

# HYVINVOINTILÄHETE-HANKE

Hyvinvointilähetti tukena Covid-19-pandemian jälkeisessä arjessa-hanke  
2021-2022

Hyvinvointilähete malli on luotu Englannissa (social prescribing)

Suomessa aikaisemmin ollut samansuuntaisia hankkeita mm. liikuntalähete,  
kulttuurilähete

LSHP:n Linkki lappilaiseen hyvinvointiin- hankkeessa luotu Suomessa pohja  
hyvinvointilähete-toimintamallille

Sodankylän kunnan hyvinvointilähetteen rahoitus tulee STM:n kansallisen  
mielenterveysstrategiaan kuuluvasta osiosta. Hanke päättyy 31.12.2022.



**Sodankylä**  
Lapin tähtikunta



Tarvitsetko tukea sosiaalisiin tilanteisiin, elämäntapamuutokseen tai koetko yksinäisyyttä.



HYVINVOINTILÄHETE



IHMISELTÄ IHMISELLE

Ammattilaisen tekemä hyvinvointilähete ohjaa sinut hyvinvointilähetin luokse



Suunnittele hyvinvointilähetin kanssa sinun tarpeittesi mukainen toimintasuunnitelma tukijaksolle



# Hyvinvointilähete – kohdennettu ja yksilökohtainen

(Linkki lappilaiseen hyvinvointiin-hanke/Tarja Mouhi)

## Hyvinvointilähete – kohdennettua yksilökohtaista hyvinvoinnin ja terveyden edistämistyötä

- Hyvinvointilähetteen tavoitteena on, että asiakas löytäisi yhteisöllisestä toiminnasta oman paikkansa ja kokisi oman hyvinvointinsa vahvistuvan yhteiskunnallisen osallisuuden vahvistuessa.



# Hyvinvointilähete-hankkeen tavoitteet

1. **Hyvinvointilähetteen saaneiden asiakkaiden** psyykkiset voimavarat (esimerkiksi kyky kohdata vastoinkäymisiä), vaikuttamismahdollisuudet omaan elämään, toiveikkuus ja elämänhallinnan tunne, tyydytystä tuottavat sosiaaliset kontaktit sekä myönteinen käsitys omasta itsestä ja omista kehittymismahdollisuuksista kohenee.
2. Asiakkaan linkittäminen hänelle mielekkääseen toimintaan tai/ja elintapamuutoksessa tukeminen.  
  
2. **Ammattilaiset saavat toimivan hyvinvointilähete** – työkalun, jolla ohjata hyvinvointilähete-toiminnasta hyötyvät asiakkaat/potilaat heille mielekkääseen, osallistavaan toimintaan. Hyvinvointilähete-toiminta voi vähentää palvelujen käyttöä ja ammattilaisille jää enemmän aikaa kohdata paljon palveluja tarvitsevia asiakkaita/potilaita.
3. **Hyvinvointilähete yhteistyörakenteen luomineen osallistuminen** eri toimijoiden välille kunta, kolmas sektori, hyvinvointialue (VASA-hanke), muut verkostot ja toimijat
4. **Mallin yhteiskehittäminen, juurrutus sekä uusien kuntien tukeminen 2022 - 2025**

# Positiivinen mielenterveys ja sen edistäminen

5. Arjen mielenterveysosaaminen lisääminen sekä vaikuttaminen siihen, että mielenterveyskäsite laajenee positiiviseen mielenterveyden ja mielenhyvinvoinnin laajempaan ymmärrykseen. Positiivinen mielenterveys on voimavara

Hyvinvointilähete hankkeessa on käytössä positiivisen mielenterveyden mittarista lyhyt 7-osioinen versio (SWEMWBS)

Myös THL:n lyhyttä osallisuuskyselyä käytetty.

Hankkeen arviointi omana työnä, pohjana Lapin yliopiston Linkki lappilaiseen hyvinvointiin arviointiraportti, omat tiedostot Virtusta, kyselyt eri toimijoille jne.

## Kenelle hyvinvointilähete voidaan kirjoittaa – ketkä hyötyvät hyvinvointilähetetoiminnasta?

- Hankkeen pääasiallinen kohderyhmänä ovat työikäiset, mutta myös kotona asuvat ikäihmiset
- Ammattilainen kirjoittaa hyvinvointilähetteen yhdessä asiakkaan kanssa ja asiakkaan suostumuksella Virtu- palvelujärjestelmässä tietoturvalisesti (ekollega.fi)
- Haasteena se, että ammattilainen ottaisivat käyttöön ja havaitsisivat asiakaskunnassaan hyvinvointilähetetoiminnasta hyötyvät asiakkaat ja kirjoittaisivat Virtu (ekollega.fi) hyvinvointilähetteen yhdessä asiakkaan kanssa

# Hyvinvointilähetti/linkkihenkilökoulutus

- 5 op (LapinAMK ja Sodankylän kunta) koulutuksessa 9 Sodankylästä, 3 Kemijärveltä, 2 Muoniosta ja 1 Enontekiöltä
- Sodankylässä ammattilaiset tehneet 26 hyvinvointilähetettä 8/2022 mennessä
  - \* Vanhuspalveluista tullut 17 lähetettä
  - \* Mielenterveyspalveluista 4
  - \*Kuntoutuspalveluista/Fysioterapia 2
  - \*Sosiaalipalveluista 3
- Hyvinvointilähetti saa korvauksen asiakkaan kanssa tehdystä työstä (13 €/tunti) + km-korvaus
- Hyvinvointilähetin/linkkihenkilön tuki on määräaikaista n. 1 - 6 kk, korkeintaan 10 tuntia/kk

# Hyvinvointiläheteiden syyt

## Linkki lappilaiseen hyvinvointiin hanke

\*Yksinäisyyden poistaminen (29) (kokemuksellinen yksinäisyys)

- Sosiaalisten kontaktien lisääminen (13)
- Arjen toiminnallisuuden kasvattaminen (13) (esimerkiksi uusi harrastus, ulkoilun tuki)
- Ryhtymiseen tukeminen (8) (esimerkiksi kuntosaliharjoittelun aloittaminen, kun ei kykene yksin lähtemään)
- Elämäntavan muutoksen tukeminen (3) (päihteettömyys, elämäntilanteesta johtuvaan muutokseen sopeutuminen)
- Konkreettisen arjen avun antaminen (2) (esim. asiointiapu)

## Sodankylän hyvinvointilähete-hanke

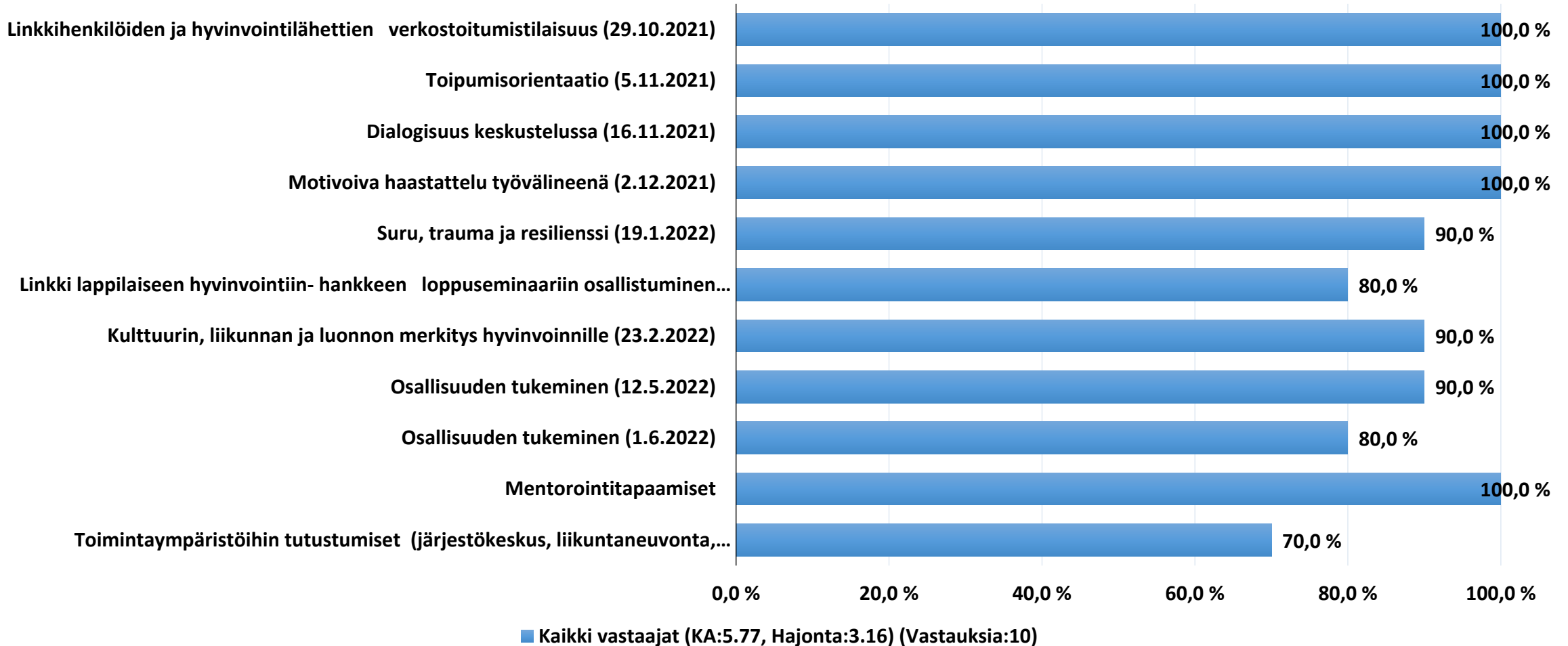
\* yksinäisyys, ulkoilu, keskustelu, apu sosiaalisiin kontakteihin mm. tapahtumiin, ryhmiin, harrasteryhmiin osallistumiselle



# Kysely hyvinvointiläheteille/linkkihenkilöille 8/2022

## Sodankylän hyvinvointilähetti/linkkihenkilö koulutuksen sisältö ja osallistuminen

### Osallistuin seuraaviin koulutuksiin ja tilaisuuksiin:



# Hyvinvointilähetit/linkkihenkilöt pystyivät työssään tukemaan asiakasta seuraavasti:

Pystyn tukemaan asiakasta hänen omien tarpeidensa pohjalta hyödyntämällä kunnan palveluja (liikunta-, vanhus- ja kulttuuripalvelut).

4,33

Pystyn tukemaan asiakasta hänen omien tarpeidensa pohjalta hyödyntämällä kolmannen sektorin toimintaa (järjestöt mm. Kitisen järjestökeskus, Eläkeliitto).

3,78

Pystyn tukemaan asiakasta hänen omien tarpeidensa pohjalta hyödyntämällä seurakuntien tarjoamia palveluja (diakonia, kerhotoiminta).

3,44

Pystyn tukemaan ihmistä hänen oman elämäntilanteensa hahmottamisessa.

4,1

Pystyn tukemaan ihmistä henkilökohtaisen suunnitelman laatimisessa.

4,1

Osaan soveltaa dialogisuutta keskustelussa tuensaajan kanssa.

4,1

Hyvinvointilähetinä toimiessani tunnistan arvot ja eettiset periaatteet, joihin oma työni perustuu.

4,6

Käytän mentorointia apuna oman kasvun kehittämisessä.

4,5

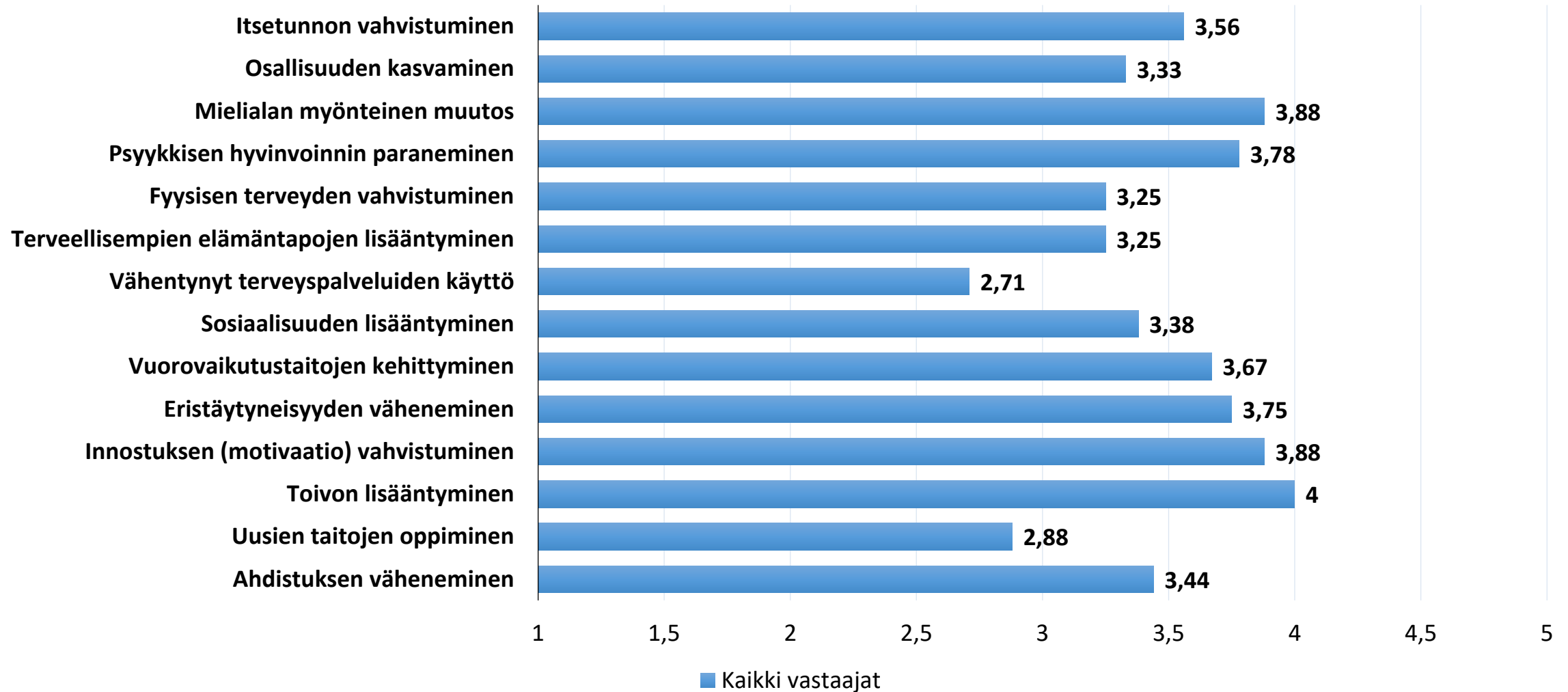
Koulutus antoi hyvän perustiedon eri palvelujärjestelmistä.

4,33

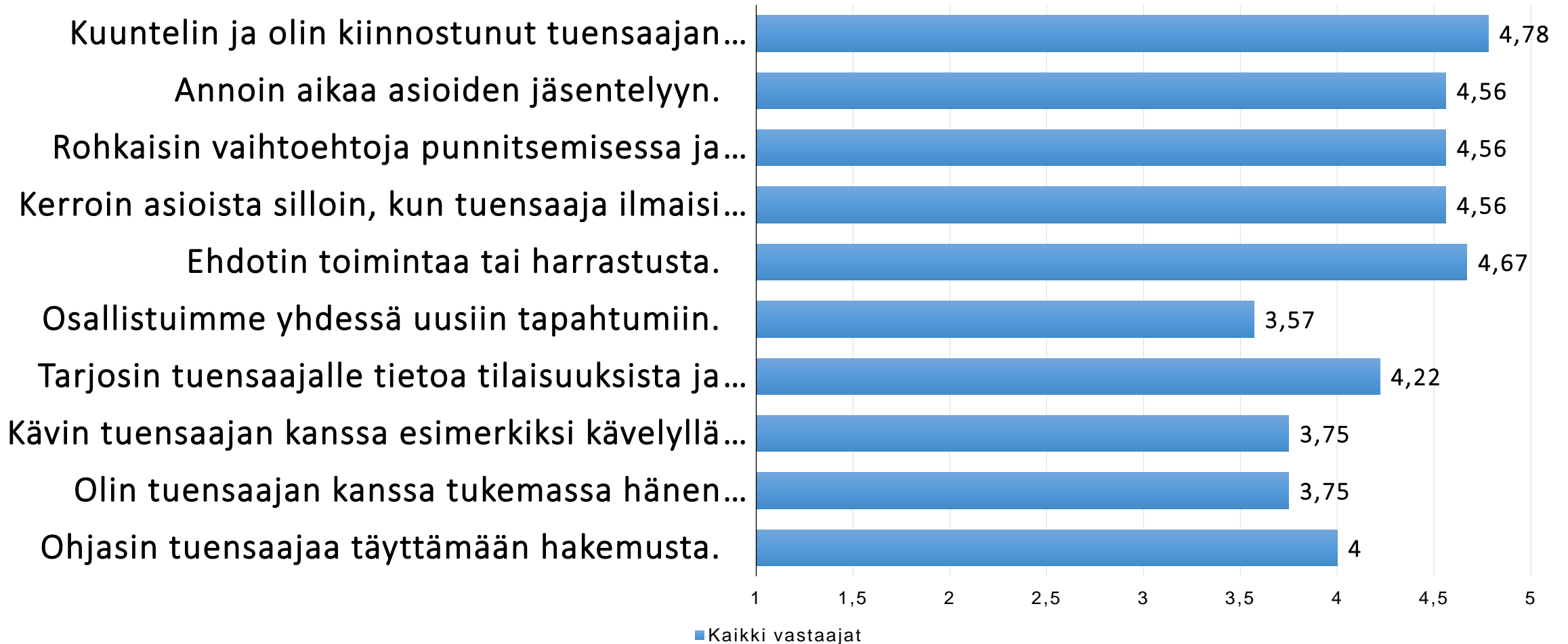
1 1,5 2 2,5 3 3,5 4 4,5 5

■ Kaikki vastaajat

## Asiakastyön vaikutukset hyvinvointilähettien/linkkihenkilöiden näkökulmasta



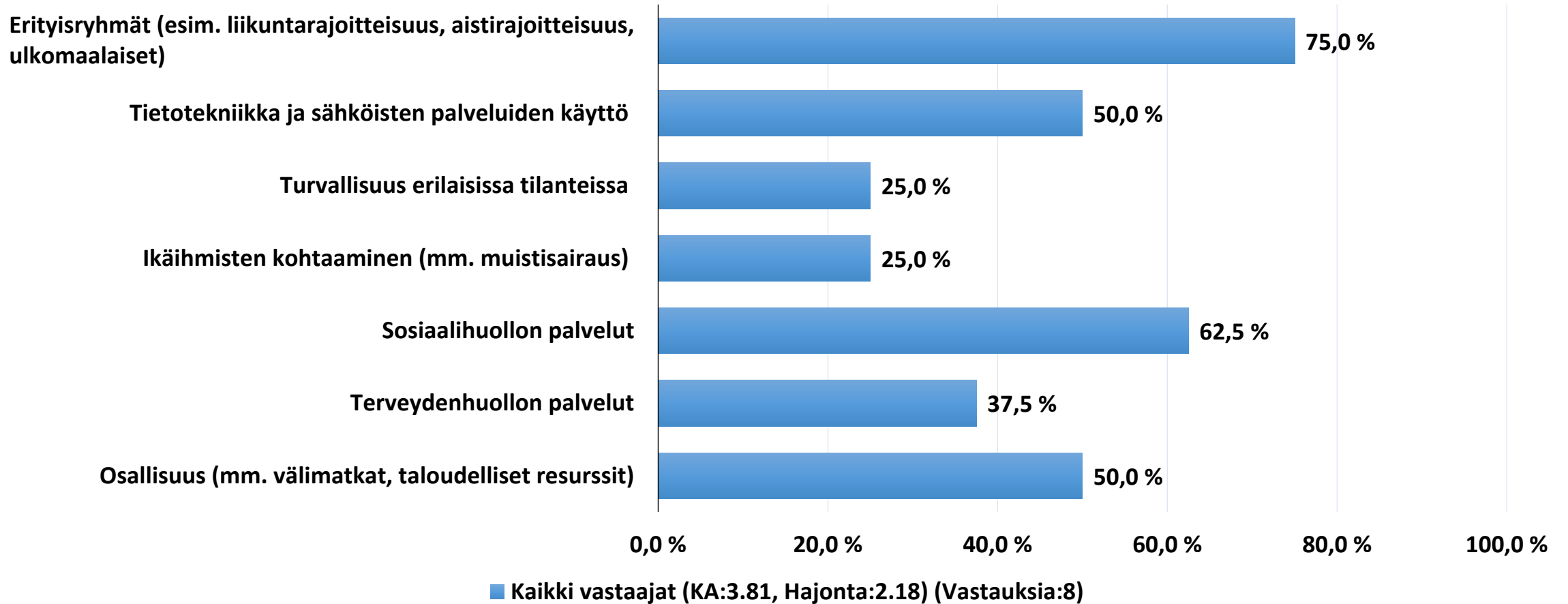
## Mitä konkreettista asiakastyö sisälsi?



## Mitä muuta haluat kertoa koulutuksesta?

- Kiitos, olen ollut tyytyväinen koulutuksen sisältöön. Upeaa on ollut myös, että eri lähtökohdista/ympäristöistä (neljästä eri kunnasta) on ollut osallistujia. Kiitos järjestelyistä ja koulutuksesta vastanneille sekä kurssikavereille. Mentoroinnin olen kokenut tärkeäksi.
- Koulutus oli perusteellinen, syvällinen, keskusteluissa toisten kanssa avautui aivan uusia ulottuvuuksia, oppi paljon toisten kokemuksista, opettajat olivat huippu ammattilaisia ja opettajat olivat kiinnostuneita jokaisen oppilaan tarinasta/elämäkokemuksesta ja olivat kiinnostuneita oppilaiden oppimisprosessista.
- Hyvä koulutus ja haluaisin että hyvinvointilähettiläille järjestettäisiin koulutuksia (2-4 kertaa vuodessa) edelleenkin vaikka näistä samoista aiheista ihan vain muistin virkistämiseksi. Ja eihän oppi ojaan kaada :)
- Koulutus oli hyvä ja kattava.  
Tuli hyvää keskustelua
- Jopa yllätti, miten etäkoulutuksesta huolimatta ryhmän kesken syntyi hyvä ja luottamuksellinen ilmapiiri, jossa oli todella miellyttävä ja turvallinen opiskella, oppia ja jakaa huomioitaan sekä tuntemuksiaan. Aivan loistavat mentorit kautta linjan, Kiitos!!
- Koulutuspäivät liian tiiviitä. Kerralla mahdottomasti asioita käsiteltävänä ja opittavana.
- En voi tietää onko apua asiakkaiden kanssa, ei ole ollut. Itselle hyötyä kyllä, itsetutkiskeluun aineista.
- Koulutus olisi saanut olla tiiviimpi eli ajoittua lyhyemmälle aikavälille. Koulutuspäivä teamsilla taas aikataulullisesti oli toisinaan liian tiukka ja aiheiden käsittely ja keskustelu olisi vaatinut ehkä enemmän aikaa.

Hyvinvointilähteinä kohtaat uusia asioita ja tilanteita. Olisiko joku tai jotkut asiat alla olevasta luettelosta sellaisia, joista toivoisit saavasi lisää tietoa, taitoa tai valmiuksia?



## Mistä asioista olisi hyvä hyvinvointilähetinä saada lisää tietoa, taitoa ja valmiuksia?

- Asiakkaan eri tunnetilojen kohtaaminen asiakastyössä mm viha, agressiot
- **Vakuutusten kattavuus.**  
Asiakkaalle tietoa säännöistä esim. kuljettaminen ja siihen liittyvät säännöt.  
Muut tukimuodot ja palvelut listattuna käyttöön.
- **erilaiset tukipalvelut**
- **Kyyditysasiat**, maksullisiin tapahtumiin/konsertteihin rahallisen tuen saaminen
- Meillä on **ilmoitusvelvollisuus**, mikäli asiakkaan tilanne näyttäisi sellaista vaativan, esim. päihde, tai mielenterveyteen liittyvissä asioissa, niin minulle on jäänyt epäselväksi miten käytännössä tuollaisessa tilanteessa toimisin, minne, keneen ja milloin ottaisin yhteyttä?

# Yhteenveto – toimintamallin jatkokehittäminen

\* **Asiakaat, kunnat, hyvinvointialue ja kolmas sektori** kehittävät yhdessä toimintamallia eteenpäin, roolit, vastuut ym (Vasa 2-hanke, kuntien hyvinvointi- ja sivistyspalvelut, järjestöt jne.) – **jatkuva vuoropuhelu ja arviointi**

- **Lähetteen kirjoittajina voivat olla muutkin kuin sote-ammattilaiset** mm. kuntien vapaa-ajan toiminnasta vastaavat, srk diakoniatyö, Järjestökeskukset (esim. kotouttamisen tukena).
- Lähetteen kirjoittajille **lisää ohjausta/opastusta/koulutusta** siihen, että millainen asiakas voi hyötyä toiminnasta ja miten/missä lähete kirjoitetaan, toiminta ei korvaa puuttuvia palveluja, vaan on lisätuki, ei liian haasteellisia asiakkaita/potilaita – **lähetteen tarkempi kohdentaminen**

\* **VIRTU – (ekollega.fi) järjestelmän edelleen kehittäminen** – lähetteenteko, hyvinvointireseptin perustaminen-välittäminen hyvinvointilähetille, asiakastyö- palautteen anto – **tiedon siirron prosessihiontaa ja helpotusta**

- Toimintamalliin kuuluu myös, että **hyvinvointilähetteen kautta esiin tullutta tietoa kuntalaisten tarpeista viedään eteenpäin eri tahoille esim. päättäjille viranhaltijoille, järjestöille**, jotta paikallisesti tarjolla oleva toiminta kehittyisi ja **osallistumisen esteitä pystyttäisiin madaltamaan.**
- **Osallisuuden edistämisen mahdollisuudet :**  
Esteinä mm. talous, kulkuyhteydet, pitkät etäisyydet, tapahtumien, sopivan järjestötoiminnan puute  
Mahdollistajina hyvinvointilähetetoimintamalli sekä arjen turvaa toimintamallit, liikunta- ja elintapaohjaus, tiedotus, kaikukortti, maksuttomat tapahtumat, erilaiset tuet liikkumiseen pitkien etäisyyksien vuoksi, kielilain mukaiset palvelut, maahan muuttajien kotoutumisen tuki, **useamman kunnan, järjestöjen ja hyvinvointialueen yhteistyö**



Virtu ([www.ekollega.fi](http://www.ekollega.fi))

Pohjois-Suomen sosiaalialan osaamiskeskus

Lisätiedot:

[Hyvinvointilähete ja -lähetti tukena Covid-19 -pandemian jälkeisessä arjessa | Innokylä \(innokyla.fi\)](#)

[Hyvinvointilähete | Tietoa toimintamallista | Hyvinvointilähete \(hyvinvointilahete.fi\)](#)