

Alueellista yhteistyötä ravitsemuksen yhdyspinnoilla

Anna Päätalo, THM laillistettu ravitsemusterapeutti
ravitsemusyksikkö

14.3.2024



Päijät-Hämeen
hyvinvointialue

Ravitsemusterveyden edistäminen vaatii monialaista yhteistyötä, mutta myös tarjoaa monia mahdollisuuksia



Kunnilla ja hyvinvointialueilla on molemmilla ensisijainen vastuu hyvinvoinnin ja terveyden edistämisestä omassa toiminnassaan. Lisäksi niiden on toimittava yhteistyössä ja tuettava asiantuntemuksellaan toisiaan. Molempien on myös nimettävä terveyden ja hyvinvoinnin edistämisen vastuutaho ja seurattava asukkaiden elinoloja, hyvinvointia ja terveyttä sekä niihin vaikuttavia tekijöitä alueittain ja väestöryhmittäin ([Kuntalaki](#), [Laki hyvinvointialueesta](#), [Laki sosiaali- ja terveydenhuollon järjestämisestä](#)).



Ravitsemusterveyden edistäminen toteutuu käytännössä eri ikäisten asukkaiden arjen ympäristöissä. Ravitsemukseen liittyvät vaikuttavat ratkaisut luodaan yhteistyössä alueen, kunnan eri hallinnonalojen, julkisten ja yksityisten ruokapalvelujen, järjestöjen ja muiden paikallisten ja alueellisten toimijoiden, työpaikkojen ja elinkeinoelämän kanssa. Asukkaiden hyvän ravitsemuksen edistäminen kunnassa on hyvinvointipoliittinen päätös, johon myös kuntapäätäjien tulee sitoutua ([Ravitsemuksella hyvinvointia](#), [Valtion ravitsemusneuvottelukunta, VRN](#)).

Esityksen sisältö



RAKENNE

Hyvinvointialueen ravitsemusyksikkö kuntalaisten ja ammattilaisten tukena ravitsemuksessa



SUUNNITELMA

Päijät-Hämeen ravitsemusterveyden edistämisen suunnitelmasta 2021-2025 suuntaviivat toiminnalle



VERKOSTOT

Ravitsemusterveyden edistämisen alueelliset verkostot toimijoiden välisen yhteistyön mahdollistajina



ARVIOINTI

Ravitsemustoimien toteutumisen arviointi osana alueellista hyvinvointikertomusta



Rakenne



Ravitsemusterveyden rakenne ja yhteistyö hyvinvointialueella

Hyvinvointialueella on ravitsemusyksikkö, joka

- toimii johtavan ravitsemusterapeutin vastuulla
- järjestää ravitsemusterapiapalvelut kaikille asukkaille
- tarjoaa ravitsemuksen asiantuntijatukea ammattilaisille
- vastaa ravitsemusterveyden edistämisen alueellisesta koordinoinnista
- tekee yhteistyötä kunta-, sote- ja järjestötoimijoiden sekä yksityisten toimijoiden kanssa

Päijät-Hämeen
ravitsemusterveyden
edistämisen suunnitelma
2021-2025



Suuntaviivat kunta-, sote- ja järjestötoimijoiden sekä yksityisten toimijoiden ravitsemusterveyden edistämistyölle

Päijät-Hämeen
ravitsemusterveyden
edistämisen työryhmä



Suunnitelman toteutumisen vuosittainen seuranta ja arviointi

Alueelliset
ravitsemusterveyden
teemaverkostot ja
alatyöryhmät



Alueellinen suunnittelu ja kehittäminen, kokemusten ja käytäntöjen jakaminen ja yhteistyön tiivistäminen

Kuntien ja yksiköiden
omat työryhmät ja
yksittäiset ammattilaiset



Kunta- ja yksikötason suunnittelu ja kehittäminen sekä ravitsemusasioiden huomioiminen eri toimintaympäristöissä

Asukas, asiakas
ja potilas



Hyvinvoinnin ja terveyden lisääntyminen ravitsemuksen keinoin

Suunnitelma



Ravitsemusterveyden edistämisen suunnitelman vastuutahot ja painopisteet

KUNTA-, SOTE- JA JÄRJESTÖTOIMIJAT SEKÄ YKSITYISET TOIMIJAT

tukevat asukkaiden terveyttä
edistävää ravitsemusta
omassa toiminnassaan

RAVITSEMUSTERAPEUTIT

vastaavat ravitsemusterapia-
palveluista ja tukevat muita
toimijoita

Lapset ja lapsiperheet:

- Vahvistetaan yhteistyössä vanhempien kanssa lasten ja nuorten tasapainoisen ja myönteisen ruoka- ja kehosuhteen rakentumista ja syömisen taitoa
- Tuetaan lapsiperheiden säännöllistä ruokarytmiä sekä terveyttä edistäviä ja kestäviä ruokavalintoja
- Vahvistetaan ruokakasvatuksen jatkumoa varhaiskasvatuksesta kouluun
- Tuetaan hyvää ravitsemusta varmistamalla ruuan saatavuus ja yhteisölliset ruokailumahdollisuudet

Aikuiset:

- Vahvistetaan aikuisten tasapainoista ja myönteistä ruoka- ja kehosuhdetta sekä syömisen taitoa
- Tuetaan työssä käyvien, etätyötä tekevien ja työelämän ulkopuolella olevien aikuisten säännöllistä ruokarytmiä sekä terveyttä edistäviä ja kestäviä ruokavalintoja
- Tuetaan hyvää ravitsemusta varmistamalla ruuan saatavuus ja yhteisölliset ruokailumahdollisuudet

Ikääntyneet:

- Tuetaan yhteistyössä omaisten ja läheisten kanssa kotona asuvien ikääntyneiden toimintakykyä
- Tuetaan ikääntyneiden säännöllistä ruokarytmiä sekä monipuolisia, terveyttä edistäviä ja kestäviä ruokavalintoja
- Tuetaan hyvää ravitsemusta varmistamalla ruuan saatavuus ja yhteisölliset ruokailumahdollisuudet

Lapsiperheet, aikuiset ja ikääntyneet:

- Varmistetaan ravitsemusasioissa tukea tarvitsevien asukkaiden palvelut ennakoiden, joustavasti ja tasa-arvoisesti
- Varmistetaan ravitsemuksen asiantuntijatuki ammattilaisille

Terveen
kasvun
tukeminen

Heikommassa
asemassa
olevien hyvän
ravitsemuksen
tukeminen

Kotona
asumisen
tukeminen ja
vajaa-
ravitsemuksen
ehkäisy



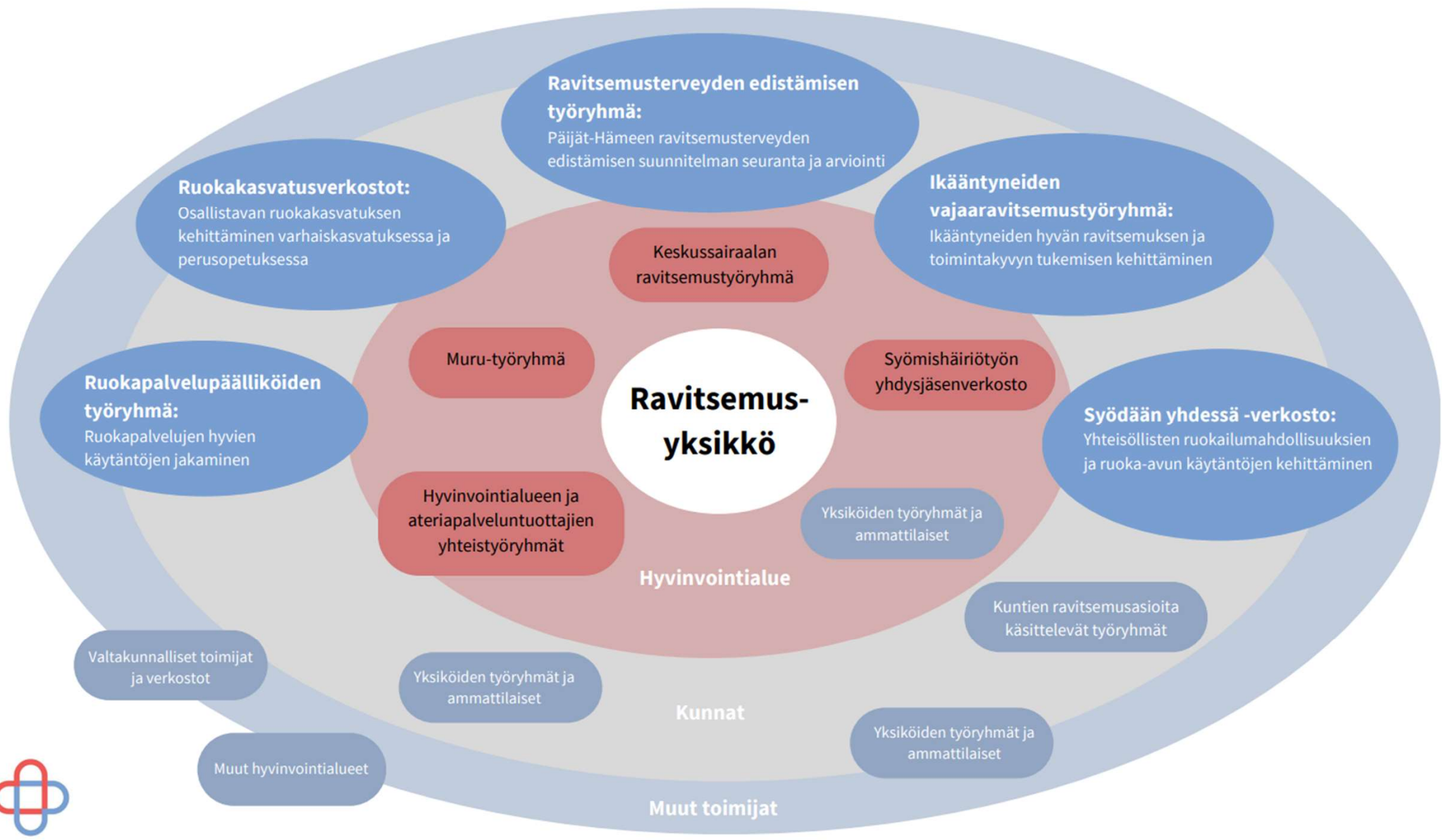
Verkostot



Ravitsemusterveyden edistämistä alueellisella verkostoyhteistyöllä

- Verkostot kokoavat yhteen eri toimijoita Päijät-Hämeen alueelta
- Verkostojen tavoitteet
 - Jakaa kokemuksia ja hyviä käytäntöjä eri kuntien ja toimijoiden välillä
 - Saada tukea ja vinkkejä muilta toimijoilta
 - Vahvistaa toimijoiden osaamista ja innostaa heitä ravitsemusterveyden edistämistyöhön osana omaa perustyötä
- Verkostot toimivat aktiivisesti
 - Säännölliset ETÄ- ja LIVE-tapaamiset useamman kerran vuodessa
 - Ravitsemusyksikkö koordinoi ja fasilitoi tapaamisia
- Tukea myös verkostojen yksittäisille ammattilaisille tarvittaessa





Arviointi



Kuntien itsearviointi ravitsemusterveyden edistämisen toimista arjen yhteisöissä ja ympäristöissä

(Hyte-kyselyn tuloksia vuodelta 2023)

Alkava:

Määrittelemätöntä ja satunnaista toimintaa

- Ei kuntia

Kehittyvä:

Määriteltyä ja tunnistettua toimintaa

- Iitti
- Lahti
- Orimattila
- Padasjoki
- Sysmä

Hyvä:

Tavoitteellista ja johdonmukaista toimintaa

- Asikkala
- Hartola
- Heinola
- Hollola
- Kärkölä

Optimaalinen:

Systemaattista toimintaa, jota seurataan ja arvioidaan vuosittain

- Ei kuntia



Alueellista arviointia ravitsemustoimien toteutumisesta kunnissa vuonna 2023

Onnistuneesti toteutuneita toimia:

- Ravitsemusterveyttä käsiteltiin kunnissa monenlaisissa eri työryhmissä
- Ammattilaisten osaaminen varmistettiin mahdollistamalla ammattilaisten osallistuminen alueellisiin, valtakunnallisiin tai yhteistyökumppaneiden järjestämiin koulutuksiin ja verkostotapaamisiin
- Kuntalaisten terveyttä edistävää ja kestäväää ravitsemusta tuettiin monissa arjen yhteisöissä
- Ravitsemukseen liittyvä viestintä oli myönteistä, ja se toteutui erityisesti osana kohtaamisia
- Ravitsemusohjaus osana liikuntaneuvontaa mahdollistettiin erityisesti työikäisille ja ikääntyneille
- Kotona asuvia ikääntyneitä tuettiin yhteisöllisillä ruokailumahdollisuuksilla esim. seurakuntien tai järjestöjen toimesta

Vaihtelevasti toteutuneita toimia:

- Kuntalaisten mahdollisuus osallistua ja vaikuttaa ravitsemukseen liittyviin asioihin
- Kestävään kehitykseen kuuluva kasvispainotteisuuden toteutuminen (esim. päivittäinen kasvisvaihtoehto)
- Kouluruokaohjelman mukainen maksuton aamu- tai välipala oppilaille ja opiskelijoille (harvinaista)
- Osallistavan ruokakasvatuksen menetelmien hyödyntäminen varhaiskasvatuksessa ja perusopetuksessa
- Ruoka-avun järjestäminen haavoittuvassa asemassa oleville



Päijät-Hämeen hyvinvointialueen Ravitsemusyksikkö



Ravitsemusyksikön monipuoliset palvelut hyvinvointialueelle, kunnille ja maakunnalle

Perus- ja erityistason ravitsemusterapiapalvelut

Yksilö- ja yhteisvastaanotot, osasto- ja kotikäynnit
Ryhmävastaanotot ja ryhmät
Puhelin- ja etävastaanotto ja sähköiset palvelut

Ammattilaisten osaamisen vahvistaminen

Moniammatilliset yhteistyöverkostot
Täydennyskoulutus
Yhtenäiset materiaalit ammattilaisille ja asiakkaille

Konsultaatio ja etäkonsultaatio ammattilaisille

Neuvolat, varhaiskasvatus, koulut ja koulu- ja opiskelijaterveydenhuolto
Työterveys ja työttömien terveydenhuolto
Kotihoito, asumispalvelut ja vuodeosastot



Matalan kynnyksen palvelut asukkaille

Yleisötilaisuudet, tapahtumat ja teemapäivät
Ennaltaehkäisevä yksilö- ja ryhmäohjaus
Chat ja sosiaalinen media

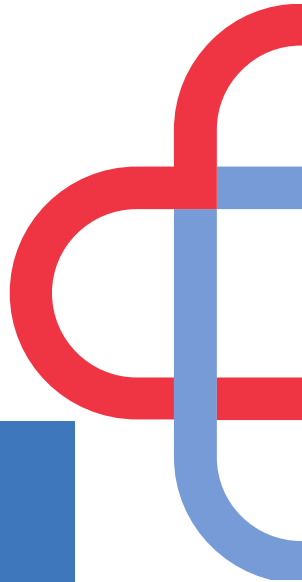
Ravitsemusta tukevien käytäntöjen kehittäminen

Ravitsemustyöryhmiin ja hoitotiimeihin osallistuminen
Ruokapalveluyhteistyö
Projektit ja hankkeet
Ravitsemuksen huomioiminen kuntien ja maakunnan hyvinvointikertomustyössä

Ravitsemusviestintä, tutkimukset ja julkaisut

Positiivinen ravitsemusviestintä
Ravitsemushoidon ja ravitsemusterveyden edistämisen kehittäminen tutkimuksen avulla

Johtava ravitsemusterapeutti johtaa ja koordinoi ravitsemusyksikön tuottamien palvelujen suunnittelua, toteuttamista ja kehittämistä ja vastaa ravitsemusterapeuttien työn toteutumisesta alueella



Päijät-Hämeen hyvinvointialueen ravitsemusterapeutit

Aiemmin hajasijoitettuina

TESA/Medisiininen/ sisätauti/plk
5 ravitsemusterapeuttia
1 johtava ravitsemusterapeutti

TESA/ th avovastaanotto/avosh
1 ravitsemusterapeutti

TESA/Medisiininen/lastentautien/plk/
1 ravitsemusterapeutti

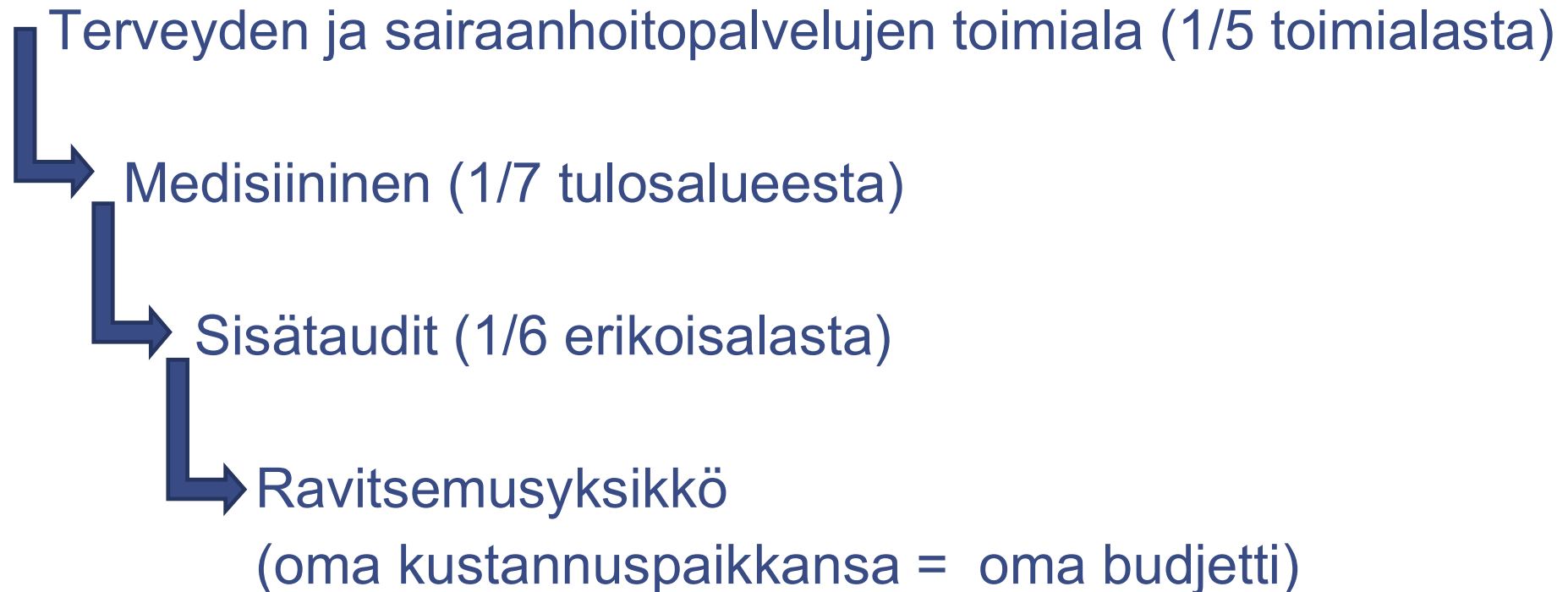
TESA/Kehittäminen ja te/Hyvinvoinnin
edistäminen
1 ravitsemusterapeutti

IKU/Ikäntyneet ja kuntoutus
1 ravitsemusterapeutti

1.1.2020 aloitti ravitsemusyksikkö

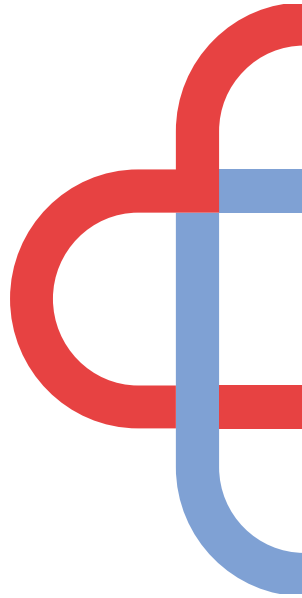
Ravitsemusyksikkö
1 johtava ravitsemusterapeutti
11 ravitsemusterapeutin toimea
1 sihteeri
1 hanketyöntekijä

Ravitsemusyksikkö organisatorisesti Päijät-Sotessa



Ravitsemusyksikön sote-toimintaa lukuina vuonna 2023:

- käyntejä ravitsemusterapeutin vastaanotolla 5521
- tilaisuuksia 122, joissa yhteensä 4477 osallistujaa
 - 61 ammattilaisille, 2582 osallistujaa
 - 45 asiakkaille, 1321 osallistujaa
 - 16 molemmille, 574 osallistujaa



Onnistumisen elementtejä

- **Teemme** systemaattista moniammatillista yhteistyötä eri toimijoiden kanssa hyvän päälle rakentaen, tukien ja kannustaen, seuraten ja arvioiden ja sitä kautta asioita yhdessä kehittäen
- **Tuemme** muita ammattilaisia ja vahvistamme heidän ravitsemusosaamistaan
- **Varmistamme** ravitsemusterapiapalvelujen saatavuuden toimimalla joustavasti toimijoiden ja asiakkaiden tarpeiden mukaan
- **Tavoitamme** suuremman joukon ravitsemusohjauksesta hyötyviä ihmisiä kehittämällä ryhmiä, ryhmävastaanottoja ja ryhmätilaisuuksia
- **Viestimme** ravitsemuksesta myönteisellä tavalla ruokailoa jakaen