henkisen hyvinvoinnin parantuminen Psyykkisesti oireilevien lasten varhainen seulonta neuvolassa ja kouluterveydenhuollossa. Voimaperheet hoito-ohjelma ja masennus-seulat.	Neuvola Kouluterveydenhuolto Päihdetyöntekijä	Kohtalainen tai vaikea ahdistuneisuus, % 8. ja 9. luokan oppilaista Kohtalainen tai vaikea ahdistuneisuus, % lukion 1. ja 2.	Nuorisotalojen toiminta matalan kynnyksen toimintaa. Lähiliikuntapaikkojen kehittäminen. Yhteistyö kolmannen sektorin kanssa. Voimaperheet-hanke on ollut käytössä Paraisilla 2/2015 - 11/2018. Hankkeen alusta kyselyitä on lähetetty perheille

	Pakka - toimintamallin käyttöönotto (Tästä suunnitellaan mahdollisesti maakunnallista hanketta päihdehaittojen selättämiseksi.)	vuoden opiskelijoista Kohtalainen tai vaikea ahdistuneisuus, % ammatillisen oppilaitoksen 1. ja 2. vuoden opiskelijoista Tosi humalassa vähintään kerran kuukaudessa, % 8. ja 9. luokan oppilaista Tosi humalassa vähintään kerran kuukaudessa, % lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista Tosi humalassa vähintään kerran kuukaudessa, % ammatillisen oppilaitoksen 1. ja 2. vuoden opiskelijoista Tupakoi päivittäin, % 8. ja 9. luokan oppilaista Tupakoi päivittäin, % lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista Tupakoi päivittäin, % ammatillisen oppilaitoksen 1. ja 2. vuoden opiskelijoista	616 kpl. Perheet palauttaneet 410 kpl. Kriteerit täyttävien määrä 38 kpl. Hoito-ohjelmasta kieltäytynyt 11 kpl, keskeyttäneet 3 kpl, ei saatu yhteyttä 3 kpl. Ohjelman on läpikäynyt 21 lasta perheineen. Hanke ei jatku toistaiseksi Paraisilla koska kriteerit täyttävien määrä on alhainen kuten myös osallistuminen. Mielenterveystalo.fi käytössä. Varhaiskasvatuksessa on suuri huoli perheiden jaksamisesta ja hyvinvoinnista, mikä saattaa heijastua lapsiin. Yhteistyön lisääminen erityisesti lastenneuvolan, perheneuvolan, perheyksikön ja kolmannen sektorin kanssa on työn alla.
--	---	--	--

TYÖIKÄISTEN HYVINVOINTI

Tavoite	Toimenpiteet ja vastuutaho	Resurssit	Arviointimittarit	Hyvinvoinnin edistäminen
Aktiivinen arki, painonhallinta ja liikunnan tukeminen	Liikuntahaaste paraislaisille Mikä liikuttaa paraislaisia? Kilpailu/haaste kaikille kuntalaisille	Kulttuuri ja vapaa-ajan toiminta Yhdistykset Ammatillinen tukihenkilö Sosiaaliohjaajan jalkautuminen	Liikuntapaikkojen käyttötuotot (€/asukas) Osallistujamäärä	Mahdollisuus osallistua Kombin monipuolisille liikuntakursseille. Kehitämme ja laajennamme pyöräilyväyliä ja liikuntareittejä vuosittain. Seikkailugolfrata Keskuspuistossa vuodesta 2018 alkaen. PIF-center (Pargas idrottsföreningin ylläpitämä) on kohtaamispaikka, jossa vanhat ja nuoret kohtaavat liikunnan merkeissä. PIF-center avattiin vuonna 2017. Kaupungin tarjoaa yhdessä PIF:n kanssa mahdollisuuden erinomaisiin hiihtolatuihin. Paraisten kaupungin henkilökunnalla ja muille ryhmillä, esim. yhdistyksillä, mahdollisuus vesijumppaan Folkhälsan-talossa. Sosiaalityön keinoin tuetut liikuntaharrastukset pitkäaikaistyöttömille ja päihde- ja mielenterveysasiakkaille. Toimintakeskus Kiikarin kuntouttavan työtoiminnan ja sosiaalisen kuntoutuksen ryhmät esim. toimintakeskus Kiikarin asiakkaiden tuettu liikunta. Yhä useampi osallistuu Kombin liikuntakursseille. Kiinnostus on kasvanut vuoden 2019 aikana. VIP-kerho. Henkilöt, jotka ovat kiinnostuneita taiteesta ja kulttuurista, mutta jotka erilaisista syistä (yksinäisyys,

				"ei saa aikaiseksi", tuntuu vaikealta) eivät osallistu kulttuurielämään ja -tarjontaan kokoontuvat säännöllisesti vierailukseen yhdessä taide- ja kulttuuritapahtumissa ja kun mahdollista keskustelevat kokemuksistaan. 40 henkilöä osallistuu kerhon toimintaan. Toimintaa koordinoi kulttuuriyksikkö.
Ravintoterapeutin palvelut Järjestetään ravitsemusta koskevia luentoja Hankitaan ravitsemusterapeutin palveluja erityisryhmille	Kansalaisopisto Terveystieteiden osasto	Diabetes perusterveydenhuollon lääkärin avosairaanhoidon vastaanoton käyntisyynä, % kirjatusta käyntisyistä Luentojen määrä	Kansalaisopisto on järjestänyt kursseja ja luentoja terveydestä, ruoasta ja hyvinvoinnista. Tammikuussa Lovisa Sandström luennoi aiheesta "den bästa träningen". Useita ruoanlaittokursseja ja hyvinvointikursseja on järjestetty vuoden 2019 aikana.	
Liikuntaneuvonta Matalan kynnyksen liikunta ja kulttuuri /urheiluneuvoja	Kulttuuri- ja liikuntatoimi Kansalaisopisto Terveystieteiden osasto	Osallistujien määrä	Liikuntaneuvonta käynnistyi kesällä 2018 terveydenhuollon, liikuntatoimen ja Kombin välisenä yhteistyönä (VESOTE-hanke; ennaltaehkäisevät ryhmät).	
Liikkumattomien palveluketju Ohjataan liikuntaryhmiin riskiryhmässä olevia	Kansalaisopisto Kulttuuri- ja liikuntatoimi Terveystieteiden osasto Yhdistykset	Hankkeet Osallistujamäärä	Liikuntaneuvonta käynnistyi kesällä 2018 terveydenhuollon, liikuntatoimen ja Kombin välisenä yhteistyönä, LIIPAKE. Palvelutarjotin (kurssi- ja ohjelmatarjonta) Kansalaisopisto järjestää jatkuvasti matalan kynnyksen liikuntakursseja pientä maksua vastaan. Myös räätälöityjä kursseja esimerkiksi henkilöille, jotka eivät harrasta lainkaan liikuntaa.	

				Kombin matalan kynnyksen kurssit eivät olleet suosittuja eivätkä ne alkaneet.
	Arjen aktivointi Ergonomiset työpisteet Kokoustiloihin ja ruokasaliin korkeat pöydät	Esimiehet	Työntekijäpalaute	Kaupungin henkilökunnalle taukojumppaohjelma (ErgoPro), mahdollisuus venytellä ja liikkua omaan tahtiin työpäivän aikana. Kaupungin henkilökunnalle: työpisteen ergonomian arviointi työpaikkakäynnillä. Mahdollisuus saada neuvoja työfysioterapeutilta. Mahdollisuus saada säädettävä työpöytä ja -tuoli.
	Vapaa-ajantoiminnan tilat Suunnittelussa huomioidaan mahdollisuus sisä- ja ulkotilojen aktivoivaan käyttöön	Ympäristö ja viheralueet Palvelutoiminnot	Liikunnan mahdollistavien ympäristöjen määrä	Pyöräilyväylien, kävelyreittien ja kohtaamispaikkojen kehittäminen on osa kaupungin työn alla olevaa strategiaa. Keskusta-alueen valaistuksen lisääminen on osa strategiaa. Yleisiä puistometsiä ja viheralueita on ja niitä voidaan käyttää erilaisiin aktiviteetteihin. Järjestetään erilaisia liikuntatapahtumia luonnossa ja viheralueilla. Strategian mukaan jonkin olemassa olevan vaellusreitit varten suunnitellaan yleistä grillauspaikkaa, kysely keväällä 2019.
Arjenhallinta, vastuunkantaminen	Pitkäaikaistyöttömyyden ehkäisy Kohdennetaan 200 päivää työttömänä olleille palveluja	Työllisyyskoordinaattori Kiikari	Aktivointiaste Työlliset, % väestöstä Työttömät, % työvoimasta Pitkäaikaistyöttömät, % työttömistä Vaikeasti työllistyvät (rakennetyöttömy	Yrityksille ja yhdistyksille myönnetään 350-500 euroa max. 8 kk. ajan, jos he työllistävät vähintään 200 päivää työmarkkinatukea saaneen pitkäaikaistyöttömän. Elinkeinopalveluiden lisäresurssien ansiosta (vuonna 2018 palkattu yrityskehittäjä) yrittäjyyden ja yritysten kasvun tukemiseen on paremmat mahdollisuudet. Tämän myötä

			ys), % 15 - 64-vuotiaista Nuorisotyöttömät, % 18 - 24-vuotiaasta työvoimasta	paikallisiin yrityksiin syntyy uusia työpaikkoja.
	Koulutustarjonta Arjen hallintaan kohdennettuja kursseja	Kansalaisopisto	Kurssien määrä	Kombi järjestää kestävän kehityksen kursseja, kierrätyskursseja ja luentoja ajankohtaisista aiheista. Axxell utbildning Ab on järjestänyt Paraisilla työvoimakoulutuksena maahanmuuttajille kieli- ja kotoutumiskoulutusta. Kombi osallistui ekososiaalisen elämäntavan luentosarjaan yhdessä 9 muun opiston kanssa. Paraislaiset saivat osallistua 7:lle luennolle, jotka järjestettiin lähellä sijaitsevilla opistoissa. Parainen toimi järjestäjänä yhdellä luennoista.
Yksinäisyyden väheneminen, verkostoitumisen tukeminen	Kotikuntaan tutustuminen Opastettuja kyläierroksia asukkaille, työpaikoille ja kaupungin työntekijöille Paraisten historian esittely Paraisten strategia Paraisille muuttaneille kohdennetut tilaisuudet	Kulttuuri- ja liikuntatoimi Kansalaisopisto Kaupungin henkilöstö Pakolaiskoordinattori Yhdistykset	Tilaisuuksien lukumäärä	Kansalaisopisto on järjestänyt Paraisilla useita kursseja aiheesta "Opi tuntemaan kotikaupunkiasi". VisitParainen-konsepti otettu käyttöön. Matkailuyrittäjille kohdennettu Doerz-palvelu otettu käyttöön. Palvelun kautta sekä paikkakuntalaiset että matkailijat voivat löytää paikallisia tapahtumia. Kulttuurilautakunta tukee kotiseutuyhdistyksiä ja muita yhdistyksiä, jotka ylläpitävät paikallisia museoita, julkaisevat historiallisia teoksia ja järjestävät näyttelyitä ja tapahtumia paikallishistoriasta. Kulttuuriyksikkö julkaisee vuosittain esitteen, jossa esitellään kunnassa toimivat museot.

				Kolmannelle ja neljännelle sektorille tarjotaan mahdollisuus tehdä vapaaehtoistyötä muun muassa vanhustenhuollossa (kulttuurikaveritoiminta, lukulähetit) sekä hoitaa yleisiä alueita (haravointi, metsäalueet ja vastaavat). Kombi yritti järjestää kurssin ”tutustu Paraisiin” siinä onnistumatta. VIP-kerho henkilöille, jotka toivovat osallistuvansa kulttuuritapahtumiin yhdessä muiden kanssa.
	Tapaamisia kielirajojen yli Suomi-kahvila Kaffesvenska Ystävärinki	Kansalaisopisto Kiikari - toimintakeskus Yhdistykset	Tilaisuuksien määrä	Kansalaisopisto järjestää monia kaksikielisiä kursseja, esimerkiksi liikuntakursseja, ruoanlaittokursseja ja käsityökursseja. Tämä tarjoaa mahdollisuuden luonnolliseen kielikylpyyn. Kielikursseja kaupungin henkilöstölle. Säännölliset aamukahvitilaisuudet yrittäjille. Kiikari: Mix-ryhmä, Tillsammans/Yhdessä Kombi järjestää useita kaksikielisiä kursseja ja kiinnostus näitä kursseja kohtaan on ollut oikein hyvä.
	Sosiaalinen media Monipuolinen sosiaalisen median käyttö mahdollistaa tiedottamisen ja yhteydenotot	Facebook ryhmien ylläpitäjinä kaupunki ja yhdistykset	Ryhmien määrä	Kansalaisopisto on saanut hankevaroja yhteiskunnan digitaitojen opettamiseen asukkaille. Tavoitteena on tavoittaa henkilöt, jotka eivät käytä lainkaan tietotekniikkaa. Viestintäsuunnitelma/strategia koskien kaupungin some-kanavia on tehty. Loggista löytyvät henkilöstöä koskevat sosiaalisen median säännöt. Kaupungilla on useita eri

				kohderyhmille suunnattuja some-kanavia, jotka toimivat myös asiakaspalvelun ja kriisiviestinnän tukena. Kombilla on ollut ilmainen vastaanotto henkilöille, joilla on ongelmia digitaalisten työvälineiden kanssa. Syksyllä 2019 tätä toimintaa on laajennettu jopa niin, että ohjaajamme on tehnyt kotikäynnin niiden luona, joilla on it-ongelmia ja auttanut heitä kotona.
	Aikuissosiaalityö aktivoi syrjäytymisvaarassa olevia (uusi toimenpide) Jalkautuva sosiaalityö Ammatillinen tukihenkilö sosiaalipalveluna Matalan kynnyksen ryhmät toimintakeskus Kiikarissa	Sosiaalityöntekijät Sosiaaliohjaajat Päihdetyöntekijä Matalan kynnyksen toimintakeskus Kiikarin ohjaajat ja yhteistyökumppanit (seurakunnat) Toimeentulotuen kohdentaminen osallisuuden vahvistamiseen	Toimintakeskus Kiikarin asiakasmäärä	Toimintakeskus Kiikarin toiminta alkoi uudelleen keväällä 2018 ja osallistujien määrä moninkertaistui useissa eri ryhmissä.
Päihde- ja mielenterveysongelmien väheneminen	Ehkäistään alkoholin, huumeiden, lääkkeiden väärinkäytön ja rahapelien aiheuttamia haittoja Henkilöstö ottaa puheeksi päihteiden käytön ja rahapelaamisen. Yhdistykset ovat mukana tukemassa ehkäisevää toimintaa. Pakka-toimintamalli alkoholin, tupakan ja	Terveystieteiden tutkimuskeskus Työterveysshuolto Päihdetyön koordinaattori Monialainen yhteistyöryhmä Varhaisen puuttumisen malli Yhdistykset	Poliisin tietoon tulleet rattijuopumustapahtumat / 1 000 asukasta Poliisin tietoon tulleet huumausainerikokset / 1 000 asukasta	Kansalaisopisto on järjestänyt luennon siitä, miten peliriippuvuus vaikuttaa ihmiseen ja mihin se voi johtaa. Kaupungin henkilökunnalle: Varhaisen tuen malli, päihdehuolto. Henkilöstön yhteinen koulutus Päihdeasioiden ajankohtaisiltapäivä 28.2.2019.

	rahapelien saatavuuteen puuttumisessa Mielenterveys- ja päihdepalvelut Integroitu mielenterveys- ja päihdehoito sekä sosiaalityö peruspalveluissa	Ehkäisevä päihdetyö Terveystieteiden tutkimuskeskus Sosiaalihuolto: Aikuissosiaalityö, sosiaaliohjaus ja päihdetyön koordinaattorin vastaanotto Jalkautuva aikuissosiaalityö /kotikäynnit Ammatillinen tukihenkilötoiminta Matalan kynnyksen toimintakeskus Kiikari osallisuutta, arjen hallintaa ja toimintakykyä vahvistavana: -avoimet ryhmät -sosiaalinen kuntoutus -kuntouttava työtoiminta	Mielenterveysperusteisesti sairauspäivärahaa saaneet 25 - 64-vuotiaat / 1000 vastaavanikäistä Mielenterveyden ja käyttäytymisen häiriöiden vuoksi työkyvyttömyyseläkettä saavat 25 - 64-vuotiaat, % vastaavanikäisestä väestöstä Aikuisten mielenterveyden avohoitokäynnit / 1 000 18 vuotta täyttäneitä	Yrityskummit - Företagsmentorerna Paraisten kaupungin elinkeinopalvelut on tehnyt sopimuksen yrityskummien kanssa ja tarjoaa palvelua paikallisille yrittäjille. Varsinkin mikroyrittäjät saattavat tuntea olevansa yksin ja heille tarjotaan tämän palvelun kautta mahdollisuus keskusteluun ja sparraukseen. Lisäksi tarjotaan kriisipuhelinpalvelua. Serene-projekti Mielenterveys ja sopeutuminen Mielenterveysseuran järjestämiä koulutuksia ja ohjausta ja ryhmiä. Turun kriisikeskus Ment-tiimi päihde- ja mielenterveystyön moniammatillinen työryhmä Tillsammans/Yhdessä-kahvila joka viikko toimintakeskus Kiikarin tiloissa. Kaupungin, ruotsin- ja suomenkielisen seurakunnan ja vapaaehtoisten välistä yhteistyötä. Päihdekoordinaattorin avovastaanotto AA-toiminta Paraisilla NA-toiminta Turussa Perheneuvolan ja terveyskeskuspsykologin yhteistyö tarvittaessa Ostopalveluna: A-klinikka Turussa (ilman lähetettä), Katkaisuhuoltoasemat (ilman lähetettä) Turku ja Salo, Laitoskuntoutusjaksot (mm. Pixne, A-klinikan toimipisteet), Tukiasuminen ja
--	--	---	---	--

				palveluasuminen (mm. Pattes Pensionat, Ratamokoti, Ykköskoti), Asumisen ohjauksen ja tuen ostaminen asiakkaan omaan kotiin (mm. Patas ja Hyvinvointia arjessa) Folkhälsanin nuorisovastaanotto 13–25-vuotiaille ilman lähetettä. Sairaanhoidopiirin aikuispsykiatrisen poliklinikka Tyksin päihde- ja mielenterveyspäivystys
	Lähisuhdeväkivalta Varhainen puuttuminen ja puheeksi ottaminen Paraisten kaupungin toimintamallin mukaisesti	Henkilöstö	Poliisin tietoon tulleet henkeen ja terveyteen kohdistuneet rikokset / 1 000 asukasta	LUOTSI-kouluttajakoulutukset lähisuhdeväkivallan ehkäisyyn Turun kriisikeskuksen palvelut Ensi- ja turvakoti

IKÄIHMISTEN TOIMINTAKYKY

Tavoite	Toimenpiteet ja vastuutaho	Resurssit	Arviointimittarit	Hyvinvoinnin edistäminen
Yksinäisyyden vähentäminen	Luodaan mahdollisuuksia kohtaamispaikkojen käyttöön Vanhustyön ohjaajat järjestävät moniammatillisesti teemapäiviä yhteistyössä yhdistysten, kulttuuritoimen ja kunnan muiden toimijoiden kanssa. Toimivan yhteiskuljetuksen koordinointi.	Vanhustyön ohjaajat, vastaavat ohjaajat, muistikoordinaattori, palveluohjaaja, vastaava sairaanhoitaja, toiminnan ohjaaja Kulttuuritoimi Sivistystoimi Yhdistykset ja vanhusneuvosto	Asiakaskyselyt Osallistujamäärä Sosiaali- ja terveydenhuollon laatupeli	Vanhusten päivätoiminta on aloitettu Nauvossa ja Korppoossa. Sol i minnet -hanke. Kulttuuriyksikkö on käynnistänyt Kulttuurikaikille -nimisen ryhmän, jonka toiminta keskittyy ikäihmisten kulttuuritoimintaan. Tarkoitus järjestää inspiraatioiltoja henkilöille. Kirjasto kokoaa yhteen lukulähettejä, jotka käyvät lukemassa ääneen eri yksiköissä. Kirjasto on ottanut yhteyttä kaikkiin vanhusten parissa työskenteleviin yksiköihin ja organisaatioihin ja tiedustellut,

				millaisia palveluita nämä toivovat kirjastolta. Kulttuuriyksikkö kouluttaa kulttuurikavereita, jotka voivat käydä yhdessä vanhusten kanssa kulttuuritapahtumissa ja muissa vastaavissa. SPR:n Paraisten osasto yhteistyötahona. Sol i minnet -hanke jatkuu, loppuseminaari pidetään toukokuussa 2020. Paraisilla on 7 valmistunutta valmentajaa, jotka jatkavat hankkeessa. Valmentajat tekevät työtä Aurinkoisessa, Koivukodossa ja Malmkullassa. Kulttuuriyksikkö järjesti kolme inspiraatioiltaa päivää (Kulttuuria arkipäivään) vanhustenhuollon henkilöstölle. Kolme kulttuurikaverikurssia yhteistyössä SPR:n kanssa Paraisilla. Tällä hetkellä noin 25 koulutettua kulttuurikaveria, joita välitetään SPR:n kautta.
	Vahvistetaan vapaaehtoistyön mahdollisuuksia osallistua toimintaan Järjestetään yhteistyöpalavereja Tarjotaan tiloja vapaaehtoistyön käyttöön	Oma henkilöstö Yhdistykset ja vanhusneuvosto Opas, tietoa netissä	Yhteistyöpalaverit	Lukulähetit ja kulttuurikaverit. Koulutettuja senioreiden IT-ohjaajia Paraisilla. Finlands Svenska Ungdomsförbundet FSU rf:n Recycle IT -hanke. Kaupungilla avoimia tiloja esimerkiksi kirjastossa ja Seniorumissa. Seniorumin tiloja käytetään aktiivisesti. Vanhustenhuollon henkilöstö kertoo yhdistysten toiminnasta asiakkaille.
	Seniorineuvonta jokaisella kunta-alueella Liikkuvan palvelupisteen toteuttaminen Mahdollisuus ottaa käyttöön	Palveluohjaaja	Neuvontapalvelujen määrä	IT-päivystys kirjastossa, henkilökohtaista neuvontaa IT-asioissa. Paraisten kaupunki osallistuu vanhusten palveluita

	etäyhteyslaitteet ja etäyhteyssovellutukset			kehittävään KomPassi-hankkeeseen. Terveystieteiden tutkimuskeskuksessa etähoitoa vuodesta 2015 alkaen. Kotihoidossa mahdollisuus ottaa etäyhteys palveluasumisen yksikköön. KomPassi-hanke jatkuu. Etävastaanotot on otettu käyttöön ja ne toimivat ja niitä kehitetään tarpeen mukaan.
	Kehittää tuettua päivätoimintaa Käynnistää päivätoimintaa saaristossa Laajentaa päivätoiminnan valikoimaa	Vanhustyön ohjaajat ja muistikoordinaattori	Sosiaali- ja terveydenhuollon laatupelejä Omaisten illat Asiakaspalaute	Päivätoiminta on käynnistynyt Nauvossa ja Korppoossa.
Toimintakuvauksen tukeminen ja kaatumisten ehkäisy	Toimintakyvyn ylläpitäminen Järjestetään ennaltaehkäiseviä tiedotustilaisuuksia 66-vuotiaille, jotka sisältävät muun muassa ravitsemustietoa, tietoa kaatumisen ehkäisystä, liikunta- ja kulttuuritapahtumista, teemapäivistä jne. ja jotka lisäävät omatoimisuutta. Kehitetään 65 vuotta täyttäneiden mahdollisuuksia osallistua liikunta- ja kulttuuritoimintaan subventoituun hintaan kaupungin omassa toiminnassa ja toimintaseteleiden kautta yhteistyössä kolmannen sektorin ja yksityisten toimijoiden kanssa.	Monialainen henkilökunta Tiedotus Yhteistyötahot "Entisten nuorten tanssit" Vanhusneuvosto	Kaatumisiin ja putoamisiin liittyvät hoitojaksot 65 vuotta täyttäneillä / 10 000 vastaavanikäistä Ikinä-testi (kaatumisen ehkäisy) Osallistujamäärä Kaatumistilastot	Kansalaisopisto, yhdistykset ja yritykset järjestävät joka vuosi tasapainon ja liikkuvuuden parantamiseen tähtääviä kursseja. IKINÄ-messut järjestettiin VPK:n talolla 7.3.2019. Kulttuurikavereista tulee kulttuurilähettiläitä ja he saavat kaiken tiedon tapahtumista ja vastaavista. Kulttuurikaverit saavat osallistua ilmaiseksi tai alennettuun hintaan yhdessä "asiakkaansa" kanssa. Kirja tulee kotiin. Kotihoidon ja kirjaston yhteistyötä. Kombi on järjestänyt useita senioreille räätälöityjä kursseja, joissa on huomioitu senioreiden fyysiset haasteet.

	Kaatumisen ehkäisy Toimintakyky testataan Ikinä-kartoituksella. Tasapainoryhmiä järjestetään kaikilla kunta-alueilla. Ikäihmisten neuvontapiste tiedottaa, miten kaatumisen ehkäisyyn voidaan vaikuttaa. Palvelutarpeen arvioinnissa kiinnitetään huomiota kaatumisen ehkäisyyn sekä palvelutaloissa että asiakkaiden kotona. Yhdistysten kautta houkutellaan liikuntaystäviä. Fysioterapialla tuetaan kuntouttavaa kotoutumista.	Kunnonhoitajat ja henkilökunta Yhdistykset ja vanhusneuvosto Kansalaisopisto Kulttuuri- ja liikuntatoimi Vanhustenhuollon fysioterapia ja toimintaterapia Terveystieteiden yksikkö	Kaatumisiin ja putoamisiin liittyvät hoitojaksot 65 vuotta täyttäneillä / 10 000 vastaavanikäistä Haipro Asiakaskysely Osallistujien ja ryhmien määrä	IKINÄ mallin käyttö kaatumisten ehkäisyssä vuodesta 2015 alkaen. Seniorituvalle on hankittu perintönä tai valtionperintönä saaduilla määrärahoilla kuntosali ja ulkoliikuntapaikka. Samoin saaristossa sijaitsevien palveluasumisen yksiköihin on hankittu ulkoliikuntapaikkoja.
	Liikunnan edistäminen Hankitaan kuntoilulaitteet joka palvelutaloon sekä sisä- että ulkokäyttöön. Lepopaikkoja/penkkejä/käsitteitä eripuolille kaupunkia liikkumisen tukemiseksi. Ikäihmisten neuvontapiste tiedottaa liikunnan edistämisen mahdollisuuksista. Toimivan yhteiskuljetuksen koordinoiti.	Liikunnanohjaajat Kunnonhoitajat Vapaaehtoistyö ja vanhusneuvosto Toimintaterapeutti Fysioterapeutti Palveluohjaaja Vammaisneuvosto	Ryhmien määrä	Seniorum tiedottaa erilaisista liikunnan edistämisen mahdollisuuksista ja palvelulinjan aikatauluista.
Raha- ja päihdeongelmien väheneminen	Ehkäistään alkoholin ja rahapelien aiheuttamia haittoja Henkilöstö ottaa puheeksi päihteiden käytön ja rahapelaamisen.	Kotihoidon henkilöstö Päihdetyön koordinaattori	Päihdesairauksien vuodeosastohoitojaksot 65 vuotta täyttäneillä / 1 000 vastaavanikäistä	Yhteistyö SPR:n "Kohdataan kylillä ja keskuksissa" -hankkeen kanssa. Hankkeen tavoitteena on saada vanhukset vapaaehtoisten

	Jokaisessa vanhustenhuollon yksikössä on vastuutettu ja koulutettu päihde- ja mielenterveysasiantuntija. Ikäihmisten neuvontapiste tiedottaa alkoholi- ja rahapeliongelmien haitoista ja tukimuodoista. Yhdistykset ovat mukana tukemassa ehkäisevää toimintaa.	Psykiatriset hoitajat Geriatrian poliklinikka Lääkärit ja terveydenhoitajat Sosiaalityöntekijät Päivätoiminta Monialainen yhteistyöryhmä Kokemusasiantuntijat Omaiset Kansalaisopisto	Päihdehuollon laitosten 65 vuotta täyttäneiden asiakkaiden hoitopäivät vuoden aikana Koulutettu henkilöstö Toimintaan osallistuvat yhdistykset	tuella osallistumaan kodin ulkopuolisiin aktiviteetteihin. https://www.ikainstituutti.fi/elamanote/ Informaatiota alkoholi- ja peliriippuvuuden ehkäisemisestä IKINÄ-messuilla 7.3.2019. Paraisten kotihoitoon on suunnitteilla tiimi, joka keskittyy vanhusten mielenterveys- ja päihdeongelmiin. Kolme henkilöstön jäsentä on käynyt tarkoitusta varten koulutuksen. Puheeksi ottaminen: 80-vuotiaiden luo tehtävien kotikäyntien yhteydessä tehtävässä kartoituksessa keskustellaan alkoholin käytöstä sekä mahdollisesta peliongelma- tai taloudellisen tilanteen puheeksi otetaan taloudellinen tilanne. Unikoulu työn alla. Kaarinan AA luennoi toiminnastaan ja kokemuksistaan Seniorituvalla. Paraisten kaupungin kriisiryhmällä on syksystä 2018 lähtien ollut käytössä yleisölle avoin puhelinnumero. Henkilöstön yhteinen koulutus Päihdeasioiden ajankohtaisiltapäivä 28.2.2019.
Muistisairaiden tukeminen	Muistiystävällinen kunta Ikäihmisten neuvontapiste tiedottaa aivoterveystietoa ja muistisairaiden huomioimisesta palveluissa. Kotona selviytymisen tukeminen ja mielekäs arki.	Vanhustenhuollon henkilöstö Kotihoito Päivätoiminta Omaishoidon tuki Tukipalvelut Lyhytaikaishoito	Dementiaindeksi, ikävakioitu Asiakaspalaute Tukihenkilöiden määrä Sosiaali- ja terveydenhuollon laatupeli Ryhmätilaisuudet	Koko terveydenhuollon ja vanhustyön henkilöstöllä on koulutusta muistisairaiden kohtaamisesta. Sosiaali- ja terveystieteiden lautakunta on hyväksynyt ohjeistuksen aggressiivisen asiakkaan kohtaamisesta. Tällä hetkellä työstetään toimintamallia jokaiseen työyksikköön väkivallan

	Tarjotaan hoitopolun mukaisia muistisairaiden tukimuotoja tarvitseville. Muistikoordinaattori ja muistihoitaja tukevat henkilöstöä ja kehittää hyviä toimintatapoja muistisairaiden kohtaamiseen. Muistikoordinaattorin vastaanotto ja kotikäynnit. Muistikoordinaattori ja muistihoitaja järjestävät tapaamisia muistisairaille ja heidän omaisilleen. Vertaistuen järjestäminen	Erilaiset palveluasumismuodot Muistiyhdistys ja muistiliitto Eläkeläisyhdistykset Vanhusneuvosto Vapaaehtoiset tukihenkilöt		ennaltaehkäisyyn ja ohjeistusta väkivaltatilanteiden jälkeen tehtäviin toimenpiteisiin.
	Aikainen diagnoosi Henkilöstö ottaa puheeksi muistisairauden oireet ja ohjaa arviointiin ja tekee yhteistyötä geriatrian poliklinikan kanssa. Hoitopolun näkyväksi tekeminen	Muistikoordinaattori Geriatrian poliklinikka Muistihoitajat Lääkärit	Dementiaindeksi, ikävakioitu Testit ja kartoitukset	Koko terveydenhuollon ja vanhustyön henkilöstöllä on koulutusta muistisairaiden kohtaamisesta.

OSA III VALTUUSTOKÄSITTELY

7 SUUNNITELMAN LAATIJAT 2019

Konsernipalvelut

Tiedotuspäällikkö Anne-Maarit Itänen
 Hyvinvointikoordinaattori Paula Sundqvist

Sivistysosasto

Vapaa-aikasihteeri Tove Dahlen
 Rehtori Cecilia Hindersson
 Kulttuuripäällikkö Ann-Sofie Isaksson
 Perhepäivähoidonohjaaja Annette Karlsson
 Opetuspäällikkö Katriina Sulonen

Sosiaali- ja terveysosasto

Vanhustyön päällikkö Camilla Bergman-Kärpijoki

Kotiuttamisohjaaja Marika Cederlöf
Pakolaisohjaaja Gudrun Degerth
Sairaanhoitaja Camilla Duncker
Sairaanhoitaja Christin Eriksson
Terveystenhoitaja Betty Helander
Sosiaaliohjaaja Moona Hellsten
Fysioterapeutti Annika Leandersson
Toiminnan ohjaaja Jenni Lindroos
Vs. sosiaali- ja terveysjohtaja Miia Lindström
Toimintaterapeutti Linnea Löfroth
Sosiaalityöntekijä Inkeri Mäkinen
Vastaava terveydenhoitaja Outi Ramstedt
Terveystenhoitaja Camilla Rautanen
Sosiaalipäällikkö Sami Salmivirta
Terveystenhoitaja Carola Silander-Lehtinen
Palvelupäällikkö sijainen Suvi Simelius-Nieminen
Vastaava sairaanhoitaja, vs hoitotyön päällikkö Janette Sundqvist

Ympäristöosasto

Kaavoitusarkkitehti Turkka Michelsson

8 SUUNNITELMAN HYVÄKSYMINEN

Hyväksytty valtuustossa osaksi toiminnan ja talouden suunnittelua: 16.06.2020