

NUORET – HYVINVOINNILLISET TOIMET 2021-2024 – TYÖPAJAVERSIO 16.11.2020, paikalla: Katja Pohjoismäki, Soile Kukkonen, Juha Damskägg, Pia Salminen, Marita Aaltonen, Hanna Härmälä, Noora Konstari, Susa Rahkonen (Jämsän Terveys Oy), Riikka Kettunen (srk) ja Hannele Rahkonen. Laadinnassa muuten mukana: Heli Koivisto (ravitsemusterapeutti JT), Merja Nieminen, Teemu Liedenpohja, Katja Pohjoismäki, Leena Toivakka (4H), Riitta Hjelt (JT).

TAVOITE ”NUORTEN HYVINVOINTI” (Sis. vanhemmuuden vahvistumisen, terveydelle haitallisten elintapojen vähenemisen: ylipaino, liikunta, päihteettömyys, ravitseminen, mielenterveysoireilun, riippuvuuksien ja syrjäytymisen ennaltaehkäisy).

TAVOITE	TARKEMPI TAVOITE/ALATAVOITE	TOIMENPIDE + VASTUUTAHO	RESURSSI	INDIKAATTORI
Perheiden hyvinvointi	Perheiden vanhemmuus on hyvää ja sitä tuetaan	Vanhempien vertaisryhmä sekä Etsivä nuorisotyö -Vanhemmuuden tuki alle 18-vuotiaiden nuorten vanhemmille	SRK ”Kamalat äidit” –ryhmä Etsivä nuorisotyö (Työvalmennussäätiö Avitus)	Keskusteluvaikeuksia vanhempien kanssa, % 8. ja 9. luokan oppilaista, % lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista, % AOL 1. ja 2. vuoden opiskelijoista
		Verkkovertaisryhmä ja tietoisuus nuoruuden ilmiöistä	Olemassa olevien verkkopalveluiden käyttö mm. https://www.mll.fi/nuorisoneuvola/ https://www.terveyskyla.fi/ https://www.mielenterveystalo.fi/nuoret/Pages/default.aspx	Kuvailu
		Vanhempainillat (mahd. uudet keinot vanhempien tavoittamiseksi, esim. etäyhteydellä) <ul style="list-style-type: none"> • kouluilla • nuorisotiloilla • rippikoulutyön vanhempainillat 	Jämsän kaupunki koulut ja nuorisotoimi sekä vanhempainyhdistykset, Jämsän Seurakunta Etsivä nuorisotyö (Työvalmennussäätiö Avitus)	Toteuma / kuvailu

		Koko perheen harrastukset esim. perheliikuntaryhmät	Järjestöt, seurat, Jämsän kaupunki	Toteuma / kuvailu
		Huumeinfo sekä toimintaohjeet vanhemmille ja tiedotusta avunsaamisesta nuoren päihdeongelmissa. <ul style="list-style-type: none"> - Elämänlaatu- palvelujen luentosarja, vanhempainiltoissa huumevalistukset ja kokemusasiantuntijoiden käyttö, pohditaan esitysten nauhoitusmahdollisuus jatkokäyttöä varten 	Jämsän kaupunki Tiedot verkossa: mm. https://paihdelinkki.fi/fi/kohderyhma/vanhemmille https://a-klinikksaatio.fi/ Avituksen Nuorten palvelut	Toteuma / kuvailu
		Vuosittaiset terveystarkastukset, varhainen tunnistaminen ja tuki, tarvittaessa lisäkäynnit	Koulu- ja opiskelijaterveydenhuolto, Jämsän Terveys Oy	SPAT (terveystarkastukset) Audit, adsume
		Perheiden eriarvoisuuden vähentäminen ja alueeroihin puuttuminen <ul style="list-style-type: none"> - Ilmaiset / edulliset harrastukset, ohjaus / vieminen 	Jämsän kaupunki nuorisotoimi, sosiaalityö ja koulut, järjestöt (mm. Pelastakaa Lapset ry:n Eväitä Elämälle)	Toteuma / kuvailu

		harrastuksiin, välinelainausta, vähävaraisten lasten ja nuorten (7–15 v.) liikuntaharras- tusten tukeminen - + harrastustilat		

TAVOITE	TARKEMPI TAVOITE	TOIMENPIDE + VASTUUTAHO	RESURSSI	INDIKAATTORI
Nuoret voivat hyvin	Nuoret ovat aktiivisia ja heillä on ystäviä	Mielekäs vapaa-aika (mm. kirjaston käyttö, lukemisen edistäminen, taiteen ja kulttuurin merkitys, harrastukset, sosiaaliset kontaktit, leirit, retket, nuorisotilatyö, työpajat, vapaaehtoisen ystävätoiminnan luominen/tukihenkilötoiminta, toimintaa myös 10–12 -vuotiaille)	Jämsän kaupunki elämänlaatu palvelut, sosiaalitoimi, perusopetus (esim. hankkeet ja opiskelu huollon palveluohjaus), Jämsän Seurakunta, järjestöt, esim. MLL, 4H, Jämsänlaakson Settlementi ry, SPR verkkoystävä-kurssi https://rednet.punainenristi.fi/node/43479 Avituksen Nuorten Palvelut sisältäen Etsivän nuorisotyön, yksilövalmennuksen ja Starttipajatoiminnan	Tyytyväinen elämäänsä tällä hetkellä, % 8. ja 9. luokan oppilaista, % lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista, % AOL 1. ja 2. vuoden opiskelijoista
		Ryhmäytyminen kouluissa, koulunuorisotyö ja yhteisöllinen työskentely kouluissa.	Jämsän kaupunki koulut ja nuorisotoimi, järjestöt mm. 4H, Jämsän Seurakunta	Koulukiusattuna vähintään kerran viikossa, % 8. ja 9. luokan oppilaista, % lukion 1. ja 2. vuoden

				opiskelijoista, % AOL 1. ja 2. vuoden opiskelijoista
	Välittävä toimintakulttuuri ja terveellinen kouluympäristö: Huolilanteiden selvittäminen, mm. poissaolot, kiusaaminen (Kiva-koulu), oppimisvaikeudet, mielen hyvinvointi tai päihteet	Jämsän kaupunki perusopetus ja nuorisotoimi, Jämsän Terveys Oy Avituksen Nuorten palvelut		<p>Kouluympäristön terveellisyyden ja turvallisuuden sekä kouluyhteisön hyvinvoinnin edistämisen tarkastus (HYTE)</p> <p>Oppilaiden poissaolojen kokonaismäärää seurataan koko koulussa (HYTE)</p> <p>Tuntee itsensä yksinäiseksi, % 8. ja 9. luokan oppilaista, % lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista, % AOL 1. ja 2. vuoden opiskelijoista</p>
	Nuorten työelämätaitojen hankkiminen (TET-jaksot, 4 h –yrittäjäyys, kesätyöt ja ammatillisen koulutuksen työelämäjaksot)	Järjestöt (mm-.4H), Jämsän kaupunki, yritykset, Avituksen Nuorten palvelut (Nuorten palveluiden ydintehtävä on tukea ja vahvistaa nuorten työelämätaitoja)		Toteuma / kuvailu
	Nuorten kokoontumispaikkojen turvaaminen kaikissa taajamissa	Jämsän kaupunki koulut ja nuorisotoimi, järjestöt		Toteuma / kuvailu
	Jatko-opiskelupaikkaan sijoittuminen perusopetuksen jälkeen	Jämsän kaupunki, Etsivä nuorisotyö ja LuovaStartti		Koulutuksen ulkopuolelle jääneet

				17-24 -vuotiaat (HYTE) sekä 15-29-vuotiaat
	Nuoret liikkuvat riittävästi	Vähän liikkuville nuorille omia liikuntaryhmiä, myös "höntsäryhmiä", vesipalloryhmä, eri lajien yhteinen liikuntaryhmä	Jämsän kaupunki, järjestöt (toimintaa kaikissa taajamissa), Avituksen Nuorten palvelut	Nuorten liikunta-aktiivisuuden seuranta säännöllisesti (HYTE) Kunnassa järjestetään kohdennettuja liikkumisryhmiä liikuntaseuratoiminnan ulkopuolella oleville lapsille ja nuorille (HYTE)
		Kouluissa oppilaita aktivoidaan koulumatkaliikuntaan	Jämsän kaupunki	Koulun oppilaita aktivoidaan koulumatkaliikuntaan (HYTE)
		Liikuntaneuvonnan hankkeen toteutuminen, esim. Nuorille personal trainer –toimintaa	Jämsän kaupunki	Toteuma / kuvailu
		Tietoisuuden lisääminen mahdollisuuksista: harrastusvalikon tunnetuksi tekeminen tiedottamalla	Jämsän kaupunki	Lasten ja nuorten liikunta-aktiivisuutta raportoidaan vuosittain kunnan hyvinvointikertomuksessa tai vastaavassa kertomuksessa (HYTE)
		Metsän ja luonnon hyödyntäminen liikkumisessa: mm. taajamametsien hoito, terveystarvikkeiden hyödyntäminen esim. terveystarkastukset metsässä Gradialla. Tavoite: terveystarvikkeiden resepti	Jämsän kaupunki, järjestöt (mm. 4H), Jämsän Terveys Oy, Avituksen Nuorten palvelut	Kunnan hyvinvointikertomukseen tai muuhun vastaavaan kertomukseen sisältyy kuvaus

				kuntalaisten liikunta-aktiivisuudesta (HYTE)
	Nuoret ovat hyvinvoivia sekä päihteettömiä. Nuorten elintavat lisäävät fyysistä ja psyykkistä terveyttä	Hyvinvoinnin vanhempainilta (teemoina mm. uni, ravinto, liikunta, päihteet, mielenterveys, harrastukset) Kuntouttava työtoiminta, Shl 27§ e, pienryhmätoiminta, avoin ryhmätoiminta ja yksilötyö	Jämsän kaupunki, Jämsän Terveys Oy Avituksen Nuorten palveluiden toiminnot	Kokee terveydentilansa keskinkertaiseksi tai huonoksi, % 8. ja 9. (HYTE) luokan oppilaista, % lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista, % AOL 1. ja 2. vuoden opiskelijoista
		Hyvinvoinnin täyskäsi –tapahtuma kiertäen eri yläkouluilla	Jämsän kaupunki, Jämsän Terveys Oy www.nuortenlinkki.fi/hukkaputki https://nuortenlinkki.fi/ https://nuortenlinkki.fi/peli Interaktiivinen tarinapeli, päihteet ja mielenterveys https://mieli.fi/fi/julisteet/mielenterveyden-k%C3%A4si	Käyttää päivittäin tupakkatuotteita jotain tupakkatuotetta tai sähkösavuketta, % 8. ja 9. luokan oppilaista, % lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista, % AOL 1. ja 2. Nuuskaa päivittäin 8. ja 9. lk oppilaista
		Varmistaa, että he joille päihteiden käyttö ja rahapelaaminen eivät ole ongelma, pystyvät jatkossakin elämään elämäänsä ilman päihde- ja rahapelihaittoja.	Kaikki kaupungin toimijat toiminnassaan. Päätäjät, EVA-menetelmä.	Huolta herättävää päihteiden tai tupakka- ja nikotiinituotteiden käyttöä tai rahapelaamista, % 8. ja 9. luokan

			oppilaista, % lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista, %
		Vuosittaiset terveystarkastukset, varhainen tunnistaminen ja tuki (erityisesti päihteet), tarvittaessa lisäkäynnit koulu- ja opiskelijaterveydenhuollossa	Koulu- ja opiskelijaterveydenhuolto, Jämsän Terveys Oy SPAT (terveystarkastukset) Audit adsume Laajaan terveystarkastukseen sisältyy opettajan kirjallinen arvio oppilaan selviytymisestä ja hyvinvoinnista koulussa, % kunnan peruskouluista
		IPC:n (nuorten masennusoireiden varhainen interventio) käyttöönotto kouluihin Koulu- ja opiskeluhuollon terveydenhoitajien, koulupsykologin ja kuraattorin koulutus malliin	Koulu- ja opiskelijaterveydenhuolto, Jämsän Terveys Oy, Jämsän kaupunki Kohtalainen tai vaikea ahdistuneisuus, % 8. ja 9. luokan oppilaista, % lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista, % AOL 1. ja 2. vuoden opiskelijoista
		Ehkäisevän päihdetyön ryhmän perustaminen ja ehkäisevän päihdetyön käytänteiden luominen	Jämsän kaupunki Toteuma / kuvailu
		Päihdekasvatus eri luokka-asteille Esim. päihdepakuhuone -teemalla luokka-astein (6lk nikotiinituotteet ja energijuomat, 7lk alkoholi ja rahapelaaminen, 8lk huumausaineet)	Jämsän kaupunki, perusopetus, nuorisopalvelut ja koulujen nuorisotyöohjaajat sekä vanhempainyhdistykset, Etsivä nuorisotyö, järjestöt, oppilaitokset Ehkäisevää päihdetyötä yhteisesti kirjattujen käytäntöjen mukaisesti toteuttavat

				peruskoulut, % peruskouluista
		Ylipainoisten nuorten hoito hoitoketjun mukaisesti	Jämsän Terveys Oy	
		Ennaltaehkäisevä perhetyö	Jämsän kaupunki	
		Digivalmennukset ja -alustat mukaan palveluvalikoimaan: Omaolo ja Hyvinvoinnin digivalmennus	Jämsän Terveys Oy https://www.omaolo.fi/ https://oppimateriaalit.jamk.fi/ebosssdigivalmentaja/	Toteuma / kuvailu
		Dialektisen käyttäytymisterapian ryhmä nuorille aikuisille (DKT)	Nuorisopsykiatria ja mielenterveyskeskus, Jämsän Terveys Oy	Toteuma / kuvailu
		Nuorten medialukutaidon kehittäminen	Jämsän kaupunki, järjestöt, Avituksen LuovaStartti	Toteuma / kuvailu
				Nuorten (15-29 -vuotiaat) tekemät rikokset
		Arjen taidot	Jämsän kaupunki, järjestöt (mm. 4H), Avituksen Nuorten palvelut	Toteuma / kuvailu
		Ateriapalvelun ja kouluterveydenhuollon yhteispalaverit	Jämsän kaupunki, Jämsän Ateria- ja Puhtauspalvelut liikelaitos	Toteuma / kuvailu
		Yhteistyöpalaverit Jämsän kaupungin ruokapalveluiden ja koulujen kanssa (mm. ruokafoorumi) toimii ja kuvataan opetussuunnitelmassa	Jämsän kaupunki, Jämsän Ateria- ja Puhtauspalvelut liikelaitos	Koulun opetussuunnitelmasa on kuvattu kouluruokailun järjestämisessä tehtävä yhteistyö ruokailusta vastaavan henkilökunnan kanssa (HYTE)
		Kouluissa noudatetaan valtion ravitsemusneuvottelukunnan kouluruokailusuositusta koululounaan ja välipalojen järjestämisessä.	Jämsän kaupunki	Kouluissa noudatetaan valtion ravitsemusneuvottelukunnan

				kouluruokailusuositusta koululounaan ja välipalojen järjestämisessä (HYTE)
		Ruokakasvatuksen käytänteet: kotitalouden ja terveystiedon oppisisällöt, ruokailo sekä perheiden ruokakäytänteet	Jämsän kaupunki, Jämsän Ateria- ja Puhtauspalvelut liikelaitys	Toteuma / kuvailu
		Järjestöjen kokkikerhojen merkitys ravitsemukseen ja terveellisten ruokavalintojen tekemiseen	Järjestöt, esimerkiksi 4H, Martat, Jämsän seurakunta	Toteuma / kuvailu
		Ravitsemustottumuksiin liittyvät huolenaiheet tunnistetaan varhain ja ryhdytään etsimään niihin ratkaisua yhteistyössä muiden ammattilaisten kanssa	Jämsän kaupunki, Jämsän Terveys Oy, Avituksen Nuorten palvelut	Kuvailu
		Päihteiden käytön puheeksiotto: selkeä ohje mini-interventioon vastaanotoilla ja neuvolassa	Jämsän Terveys Oy, Avituksen Nuorten palvelut	Kuvailu
		Elintapaohjauksen palvelupolun luominen	Jämsän kaupunki, Jämsän Terveys Oy	Toteuma / kuvailu

TAVOITE)	TARKEMPI TAVOITE	TOIMENPIDE + VASTUUTAHO	RESURSSI	INDIKAATTORI
Nuorilla on hyvä palvelutietoisuus ja osallistumismahdollisuudet	Nuoret tietävät palveluista	Palveluista ja harrastusmahdollisuuksista tiedottaminen. Videoiden, verkkonuorisotyön kanavan ja QR-koodien hyödyntäminen palveluiden markkinoinnissa. Konkreettinen ja yksilöllinen tiedonhaku.	Jämsän kaupunki, Jämsän Terveys Oy, Avituksen Nuorten palvelut	Erilaiset kyselyt, asiakaspalautteet

	Nuorten palveluiden resurssien riittävyys ja matala kynnyks	Koulunuorisotyön, nuorisotilatyön sekä verkkonuorisotyön henkilöstöresurssin turvaaminen. Matalan kynnyksen palvelut ovat toiminnan ydin. Avituksen nuorten palveluiden turvaaminen	Jämsän kaupunki, Avituksen Nuorten palvelut	Vähintään 16 tuntia viikossa työskentelevien opettajien lukumäärä jaettuna 100 oppilaalla (HYTE) Sovari- Sosiaalisen vahvistamisen mittari
		Varautuminen valmistelussa olevaan valtakunnallisen mitoituksen tulemiseen kuraattori- ja psykologipalveluihin perusopetuksessa ja toisella asteella. Tämän tai omin toimin riittävän resurssin turvaaminen: Ensisijaisesti pienemmät oppilasmäärät koulupsykologeille ja kuraattoreille. Oppivelvollisuuden laajentamisen uudistus tuo asiakkaaksi Kristillinen kansanopisto uutena v. 2021.	Jämsän kaupunki, Jämsän Terveys Oy	Psykologin ja kuraattorin yhteisölliseen opiskeluhooltoon käyttämä aika, % työajasta (HYTE)
		Luokkakoot eivät kasva liian suuriksi	Jämsän kaupunki	Toteuma
		Matalan kynnyksen periaate nuorten palveluiden tarjoamisessa (leimautumisen pelon vähentäminen ei esteeksi, nopeat yhteydenotot ilma n lähetteitä mahd. mukaan)	Jämsän kaupunki, Jämsän Terveys Oy, Avituksen Nuorten palvelut	Kuvailu

	Nuoret osallistuvat ja vaikuttavat	Kehitetään asiakaspalauttejärjestelmiä ja asiakaskokemusten keräämistä, esim. asiakasraati verkossa	Jämsän kaupunki, Jämsän Terveys Oy, Avituksen Nuorten palvelut	Kunnan palveluiden suunnittelussa ja kehittämisessä hyödynnetään asiakasraateja ja -foorumeja (HYTE)
		Nuoret mukaan palveluiden suunnitteluun ja toteutukseen	Jämsän kaupunki, Jämsän Terveys Oy, Avituksen Nuorten palvelut	Toteuma / kuvailu
		Kehitetään erityisryhmien valmennusta, valmiuksia ja mahdollisuuksia sähköisten palvelujen käyttämiseen	Jämsän kaupunki, Avituksen Nuorten palvelut	Toteuma / kuvailu
		Varmistetaan kaupungin ja järjestämissä tilaisuuksissa ja kaupungin palvelupisteissä liikkumisen ja toimimisen esteettömyys sekä kuunteluolosuhteiden toimivuus kuulo-, näkö- ja liikuntavammaisille osallistujille ja palvelujen käyttäjille (kohtuulliset mukautukset).	Jämsän kaupunki, Avituksen Nuorten palvelut	Toteuma / kuvailu
		Huolehditaan kaupungin verkkosivuston kuten myös erilaisten esitteiden ja oppaiden kehittämisessä niiden käytettävyys ja saavutettavuus eri käyttäjäryhmien kannalta saatavuusdirektiivi huomioiden (mm. viittomakieliset tiedotteet,	Jämsän kaupunki	Toteuma / kuvailu

		puhutut tiedotteet). Kaupungin esitteet ja oppaat tulee päivittää vuosittain erityisesti yhteystietojen osalta.		