

## JOHDANTO

Hyvinvointisuunnitelman toimenpiteiden laatimiseen ovat osallistuneet kaikki kunnan toimialat: hallinnon, teknisen ja sivistyksen toimialat. Toimenpiteet on johdettu maakunnallisesti yhteisesti sovituista painopisteistä. Toimenpiteet on valittu kuitenkin nimenomaa Tohmajärven hyvinvointikertomuksessa esille nousseista hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen haasteista. Toimenpiteet ovat kunnan oman toimivallan alaisia.

Hyvinvointialue on tehnyt oman suunnitelmansa, joka pohjautuu yhteiseen maakunnalliseen suunnitelmaan. Monella Tohmajärven suunnitelmaan valitulla toimenpiteellä on yhtymäkohtaa hyvinvointialueen toimenpiteisiin. Kolmannella sektorilla on tärkeä rooli Tohmajärven hyvinvoinnin ja terveyden edistämässä. Ne tuottavat täydentäviä palveluita tohmajärveläisille.

Seuraavassa taulukossa on Tohmajärven hyvinvointisuunnitelma vuosille 2025-2029. Toimenpiteiden toteutumisesta tullaan raportoimaan vuosittain tilinpäätöksen yhteydessä. Toimenpiteiden vaikuttavuutta tarkastellaan valtuustokausittain. Tilastotiedolla on tärkeä painoarvo tiedolla johtamisessa. Hyvinvointia ja terveyttä mittaavia kyselyitä ei kuitenkaan järjestetä vuosittain, minkä vuoksi vuosittainen tarkastelu ei tuota lisäarvoa.

## Painopiste I: Hyvinvoivat ja toimintakykyiset asukkaat

Hyvinvoivat ja toimintakykyiset asukkaat painopisteen lähtökohtana on asukkaiden mahdollisuus tehdä itseään koskevia terveyttä edistäviä päätöksiä sekä kuinka hänen ratkaisujensa tekemahdollisuuksia tuetaan hyte toimijoiden suunnittelu-, päätöksenteko- ja toimeenpanorakenteissa. Asukkaiden päätökset koskevat mm. ravintoa, liikuntaa, kulttuuritoimintaa sekä päihitteettömyyden ja mielenterveyden ylläpitämistä. Palvelujen olemassaolo ja löydettävyyys, tiedonsaanti palveluista sekä niihin pääsy ovat edellytyksiä päätösten toimeenpanossa ja elintapojen muutoksessa. Tukemalla terveellisiä elintapoja vähennetään väestön sairastavuutta sekä edistetään heidän toiminta- ja työkykyään.

Seurannassa käytetään hyvinvointialueella yhteisesti valittuja indikaattoreita. Hyvinvoivat ja toimintakykyiset asukkaat osion esimerkki indikaattoreita ovat

- työkyvyttömyysindeksi, ikävakioitu
- ylipainon (ml. lihavuuden) yleisyys (%) 2–16-vuotiailla
- ei syö koululounasta päivittäin, % 8. ja 9.luokan oppilaista, AOL 1. ja 2. vuoden opiskelijoista, lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista,
- lasten ja nuorten fyysinen toimintakyky (MOVE!-mittaus), % 5. ja 8. luokan oppilaista, joilla heikko fyysinen toimintakyky
- huolta herättävää päihteiden tai tupakka- ja nikotiinituotteiden käyttöä tai rahapelaamista, % 8. ja 9. luokan oppilaista, AOL 1. ja 2. vuoden opiskelijoista, lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista
- kokee terveydentilansa kesinkertaiseksi tai huonoksi, % 4. ja 5 luokan oppilaista, 8. ja 9. luokan oppilaista, AOL 1. ja 2. vuoden opiskelijoista, lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista
- kokenut vahvaa positiivista mielenterveyttä viimeisen kahden viikon aikana, % 8. ja 9. luokan oppilaista, AOL 1. ja 2. vuoden opiskelijoista, lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista

- kohtalainen tai vaikea ahdistuneisuus, % 8. ja 9. luokan oppilaista, AOL 1. ja 2. vuoden opiskelijoista, lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista

Tohmajärvi	Toimenpidekortti	Vastuutaho	Mittaristo
<b>Painopiste I: Hyvinvointi ja toimintakykyiset asukkaat</b>			
Elintapojen parattaminen arjen valinnoilla	1. Elintapaohjauksen toteuttaminen ja kehittäminen valituilla kohderyhmillä	Sivistystoimi - Liikuntapalvelut	<b>Tulosindikaattori:</b> Ylipainon yleisyys, <b>Toimenpidemittari:</b> Elintapaohjauksen asiakasmäärät
	2. Liikunta- ja ruokakasvatuksen kehittäminen varhaiskasv. ja perusopetuksessa	Sivistystoimi - perusopetus	<b>Tulosindikaattori:</b> Move-mittaus, <b>Toimenpidemittari:</b> Ruokakasvatuksen nykytila.fi tulokset
	3. EPT -toiminta kehittäminen kaikissa ikäryhmissä/lapsilla ja nuorilla	Sivistystoimi	<b>Tulosindikaattori:</b> huolta herättävää päihteiden/tupakkaf/nikotiinituotteiden käyttöä 8-9 lk, <b>Toimenpidemittari:</b> tapahtumat tilaisuudet lkm
	4. HYTE -työryhmän toiminnan jatkaminen ja kehittäminen	Sivistystoimi	<b>Tea-viisari:</b> kuntajohto soveltuvin osin <b>Toimenpidemittari:</b> Kokousten määrä
	5. Tuodaan esille kunnan viestinnässä kunnassa sijaitsevia liikuntapaikkoja. Hyödynnetään miunhyvinvointi.fi palvelimen	Yleishallinto	<b>Toimenpidemittari:</b> tohmajärven kunnan alueen toiminnot lkm
	6. Varhaiskasvatuksessa mukana olevien perheiden liikunnallisen elämäntavan lisääminen - liikuntatapahtumat, elintapaohjaus työntekijöille	Sivistystoimi - varhaiskasvatus & liikuntapalvelut	<b>Toimenpidemittari:</b> toteutuneet tapahtumat lkm ja elintapaohjauksien lkm
Mielen hyvinvoinnin ylläpito ja elämäntapojen vahvistaminen	7. Altistetaan kuntalaisia kulttuurille eri keinoin (esim. esitykset ja taidetyöpajat) ja alueellista yhteistyötä hyödyntäen.	Sivistystoimi - kulttuuripalvelut	<b>Tea-viisari:</b> kulttuuri soveltuvin osin
	8. Nuorisotoimi - järjestää nuorille suunnattua toimintaa vapaa-aikana.	Sivistystoimi - nuorisopalvelut	<b>Tulosindikaattori:</b> kokenut vahvaa positiivista mielen terveyttä viimeisen kahden viikon aikana, % 8. ja 9. luokan oppilaista, AOL 1. ja 2. vuoden
	9. Supervoima-aineistot perusopetukseen (ehyt ry)	Sivistystoimi - perusopetus	<b>Tulosindikaattori:</b> kohtalainen tai vaikea ahdistuneisuus 8-9lk <b>Toimenpidemittari:</b> tapahtumat ja
	10. Tuodaan esille viestinnässä paikkoja, joissa käyminen lisää mm. mielen hyvinvointia.	Yleishallinto	<b>Toimenpidemittari:</b> nostojen lkm
Toiminta- ja työkyvyn vahvistaminen	11. Pohjois-Karjalan kylien kyläkummihankkeessa mukana oleminen ja kylätoiminnan kehittäminen	Sivistystoimi	<b>Toimenpidemittari:</b> kyläkummien lukumäärä
	12. Liikuntapaikkojen ylläpito ja liikunnallisen elämäntavan esille tuonti kaikissa ikäryhmissä.	Sivistystoimi - liikuntapalvelut	<b>Pokalin liikuntakysely</b>
	13. Voimaa vanhuuteen mukana oleminen ja hankkeen kuntakohtaiset tavoitteet	Sivistystoimi - liikuntapalvelut	<b>Toimenpidemittari:</b> Vertaistoiminnan lkm, tehoryhmät. <b>Tulosindikaattori:</b> Kaatumishoitojaksot HYTE-kerroin
Hyvän terveyden kokeminen	14. Ehkäisevän päihdetyön kehittäminen kuntien ja hyvinvointialueen yhteisen Pakka-toimintamallin toimenpiteiden mukaisesti	Sivistystoimi	<b>Aluehallintoviraston: Ehkäisevä päihdetyön arviointi</b>
	15. Huolehditaan laatuvaatimukset täyttävän puhtaan talousveden hankinnasta ja toimittamisesta sekä jätevesien poisjohtamisesta ja käsittelystä ympäristöä kuormittamatta.	Tekninen toimi	<b>Toimenpidemittari:</b> uuden vedenpuhdistamon rakentaminen
	16. Tuodaan esille kunnan viestinnässä mikä vaikutus hyvän terveyden kokemisella on omaan arkeen.	Yleishallinto	<b>Toimenpidemittari:</b> Verkkosivujen terveysuutiset lkm
	17. Liikunnalliset nuorten illat osana nuorten liikunnan ja hyvinvoinnin edistämistä	Sivistystoimi - nuorisopalvelut	<b>Tulosindikaattori:</b> kouluterveyskyselyn tulokset. <b>Toimenpidemittari:</b> kuinka monta liikunnallista nuorten iltaa / vuodessa

## Painopiste II: Osallisuus ja yhteisöllisyys

Osallisuus ja yhteisöllisyyden painopisteen lähtökohtana on asukkaiden merkityksellisyyskokemuksen sekä alueen pitovoiman edistäminen. Tavoitteena on ehkäistä ja vähentää asukkaiden yksinäisyyden kokemusta sekä tukea heidän vaikutusmahdollisuuksiaan. Osallisuuden edistämiseksi järjestetään

TOHMAJÄRVEN KUNTA

Järnefeltintie 1, 82600 Tohmajärvi • www.tohmajarvi.fi

Tohmajärvi  
tolokku ja toimelias

merkitys on keskeistä. Järjestöt tarjoavat osallistumisen, mielekkään toiminnan ja vaikuttamisenpaikkoja, vertaistukea sekä mahdollisuuksia osallistua yhteisöjen toimintaan.

Osallisuus ja yhteisöllisyys osion esimerkki indikaattorit:

- tyytyväinen elämäänsä tällä hetkellä, % 4. ja 5 luokan oppilaista, 8. ja 9. luokan oppilaista, AOL 1. ja 2. vuoden opiskelijoista, lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista
- erittäin heikko osallisuuden kokemus, % 8. ja 9. luokan oppilaista
- äänestysaktiivisuus kuntavaaleissa, % äänioikeutetuista

Tohmajärvi	Toimenpidekortti	Vastuutaho	Mittaristo
<b>Painopiste II: Osallisuus ja yhteisöllisyys</b>			
	18. Järjestöyhteistyö: yhdistystapaamiset (kaksi kertaa vuodessa), yhdistysavustukset ja yhteiskäyttötilojen käyttäminen.	Sivistystoimi	<b>Toimenpidemittari:</b> toteutuneet yhdistystapaamiset lkm, yhdistysavustus määrä vuosittain ja yhteistilojen
	19. Tuodaan omaa paikkakuntaa ja sen ihmisiä esille viestinnässä.	Yleishallinto	<b>Toimenpidemittari:</b> julkaistut nostot lkm
	20. Järjestetään kuntalaisilta	Yleishallinto	<b>Toimenpidemittari:</b> toteutuu / ei toteudu
	21. Perhekeskustyö: Perhekahvila Perhonen yhteistyössä seurakunnan kanssa	Sivistystoimi - varhaiskasvatus	<b>Toimenpidemittari:</b> perhekahvilan aukiolokerrat lkm
Kiinnittyminen yhteiskuntaan	22. Nuorisovaltuuston toiminnan kehittäminen (edustajat valtuustossa ja lautakunnissa)	Sivistystoimi - nuorisopalvelut	<b>Toimenpidemittari:</b> osallistumiset kokouksiin
	23. Kotouttamisuunnitelman päivittäminen vuoden 2025 aikana.	Sivistystoimi	<b>Toimenpidemittari:</b> toteutuu / ei toteudu
	24. Viestitään aktiivisesti Tohmajärven kunnan päätöksistä, toiminnasta ja palveluista.	Yleishallinto	<b>Toimenpidemittari:</b> julkaistut nostot lkm
	25. Osallistetaan kuntalaisia päätöksentekoon aktiivisesti järjestämällä keskustelutilaisuuksia.	Yleishallinto	<b>Tulosindikaattori:</b> Äänestysaktiivisuus kuntavaaleissa, %
	26. Yrittäjyyskasvatuksen vahvistaminen	Sivistystoimi - perusopetus ja lukio	<b>Toimenpidemittari:</b> toimintojen (yrityskylä vierailut, yritysuunnistus, tet-viikot) lkm
	27. Syrjäytymisriskin ehkäisy eri-ikäryhmissä	Sivistystoimi - nuorisopalvelut	<b>Tulosindikaattori:</b> syrjäytymisriskissä olet 18-24v
Yksinäisyyden väheneminen	28. Mahdollistetaan kirjastopalveluiden käyttö kotona asuvien liikuntarajoitteisten ja sote-palveluiden parissa olevien kirjaston kotipalvelun avulla.	Sivistystoimi - kulttuuripalvelut	<b>Toimenpidemittari:</b> toteutuu / ei toteudu
	29. Tuodaan esille kunnan viestinnässä esille paikkoja ja tapahtumia joilla on merkitystä yksinäisyyden kokemusten vähentämiseen.	Yleishallinto	<b>Toimenpidemittari:</b> julkaistut nostot lkm
	30. Osallistava päätöksenteko.	Yleishallinto	<b>Toimenpidemittari:</b> toimenpiteet tavoitteeseen lkm
	31. Kunta on mukana MLL-hankeessa "Tuu mun kaveriksi"	Yhteistyössä 3. sektori	<b>Toimenpidemittari:</b> toiminnan kokoontumiskerrat.

### Painopiste III: Turvallinen arki ja ympäristö

Turvallinen arki- ja ympäristö – painopisteen lähtökohtana on, että kunta on kaikille ja kaikenikäisillä hyvä ja turvallinen paikka asua ja elää. Turvallisuuden edistämistä toteutetaan asuminen, ympäristön, pelustus-, liikunta-, kulttuuri- ja muiden palvelujen sekä liikenneyhteyksien suunnittelussa ja toteuttamisessa.

---

Palvelut, toiminnot ja ympäristö ovat saavutettavissa sekä esteettömiä ja ne suunnitellaan kaikkien osallisuus huomioiden. Asukkaiden kokemaa turvallisuudentunnetta edistetään konkreettisin toimenpitein erilaisissa toimintaympäristöissä kuten varhaiskasvatuksessa, kouluissa, työpaikoilla ja vapaa-ajalla. Asukkaille tuetaan edellytykset vähimmäistason turvaavaan toimeentuloon ja huolenpitoon kaikissa elämäntilanteissa. Työelämän ulkopuolella olevia henkilöiden paluuta ja siirtymistä työelämään tuetaan koulutus-, kuntoutus- ja työllisyyspalveluiden avulla.

Turvallinen arki ja ympäristö osion esimerkki indikaattorit:

- koulukiusattuna vähintään kerran viikossa, % 4. ja 5 luokan oppilaista, 8. ja 9. luokan oppilaista, AOL 1. ja 2. vuoden opiskelijoista, lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista
- poliisin tietoon tulleet henkeen ja terveyteen kohdistuneet rikokset / 1 000 asukasta
- poliisin tietoon tulleet omaisuusrikokset / 1000 asukasta
- syrjäytymisriskissä (ei työssä, ei opiskele, ei ole varusmiespalvelussa) olevat 18–24-vuotiaat, % vastaavanikäisistä
- kokenut vanhempien tai muiden huoltapitävien aikuisten fyysistä väkivaltaa vuoden aikana, % 4. ja 5 luokan oppilaista, 8. ja 9. luokan oppilaista, AOL 1. ja 2. vuoden opiskelijoista, lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista
- liikennevahingoissa vammautuneet ja kuolleet henkilöt, lkm.
- vammojen ja myrkytysten vuoksi sairaalassa hoidetut potilaat / 10 000 asukasta
- kaatumisiin ja putoamisiin liittyvät hoitajaksot 65 vuotta täyttäneillä / 10 000 vastaavanikäistä

Tohmajärvi	Toimenpidekortti	Vastuutaho	Mittaristo
<b>Painopiste III: Turvallinen arki ja ympäristö</b>			
Turvallinen elämä ja ympäristö	31. Ylläpitää liikuntapaikkojen turvallisuutta - turvallisuusasiakirjojen päivitys  32. Kiusaamisen ennaltaehkäisy -  33. Positiivista ryhmässä oppiminen varhaiskasvatuksessa - ProVaka (päiväkodeissa ja esiopetuksessa)  34. Katuväläistuksellä lisätään erityisesti kevyen liikenteen turvallisuuden tunnetta ja liikenneturvallisuutta, huolehditaan katuväläistuksen kunnossapidosta.  35. Talvenliikkuden torjunta  36. Jalankulku- ja pyöräilyolosuhteiden edistäminen ja huomioiminen liikenneväylien kunnossapidossa.  37. Viheralueet viihtyisyyden lisääjinä rakennetussa ympäristössä, ylläpidetään kaavan mukaisia viheralueita resurssien puitteissa	Sivistystoimi - liikuntatoimi  Sivistystoimi - perusopetus  Sivistystoimi - varhaiskasvatus  Tekninen toimi  Tekninen toimi  Tekninen toimi  Tekninen toimi	<b>Toimenpidemittari:</b> toteutuu / ei toteudu  <b>Tulosindikaattori:</b> Koulukiusaattuna vähintään kerran viikossa, % 8. ja 9. luokan oppilaista  <b>Varhaiskasvatuksen kyselyjen tulokset</b> (vuoro vuosin aikuiset / lapset), <b>Toimenpidemittari:</b> protiiimin kokoontumiskerrat lkm ja  <b>Toimenpidemittarit:</b> vääläistuksien vaihdot lkm  ja putoamisiin liittyvät hoitajakset / 10 000 asukasta  <b>Toimenpidemittari:</b> tavoitteen tehdyt toimenpiteet  <b>Toimenpidemittari:</b> hoidettujen paikkojen ja hoitokertojen lkm
Turvattu toimeentulo	38. Huolehditaan kokonaisuudessaan rakennetun ympäristön kunnossapidosta. Infra ympärillämme on perusta turvalliselle elinympäristölle, jossa kuntalaisten on hyvä asua sekä yritysten toimia.	Tekninen toimi	<b>Toimenpidemittari:</b> investointi eurot / vuosittain
Riittävä taloudellinen turva	39. Kunnan maksujen ja taksojen tarkasteleminen taloudellisesti kestäväällä  40 Työllisyyttä tukevat palvelut - kannustavat toimenpiteet	Yleishallinto  Yleishallinto -	<b>Toimenpidemittari:</b> maksujen  <b>Tulosindikaattori:</b> Toimeentulotukea pitkäaikaisesti saaneet 25 - 64-vuotiaat, % vastaavan ikäisestä väestöstä, Vaikeasti työllistytvät (rakennetyöttömyys), % 15 - 64-vuotiaista.

## HYVINVOINNIN EDISTÄMISEN ERILLISOHJELMAT JA SUUNNITELMAT

Hyvinvointisuunnitelmaan vuosille 2025-2029 on poimittu voimassaolevien/työn alla olevien erillishjelmien ja -suunnitelmien sisältöjä/painotuksia. Tällä pyritään selkeyttämään ja sujuvoittamaan kunnan monialaista hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen työtä valtuustokauden 2025-2029 aikana.

Yhdenvertaisuus ja tasa-arvosuunnitelma (kansalaisopistossa ja varhaiskasvatuksessa päivitetty v. 2024)

Nuorisotyön kehittämissuunnitelma 2023-2025 (päivitetään v. 2025)

Opiskeluhoitosuunnitelma (vuodelta 2023, päivitetään v. 2025)

Keski-Karjalan lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma (keskeneräinen, v. 2024)

TOHMAJÄRVEN KUNTA

Järnefeltintie 1, 82600 Tohmajärvi • www.tohmajarvi.fi

---

## Kotouttamisohjelma (vuodelta 2022)

### Mielen hyvinvointi ja ennalta ehkäisevä päihdetyö

Ennalta ehkäisevä päihdetyö on huomioitu hyvinvointisuunnitelmassa. Suunnitelma sisältää ennalta ehkäisevän päihdetyön toimenpiteitä ja Tohmajärven tilannetta seurataan hyvinvointialueelle yhteisesti valituilla indikaattoreilla.

Ehkäisevä päihdetyö on osa kunnan lakisääteistä hyvinvoinnin ja terveyden edistämistä. Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä (523/2015) kattaa alkoholi-, huumausaine- ja rahapelihaittojen sekä nikotiinituotteiden käytön vähentämisen. Ehkäisevällä päihdetyön tavoitteena on edistää terveyttä, turvallisuutta ja hyvinvointia ehkäisemällä ja vähentämällä päihdehaittoja, edistämällä päihteettömiä elämäntapoja sekä lisäämällä päihdeilmiön ymmärrystä ja hallintaa.

Pakka-toimintamalli luo kuntaan rakenteen, jossa pyritään vaikuttamaan niin päihteiden saatavuuteen kuin kysyntäänkin. Kunta on mukana Keski-Karjalan Pakka-verkostossa, jossa toteutetaan lakisääteistä yhteistyöstä, päihteiden käytön ja siitä aiheutuvien haittojen seuranta, käytettävissä olevan tieteellisen näytön ja hyvien käytäntöjen pohjalta. Kysynnän vähentämisen rinnalle on nostettu saatavuuden rajoittaminen muun muassa yhteistyössä paikallisten elinkeinotoimijoiden kanssa. Toiminnassa suunnitellaan käytönnön tasoisesti kampanjanostoja ja maakunnallista ennalta ehkäisevää toimintaa. Kunta on mukana Eheä-hankkeessa, jossa on toteutettu puheeksiotto -koulutusta kunnan työntekijöille ja vuodelle 2025 on tulossa päihde- ja pelikasvatusopas, jota lähdetään jalkauttamaan kunnassa valmistumisen jälkeen.