

Parasta
Paltamossa on
Golf



Parasta Paltamossa on
Sukupolvien jatkumo



Parasta
Paltamossa on
Luonto



Parasta Paltamossa on
Kesä mökillä



Parasta Paltamossa on
Päivähoito

TIIVISTELMÄ
Kuntalaisten terveydestä ja hyvinvoinnista sekä toteutetuista toimenpiteistä on raportoitava valtuustolle vuosittain. Hyvinvointiraportti 2022 on valmisteltu yhteistyössä kunnan valtuuston nimeämän HYTETU -työryhmän kanssa.

Paltamon kunnan hyvinvointiraportti 2022

Sisällys

1	Tausta hyvinvointikertomustyölle	2
2	Hyvinvointia, terveyttä ja turvallisuutta edistävät toimenpiteet vuonna 2022	3
3	Vuoden 2022–2025 suunnitelman eteneminen	11
4	Indikaattoritiedon osoittama väestön hyvinvointi.....	16
	4.1 KUNNAN ELINVOIMA.....	17
	4.2 LAPSET, NUORET JA LAPSIPERHEET	22
	4.3 NUORET JA NUORET AIKUISET	28
	4.4 TYÖIKÄISET	30
	4.5 IKÄIHMISET	32
	4.6 KAIKKI IKÄRYHMÄT	34
5	Pohdinta ja toimenpide-ehdotukset.....	37
	LIITE 1: Hyvinvoinnin ja terveyden ja turvallisuuden edistämisen ohjelmat	40

1 Tausta hyvinvointikertomustyölle

Kunnan tehtävänä on laatia valtuustokausittain laaja hyvinvointikertomus ja -suunnitelma, jonka löydät vuosille 2022–2025 täältä: <http://paltamo10.oncloudos.com/kokous/2022185-8-8578.PDF>

Tämä vuosiraportti käsittelee valtuustokauden **vuoden 2022** tehtyjä hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen toimenpiteitä ja indikaattoritietoja, joista on raportoitava kunnanhallitukselle ja valtuustolle lakisääteisesti vuosittain. Kunnan on seurattava asukkaitensa terveyttä ja hyvinvointia, niihin vaikuttavia tekijöitä väestöryhmittäin sekä kunnan palveluissa toteutettuja toimenpiteitä, joilla vastataan kuntalaisten hyvinvointitarpeisiin. Toteutetuista toimenpiteistä raportoidaan hyvinvointiraportin muodossa vuosittain. (Terveydenhuoltolaki 2010, §12.)

Kunnat ovat päävastuussa asukkaiden hyvinvoinnin ja terveyden edistämisestä. Hyvinvointijohtamisen perustana on asukkaiden hyvinvointia ja terveyttä koskevan tiedon tuottaminen, seuranta ja hyödyntäminen päätöksenteossa (laaja hyvinvointikertomus ja hyvinvointiraportit). Strategiset päätökset tehdään kunnanvaltuustossa. Kuntastrategia ohjaa hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistämiseksi tehtävää työtä. Kunnan HYTETU-työryhmä (hyvinvointi, terveys ja turvallisuus) vastaa käytännön toteutuksesta ja toimii työrukkasena hyvinvointityössä. Edellytyksiä väestön hyvinvoinnille ja terveydelle luovat koulutus, liikunta-, ruoka- ja kulttuuripalvelut, kaavoitus, liikennejärjestelyt sekä monet muut kunnan tehtävät.

Paltamon kunnan vuosittainen **hyvinvointiraportti 2022** on valmisteltu yhteistyössä kunnan valtuuston nimeämän HYTETU-työryhmän kanssa. Yhteistyöhön on osallistunut edustajia kunnan teknisistä-, elinvoima- ja sivistyspalveluista, nuorisotoimesta ja etsivä nuorisotyöntekijä sekä Kainuun sosiaali- ja terveydenhuollon kuntayhtymästä, nuorisovaltuustosta, vanhusneuvostosta, seurakunnasta ja yhdistyksestä. HYTETU-työryhmän puheenjohtajana toimii sivistysjohtaja.

Valmistelu aloitettiin HYTETU-työryhmän kokoontumisessa loppuvuodesta 2022. Valmistelua on jatkettu vuonna 2023 kokouksissa, joita on ollut 2.

Tulevaisuudessa huomioon on otettava vähimmäistietosisältöasetus: Sote-uudistuksessa on kehitetty ja uudistettu kansallista ja alueellista sote-tietopohjaa. Tavoitteena on, että sama tietopohja, jota hyödynnetään kansallisessa ohjauksessa, arvioinnissa ja valvonnassa, olisi alueiden kesken vertailukelpoista ja hyödyttäisi hyvinvointialueita sosiaali- ja terveydenhuollon tietojohdamisessa. Yhtenevän ja vertailukelpoisen tietopohjan kehitystä ja käyttöönottoa ohjaa osaltaan vähimmäistietosisältöasetus. Ensimmäiseksi voimaan tulevassa asetuksessa on hyvinvointikertomuksen ja -suunnitelman vähimmäistietosisältö koskien sekä kuntia että hyvinvointialueita. Ensimmäinen asetus annetaan 2023 syksyyn mennessä ja se astuu voimaan 1.1.2024.

2 Hyvinvointia, terveyttä ja turvallisuutta edistävät toimenpiteet vuonna 2022

Seuraavassa on koottu nostoja Paltamon kunnan hyvinvointia ja terveyttä edistävästä toimenpiteistä vuodelta 2022. Toimenpiteet on ryhmitelty aihealueittain ja ikäkausittain seuraavasti: 1. Elinvoima, 2. Lapset, nuoret ja lapsiperheet, 3. Nuoret ja nuoret aikuiset, 4. Työikäiset, 5. Ikäihmiset ja 6. kaikki ikäryhmät.

KUNNAN ELINVOIMA

- Viestintää on toteutettu viestintäsuunnitelman mukaisesti. Kunnan uuden brändin jalkautus on käynnistetty viestintäkanavissa sekä päivittämällä ja suunnittelemalla uutta markkinointimateriaalia.
- Kesällä 2022 toteutettiin kesätapahtumakokonaisuus yhdessä yhdistysten ja yritysten kanssa.
- Vuonna 2022 uusia yrityksiä perustettiin 14 (Patentti- ja rekisterihallitus).
- Paltamon Kalataloon investoitiin kaksi uutta pakastekonttia kunnan hankkeistamana ja Euroopan kalatalousrahaston osarahoittamana.
- Kunnan hallinnoimana toteutettiin Investoi Paltamoon –hanketta (7/2021-3/2023), jolla valmistaudutaan Kaicellin biotuotetehdasinvestointiin. Hankkeen toimesta vuonna 2022 järjestettiin mm. kaksi suurhankealuevierailua, joille osallistui kuntalaisia, yrittäjiä, viranomaisia ja päättäjiä Kainuun kunnista ja muista yhteistyötahoista.
- Kunnan hallinnoimana käynnistyi Paltamon pyörämatkailuhanke, jolla rakennetaan ja merkitään uusi maastopyöräily ja retkeilyreitti Autioniemeen sekä viedään Outdoor Active sivustolle Autioniemen reitin lisäksi myös muita pyöräilyreittejä, jotka kulkevat teitä pitkin. Hanke toteutetaan joulukuun 2022 - kesäkuun 2023 aikana.
- Paltamon kunta on mukana työllisyyden edistämisen kuntakokeilussa. Kuntakokeilut kestävät vuoden 2024 loppuun saakka, jonka jälkeen TE-palvelut kokonaisuudessaan siirtyvät kuntien järjestämisvastuulle. Vuoden 2022 aikana työllisyystilanne on parantunut huomattavasti koko Kainuussa ja työttömyys vähentynyt. Marraskuussa 2022 Paltamon työttömyysprosentti oli 9,9 ja työttömiä oli 127. Edelliseen vuoteen verrattuna työttömien määrä oli vähentynyt 24:llä. Vuonna 2022 Paltamon työmarkkinatukimaksut pienenevät n. 100 000 euroa edelliseen vuoteen verrattuna.

LAPSET JA LAPSIPERHEET

- Kunnan kustantamaa varhaiskasvatusta vuoden 2022 aikana käytti 215 lasta.
- Hoitopäiviä kunnan kustantamassa varhaiskasvatuksessa vuonna 2022 oli 19 591.
- Koululaisten ilta-, yö- ja viikonloppuhoidot sekä lomien aikainen hoito 1. - 2. -luokkalaisille mahdollistettiin lasten ja perheiden hyvinvointia tukemaan.
- Kesällä 2022 koululaisten vuorohoidon sijaan kesäkuun ajaksi käynnistettiin koululaisten kesäkerho, joka vähensi koululaisten vuorohoidon tarvetta kesän aikana aikaisempiin vuosiin verrattuna. Kerhon suunnitteli ja toteutti apip-toiminta.

- Lähiliikkuja- hanke sai jatkoa vuodelle 2022. Hankkeessa hyödynnettiin metsäluonnon terveyshyötyjä sekä edistettiin lasten ulkoilumahdollisuuksia varhaiskasvatuksessa ja ikäihmisten keskuudessa. Hankkeessa kannustettiin perheitä ja ikäihmisiä ulkoiluun erilaisilla toiminnoilla sekä edistettiin varhaiskasvattajien osaamisen kehittämistä. Varhaiskasvatuksen henkilöstölle järjestettiin ohjattuja kuntosalikäyntejä ja -neuvontaa keväällä 2022.
- Keväällä 2022 varhaiskasvatus ja perusopetuksen yksiköt lähtivät mukaan KOKOAVA ruokakasvatus-hankkeeseen, joka lisäsi kasvattajien tietoisuutta terveellisistä ruokailutottumuksista, vahvisti varhaiskasvatushenkilöstön ruokakasvatuksen sisältöosaamista ja pedagogista ammattitaitoa.
- Helmikuussa 2022 järjestettiin yhteistyössä Kainuun liikunta ry:n kanssa EYOF (European Youth Olympic Festival) tapahtumakiertue Paltamossa. Kisatulikiertuetapahtuma pidettiin päivällä varhaiskasvatukselle ja perusopetukselle sekä illalla kaikille kuntalaisille. Illan tapahtuma keräsi n. 150 osallistujaa.
- Sykettä sydämeen -hanke järjesti perheliikuntatapahtuman Vuokatin Superparkkiin marraskuussa. Tapahtuma keräsi n. 150 henkilöä mukaan tapahtumaan.
- Harrastamisen Suomen mallin maksuttomiin harrastuksiin osallistui Paltamossa hankekaudella (syksy 21 – kevät 22 - syksy 22) kaikkiaan 209 lasta ja nuorta. Käyntikertoja harrastuksiin kertyi hankkeen aikana yht. 1907 harrastuskäyntiä. Harrastamisen Suomen mallin uusi hankehakemus ja kuuleminen tehtiin yhteistyössä muiden Kainuun kuntien kanssa talvella 2022. Myönteinen rahoituspäätös saatiin touko-kesäkuussa.



NUORET JA NUORET AIKUISET

- Vuonna 2022 aloitettiin kokeilla lauantainuokkaria 4H:n järjestämänä. Nuorisotila Koppa oli auki lauantaisin 6 kertaa vuoden 2022 aikana.
- Paltamon nuorisotyö teki yhteistyötä eri toimijoiden kanssa järjestäen tapahtumia lapsille ja nuorille pitkin vuotta. Tapahtumien teemoina olivat mm. LANIT, fresbeegolf ja kepparikisat, seksuaaliterveyden edistäminen, pääsiäisjahti, yönuokkarileiri, leffis, gospelkahvila, ehkäisevä päihdetyö sekä harrastus- ja hyvinvointimessut.
- Kutsunnoissa on tehty yhteistyötä nuorten miesten elämäntilanteen ja fyysisen kunnon osalta. Kunnan hyvinvointiaktivaattori ja Kainuun soten fysioterapeutti tekivät kuntotestit osallistujille ja kertovat mahdollisuuksista saada liikunta- ja ravintoneuvontaa sekä fysioterapiaa ennen palvelukseen astumista.
- Lasten parlamentti ja nuorisovaltuusto kokoontuivat vuonna 2022 säännöllisesti.

Kuntalaisille vuonna 2021 hyvinvointisuunnitelmaan liittyvän hyvinvointikyselyn mukaan lasten ja nuorten hyvinvointiin toivottiin kiinnitettävän huomiota kiusaamisen näkökulma huomioiden, allanostoja toimenpiteistä.

- Vuonna 2022 kunnanhallitus teki päätöksen koulutsempparin palkkaamisesta määräaikaiseen työsuhteeseen tukemaan lasten ja nuorten arkea kouluissa. Lisäksi Paltamossa on toiminut koulukohtauttajan resurssi 1pv/viikko sitouttavan koulu yhteistyön hankkeen avulla. Opettajat ovat saaneet apua ristiriitatilanteiden selvittelyyn ja muuhun oppilastyöhön, johon opettajien aika ei muutoin riitä. Erilaiset toiminnot, esim. tunnetaitotunnit, ryhmäytykset ja välituntitoiminnot ovat tarpeellisia. Työlle toivottiin jatkoa määräaikaisen resurssin jatkamiseksi.
- Kiusaamisen ehkäisyn työryhmä teki kiusaamisen ennaltaehkäisyyn liittyen huoltajille kyselyn keväällä 2022. Kyselyn tulosten perusteella Paltamon perusopetuksessa ja varhaiskasvatuksessa järjestettiin Tsemppipäivät kiusaamisen ennaltaehkäisyyn liittyen 8.4.2022 ja 12.10 sekä Kontiomäen koululla 27.10. Teemana olivat erilaiset tunne- ja vuorovaikutustaidot sekä ystävyys- ja kaveritaidot. Mukana oli yhteistyötahoja yhdistystoimijoista sekä poliisista. Yle julkaisi kevään päivästä [jutun](#).
- Vuonna 2022 keväällä Paltamon kunta sai myönteisen rahoituspäätöksen HOPPY-hankkeelle, jossa toteutetaan leiritoimintaa koulujen loma-aikana. Hankkeen toimenpiteitä toteutettiin talvilomaviikolla 2023 sporttileirin muodossa.
- Keväällä 2022 haettiin AVI:n rahoitusta NuTu -hankkeelle, joka mahdollistaisi koulunuorisotyöntekijän palkkaamisen. Myönteinen rahoituspäätös saatiin loppuvuodesta 2022. Koulunuorisotyöntekijä toimii koulussa ja nuorisotoimessa lasten ja nuorten ohjaajana ja tukena. Hankeresurssi sijoittuu lukuvuodelle 2023–2024.
- Paltamon kiusaamisen vastainen suunnitelma kouluissa hyväksyttiin kunnanhallituksessa. Prosessi oli osallistava, jossa kuultiin niin henkilöstöä, vanhempia, oppilaita ja oppilaskuntia.
- Paltamon kunnan perusopetuksen ja varhaiskasvatuksen henkilöstölle järjestettiin Hyvän mielen koulu- ja varhaiskasvatuskoulutukset. Menetelmän käyttöönottoon on tehty Sitouttavan koulu yhteistyön hankkeessa vuosikello, jota pyritään jalkauttamaan lukuvuosisuunnitelmiin. Menetelmän tavoitteena on tukea lasten ja nuorten mielenterveyteen liittyviä taitoja, johon myös kiusaamisen ennaltaehkäisyyn liittyvät tunne- ja vuorovaikutustaidot kuuluvat.

Etsivänuorisotyö

Kajaanin kaupungin etsivä nuorisotyö tuottaa Paltamon kunnan etsivän nuorisotyön nuorisolain 1285/2016 §:n 10 mukaisesti. Etsivä nuorisotyö on tarkoitettu 15–29-vuotiaille nuorille ja etsivän nuorisotyön tavoitteena on tarjota tukea, ohjausta ja neuvontaa, esimerkiksi opiskelu- tai työpaikan löytämisessä, asunnon hakemisessa, toimeentuloasioissa tai missä tahansa nuoren mieltä askarruttavissa asioissa. Palvelu on täysin luottamuksellista, nuorilähtöistä ja vapaaehtoista.



Nuorisolain 11§:n mukaan etsivään nuorisotyöhön tulee tehdä ilmoitukset varausmies- tai siviilipalveluksen keskeyttäneestä nuoresta sekä perusopetuksen päättäneestä nuoresta, joka ei ole sijoittunut perusopetuksen jälkeisiin opintoihin, tai jos nuori keskeyttää toisen asteen opinnot. Uusi oppivelvollisuuslaki tuli voimaan 1.8.2021 ja uudistuksen myötä nuorisolaista poistui ilmoitusvelvollisuus nuoren kotikunnan etsivälle nuorisotyölle oppivelvollisten nuorten osalta.

Oppivelvollisuuden suorittamisen keskeytyessä ohjaus- ja valvontavastuu on nuoren asuinkunnalla, eivätkä siihen liittyvät tehtävät kuulu etsivällä nuorisotyölle. Etsivät nuorisotyöntekijät toimivat jatkossakin läheisessä yhteistyössä kunnan ja muiden nuorten parissa toimivien tahojen kanssa ja etsivän nuorisotyöntekijän on hyvä osallistua nuoren tukemiseen ja palveluverkoston kokoamiseen aina, kun se on nuoren tahdon mukaista.

Viranomaiset, lähiomaiset ym. voivat tehdä ilmoituksen etsivään nuorisotyöhön tukea tarvitsevasta nuoresta. Lisäksi ilmoituksen voi tehdä nuoresta <https://yhteysetsivaan.fi/> kautta. Yhteysetsivaan.fi on maksuton valtakunnallinen palvelu, jonka avulla voi tehdä nuoresta ilmoituksen tietoturvallisesti. Nuori voi myös itse ottaa etsivään nuorisotyöhön yhteyttä soittamalla, viestillä, sähköpostilla tai sosiaalisen median kautta. Kajaanin etsivät nuorisotyöntekijät työskentelevät Ohjaamossa, joka on nuorten palvelupaikka alle 30-vuotiaille nuorille (Pohjolankatu 16). Myös paltamolaiset nuoret voivat tulla Ohjaamoon ilman ajanvarausta.

Etsivä nuorisotyö Paltamossa 2022

- Kajaanin kaupungin etsivästä nuorisotyöstä Paltamon yhdyshenkilönä vuonna 2022 on toiminut etsivä nuorisotyöntekijä Jenna Pyykkönen ja syksystä 2022 lähtien Heini Juntunen. Yhteistyösopimuksen mukaisesti etsivä nuorisotyöntekijä on käynyt Paltamossa tarvittaessa. Vuonna 2022 käyntejä on ollut noin kerran kuussa nuorten tarpeitten mukaan. Vuonna 2022

etsivään nuorisotyöhön on tullut seitsemän ilmoitusta. Ilmoitukset ovat tulleet peruskoulusta, toisen asteen oppilaitoksista, nuoren läheisiltä tai nuori on itse ollut suoraan yhteydessä etsivään nuorisotyöntekijään.

- Etsivä nuorisotyöntekijä on tehnyt tiivistä yhteistyötä Paltamossa nuorisotyötä tekevien tahojen ja muiden ammattilaisten kanssa sekä osallistunut erilaisiin työryhmiin. Tärkeässä roolissa on etsivän nuorisotyön tehtävän mukaisesti nuorten kohtaaminen yksilöohjauksissa sekä erilaisissa tapahtumissa, joihin etsivä nuorisotyöntekijä on tarpeen mukaan osallistunut jalkautumalla nuorten pariin.
- Vuonna 2022 etsivä nuorisotyöntekijä on ollut kohtaamassa paltamolaisia muun muassa nuorisotilalla, Harrastus- ja hyvinvointimessuilla, välitunneilla sekä koululaisille ja opiskelijoille järjestetyssä Tsemppipäivissä. Etsivää nuorisotyötä on esitelty myös Paltamon kuntatiedotteessa. Vuonna 2022 etsivän nuorisotyön asiakkuudessa on ollut yhteensä 7 paltamolaista nuorta ja kohtaamisia avoimissa tilaisuuksissa on ollut 158.

TYÖIKÄISET

- Työllisyystilanteesta on kerrottu kohdassa “Kunnan elinvoima”.
- Paltamon kunta sai AVI:lta maaliskuussa 2022 hakemaansa liikunnallisen elämäntavan edistämishankkeen rahoitusta aikuis- ja perheliikuntaan painottuen. Hankkeen tavoitteena on lisätä väestön fyysistä aktiivisuutta koko elämänkulussa, erityisesti vähän liikkuvien keskuudessa. Hankkeeseen rekrytoitiin hankekoordinaattori/liikunnanohjaaja, joka aloitti toukokuussa 2022. Hankkeen jatkohakemus vuodelle 2023 tehtiin marraskuussa. Hankkeella on vastattu kuntalaisten toiveeseen liikuntaneuvonnan osalta sekä huomioitu kunnanhallituksen pyytämä lisäys hyvinvoinnin tavoitteisiin liikunnallisen elämän tavan edistämiseksi.
- Sykettä Sydämeen -hankkeessa on järjestetty vuoden 2022 aikana 34 erilaista kurssia/ryhmätoimintoa ja kurssien käyntikertoja on kertynyt kaikkiaan 1107 kertaa. Toimintaa on järjestetty kirkonkylällä ja Kontiomäessä sekä Mieslahdessa. Hanke on ollut mukana järjestämässä erilaisia tapahtumia ja tehnyt sidosryhmäyhteistyötä. Kaikkiaan tapahtumiin on osallistunut yhteensä noin 377 henkilöä ensimmäisen hankekauden aikana. Hankkeen ohjausryhmä on kutsuttu koolle kolme kertaa ja se on ollut mukana suunnittelemassa ja arvioimassa hankkeessa toteutettavia toimintoja.
- Korpikansa seikkailee -kiertue toteutettiin syksyllä 2022, johon osallistui yhteensä reilut 70 henkilöä. Kaikki saivat kirjallisen palautteen kunnosta ja hyvinvoinnin edistämisestä.
- Myönteistä kehitystä on havaittavissa mm. Paltamon kunnan [TEAviisarissa](#) liikunta osa-alueella.

Aikuissosiaalityö ja osallisuuden edistäminen ja huono-osaisuuden vähentäminen vuonna 2022:

- Aikuissosiaalipalveluissa on kehitetty asumisneuvonnan ohjausta, jolla ennaltaehkäistään asunnottomuutta, ja lisätään hyvinvointia. Paltamon aikuissosiaalipalveluissa on aloitettu

välivuokraustoiminta. Välivuokra-asiakkaiden raha-asioita tuetaan välitystilipalvelun avulla ja asumisen onnistumista tuetaan asumisen ohjauksella.

- Paltamossa on ollut käytettävissä 50 % sosiaalityöntekijän, 50 % sosiaaliohjaajan ja 50 % kuntouttavan työtoiminnan ohjaajan työpanos, jolla tuetaan aikuissosiaalipalveluja tarvitsevia asiakkaita. Vuonna 2022 on ollut vaikeuksia rekrytoida sosiaalityöntekijää, vakituisen viranhaltijan siirryttyä pois Kainuusta.
- Aikuissosiaalipalvelut ovat osallistuneet Paltamon valmiussuunnitteluun. Tämän osalta on laadittu evakuointisuunnitelma, jonka evakuointikeskustoimintamallia käytetään normaaliolojen häiriöoloissa ja poikkeusoloissa. Vuonna 2023 evakuointitoimintamallia esitellään kuntalaisille 1. evakuointikeskuksen esittelypäivässä, joka on samalla toiminnallinen harjoitus.
- Aikuissosiaalipalveluissa on käytössä sosiaalisen raportointi, jolla nostetaan esille hyviä ja kehitettäviä asioita, joka on rakenteellisen sosiaalityön keino tuottaa tietoa ja vaikuttaa sekä edistää asioita.
- Aikuissosiaalipalvelut on jalkautunut erilaisiin tapahtumiin. esim. aikalisöohjaus, kutsuntaikäisten nuorten kutsuntapäiviin osallistuminen, näitä toimintoja jatketaan edelleen.
- Lisäksi tiivistä yhteistyötä tehdään Kainuun kuntakokeilun kanssa työllisyysasteen nostamiseksi ja työttömyyden vähentämiseksi.
- Yhteistyötä tehdään myös tiiviisti eläkeselvittelyissä terveydenhuollon ja kuntoutus- ja eläkeselvittelystä vastaavan kunnan palveluohjaajan kanssa ja aikuissosiaalipalvelujen eläkeselvittelykoordinaattorin kanssa.
- Poikkileikkaustilastossa ARA:lle menneeseen kyselyyn Paltamossa ei ollut syksyllä 2022 asunnottomia.

Jatkossa vuonna 2023 hyvinvointialueella ei ole enää aikuissosiaalipalveluja, vaan sosiaali- ja perhepalvelujen toimialueen alla on sosiaalityö ja sosiaaliohjaus -palvelualue, jonka alla toimii aikuisten sosiaalityö.

Aikuisten mielenterveyspalvelut ja riippuvuuksien hoito

- Vuonna 2022 hoitotakuu toteutunut. Hoitoon on päässyt nopeasti ja jonoja hoitoon akuutin vastaanottotyön puolella ei ole.
- Verkostotyötä toteutettu laajalti, asiakkaiden tarpeiden mukaan.
- Yhteistyö terveyskeskuksen kanssa toimii, tk-lääkäreiden konsultaatioajat ovat toteutuneet hyvin. Psykiatri- ja päihdelääkäripalvelut toimineet hyvin.
- Ryhmätoimintoja lisätty mm. psykoterapiaryhmä alkanut syksyllä 2022 ja suunnitteilla vuonna 2023 depressiokoulu-tyyppinen määräaikainen ryhmä, sekä täydennyskoulutusta erilaiseen ryhmätoimintaan.
- Kuntoutuskodissa käyttöaste on ollut suuri. Kuntouttava ryhmätoiminta on edelleen ollut tärkeä osa toimintaa ja sitä on voitu toteuttaa soveltaen koronatilanteen mukaan. Kotona asuvien kuntoutujien tukeminen on toteutunut myös tarpeen mukaisesti.

IKÄIHMISET

- Kunnan kevätpäivä -tapahtuma toteutettiin vuonna 2022 Kajaanissa. Ilmoittautuneita Paltamosta oli 2. Tapahtuma on suunnattu ikäihmisille toimintakyvyn, liikunnan ja terveyden edistämiseksi, ja se järjestetään vuosittain yhteistyössä Kainuun Liikunta ry:n kanssa.
- Voimaa Vanhuuteen -mentorointiohjelman työryhmä aloitti työskentelynsä tammikuussa ja kokoontui vuoden aikana 5 kertaa. Voitas -valmentaja (voiman ja tasapainon) koulutus järjestettiin syksyllä Paltamossa, jossa osallistujia oli 6 henkilöä. VoiTas -pilottiryhmä 8x 1h alkoi lokakuussa 2022, jonka jälkeen osallistujat siirtyivät Kansalaisopiston Voimaa kuntosalista -ryhmäksi.
- Hyvinvointiaktivaattori vieraili useammassa järjestöjen ja yhdistysten tilaisuuksissa vuoden 2022 aikana. Vierailuissa kampanjointiin Ikäinstituutin ikiliikkuja- ja Vie vanhus ulos -kampanjaa ja puhuttiin kokonaisvaltaisesta hyvinvoinnista ja ajankohtaisista aiheista. Lisäksi tehtiin tutustumisvierailuja kuntosalille 6 ryhmän kanssa ja annettiin samalla hyvinvointineuvontaa.

KAIKKI IKÄRYHMÄT

- Paltamon lääkäritilanne vuonna 2022 on ollut verrattain hyvä edellisvuosiin verrattuna. Paltamossa on ollut kaksi lääkäriä.
- Toukokuussa haettavana olivat Korpitien monitoimikeskuksen seuraavan lukuvuoden liikuntasalien vakiovuorot. Kaikille hakeneille saatiin vuorot järjestettyä, varattuja vuoroja oli kaikkinsa 30 kappaletta.
- Liikuntasalien vakiovuoroilla osallistujia lukuvuoden 21–22 aikana oli yht. n. 182 lasta ja 162 yli 18-vuotiasta. (tiedot kerätty toukokuussa 2022 vuorohakemusten yhteydessä)
- Kansalaisopiston kursseja on järjestetty vuonna 2022 Paltamossa yhteensä 164 kpl, joista liikuntakursseja oli 44 kpl. Netto-opiskelijamäärä Paltamon liikuntakursseilla oli 263 henkilöä, joista kotikunnaltaan paltamolaisia oli 223 henkilöä.
- Kuntosalikäyntejä koko vuodessa oli 7698 eli keskimäärin 642/kk ja 21/päivä. Kuntosalin kulkuoikeuksien tarve on kasvanut ja niitä on hankittu lisää.
- Järjestöille ja yhdistyksille jaettiin hakemusten perusteella helmi- ja syyskuussa 2022 yleisavustuksia yht. 1868 €. Hakemuksia tuli 9.
- Kohdeavustuksia jaettiin paltamolaisille kulttuuri- ja liikuntatoimijoille 3000 euroa tapahtumien ja tilaisuuksien järjestämiseen. Hakijoita oli 6.
- Vuoden 2022 aikana hankittiin Korpitien monitoimikeskukselle mm. sisäkuularinki ja kaksi airtrackia. Sykettä sydämeen -hankkeessa tehtiin pienvälinehankintoja mm. kuntosalille ja kuntalaisten käyttöön hankittiin kirjastolle 2 lainattavaa pyörää sulanmaan ajalle.
- Paltamon kunta on ollut mukana Kainuun Soten eri hankkeissa, jossa on selvitetty mm. covid 19 -pandemian vaikutuksia sekä tehty yhteistyötä itsemurhien ehkäisyn suhteen. Lisäksi on pyritty edistämään Neuvokasperhe -menetelmän jalkautumista osaksi varhaiskasvatuksen ja neuvola- ja kouluterveystyön arkea.
- Ehkäisevän päihdetyön toimia tehtiin yhteistyössä YTTY-nostetta nuorille hankkeen kanssa. Paltamon kunta osallistui mukaan EPT viikkoon viikolla 43 molemmissa nuorisotiloissa ja 6. luokan kouluun tutustumisen yhteyteen järjestettiin tietoutta ehkäisevästä päihdetyöstä. Lisäksi ennen lomia (kesä ja jouluku) kampanjoitiin kunnan viestinnässä raittiista kesästä ja Anna lapselle

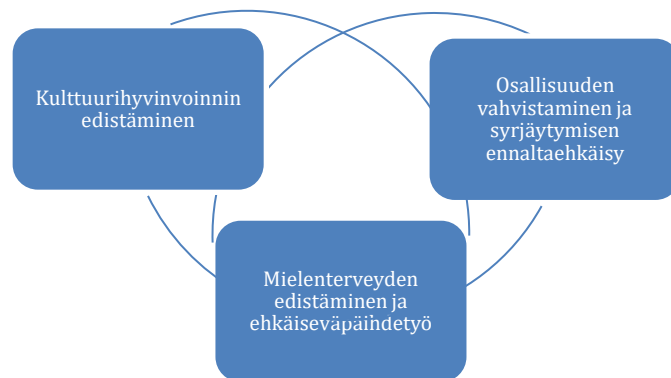
raitis joulu -kampanjan mukaisesti. Nuorisoa muistutettiin päihteettömyydestä ennen Paltamon kesätapahtumia. Aikuisille suunnattua ehkäisevän päihdetyön viestintää tehtiin Neuvokas perhe -tapahtumassa maaliskuussa.

KULTTUURIHYVINVOINTI

- Kulttuurikasvatussuunnitelma otettiin käyttöön suunnitellusti Kainuun kunnista ensimmäisenä.
- Teatterielämyksiä järjestettiin kaikenikäisille paltamolaisille:
 - Tanttarellan tarutelta Kontiomäessä ja Paltamossa, 2 päiväkotiesitystä (10.10. ja 11.10.), tuotanto Kajaanin kaupunginteatteri
 - Voi leipä! – balladi leivän syrjästä, koululaisesitys ja yleisoesitys (17.11. ja 18.11.), tuotanto Kajaanin kaupunginteatteri
 - Muutosta ilmassa, yläkoululaisesitys (1.11.), tuotanto Vaara-kollektiivi
- Konsertti joka kouluun -yhteistyö: Muusikko Julius Rantalan esitykset 25.11. Konserttikeskusten tuottamana perusopetuksen oppilaille ja lukiolaisille
- Yhteisötaideprojekti 7- ja 8-luokkalaisten kanssa: Korpikästä ja ristipistoja -näyttely joulukuussa Paltamossa ja osana Kainuun näyttelykiertuetta, tuotanto Kainuun lasten ja nuorten kulttuurikeskus Kulttura
- Kesän tapahtumakokonaisuutena toteutettiin Norssitanssit 14.5. toritoimintoihin, lasten kesätapahtuma ilmaiskonsertteineen, kesäasukastapaaminen ja yhteislaulutilaisuus sekä erikoisristeily Metelinniementä Melalahteen Eino Leinon päivän 6.7. ohjelmana. Vuoden paltamolaiseksi Eino Leinoksi valittiin Reima Uusitalo.
- Kunta tuki tuotannollisesti ja markkinoinnillisesti Paltamo Rock- ja Kuhakunkku -tapahtumia.
- Kunta oli mukana Kainuun asutuksen muistomerkin 70-vuotistapahtumassa sekä itsenäisyyspäivän ja kaatuneiden muistopäivän seppeltenlaskussa.
- Joulun avaus -tapahtuma järjestettiin koko perheelle yhdessä Paltamon yrittäjien kanssa 26.11.
- Kulttuuri- ja liikuntastipendit jaettiin 2.12. itsenäisyysjuhlassa ansioituneille kulttuuri- ja urheilutoimijoille
- Joulupostia ikäihmisille -kampanja toteutettiin Paltamon ikäihmisille yhteistyössä hoivakotien, Kainuun soten kanssa ja Siskot ja Simot ry:n kanssa.
- Kaikukorttia käytti 9 henkilöä Paltamon kansalaisopistoon.
- Kunta oli aktiivisesti mukana Kulttuurin toiminnassa, Kajaanin kaupunginteatterin aluetatterin neuvottelukunnassa, Kainuun kulttuuriohjelman laatimisessa ja Kulttuuri-Kainuu -hankkeessa.
- Kirjasto on toiminut kulttuurihyvinvoinnin edistämiseksi kohtaamis- ja näyttelytilana eri tilaisuuksille. Lukemisen edistämiseen, yhteiskuntaan ja kulttuuriin liittyviä tilaisuuksia kirjastossa oli yhteensä 20. Lisäksi oli 12 esine- ja taidenäyttelyä, joiden yhteydessä oli myös pienimuotoisia tapahtumia ja avajaisiin liittyviä esittelyitä. Kirjasto toimi myös kuntalaisen osallisuuden mahdollistajana kansalaisopiston asiakaskyselyssä ja kyselyssä koronavirusepidemian vaikutuksista Kainuussa. Siellä olivat nähtävillä tuulivoimahankkeen esittelyaineistot.
- Fyysisiä kirjastokäyntejä on 7.4/asukas/vuosi. Fyysisiä käyntejä pääkirjastossa kertyi 2.3 % edellisvuotta enemmän. Kaiken kaikkiaan kirjastosta lainattiin yhteensä 41 434 fyysistä aineistoyksikköä, mikä tekee 12.9 lainaa asukasta kohden. Edelliseen vuoteen verrattuna se on 2.8 % vähemmän.

3 Vuoden 2022–2025 suunnitelman eteneminen

Paltamon laajan hyvinvointikertomuksen ja -suunnitelman mukaan hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistämisen painopistealueet 2022-2025 [ovat Paltamon strategian](#) ja indikaattoritietojen pohjalta seuraavat:



Seuraavassa on esitetty laajan hyvinvointisuunnitelman 22–25 toimenpiteiden etenemisen tilanne. Asiakirjan ensimmäisessä osiossa esitellyt nostot ovat osa toimenpiteitä. Liikennevalot viestivät tilannetta.

1. Hyvinvoivat asukkaat Ennakoiva hyvinvointityö ja yhdessä tekeminen eri toimijoiden kesken				
Tavoite Lapset ja nuoret	Toimenpiteet tavoitteiden edistämiseksi	2022 liikennevalot	Vastuutahot	Seurantamittarit
<p>Terveelliset elämäntavat, hyvinvoinnista huolehtiminen, hyvä arki:</p> <p>Tuetaan yhdenvertaisesti ja tasa-arvoisesti lasten ja nuorten terveellisiä elämäntapoja, ravitsemusta, liikuntaa ja tervettä painoa, suun terveyttä ja ruutu-aikaa. Terveelliset elämäntavat lisääntyvät.</p> <p>Lapset ja nuoret, ylipainoisten lasten määrä laskee erityisesti 8-9lk oppilaisissa.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Kehitetään peruskoulun ja varhaiskasvatuksen ruokakasvatustoimintaa (Kokoava-hanke) ja ruokaraadin avulla. -Terveellisemmät elämäntavat ja niiden tukeminen varhaiskasvatuksessa Neuvokasperhe -menetelmää hyödyntämällä, menetelmä käytössä myös neuvolassa https://neuvokasperhe.fi/ - Tehdään yhteistyötä lasten liikunnan lisäämiseksi suositusten mukaisesti vakassa, kouluissa ja vapaa-ajalla. Aktiivinen arki, Harrastamisen Suomen malli, kerhot. -Tuetaan tavoitetta monipuolisilla harrastusmahdollisuuksilla tarjoamalla maksuttomia tiloja järjestöille ja yhdistyksille. -Hyödynnetään tieliikenneturvallisuuden materiaaleja liikuntaan aktivoimiseksi esim. pyöräily- ja luontoliikuntakampanjat. 	<p>●</p> <p>●</p> <p>●</p> <p>●</p> <p>●</p> <p>●</p> <p>●</p> <p>●</p> <p>●</p> <p>●</p> <p>●</p> <p>●</p> <p>●</p> <p>●</p> <p>●</p> <p>●</p>	<ul style="list-style-type: none"> Rehtorit, opettajat Varhaiskasvatuksen henkilöstö ja johtajat, Kouluterveydenhuolto Koulukuraattori Seurat, järjestöt ja yhdistykset Hyvinvointiaktivaattori Ravitsemuspalvelut Nuorisotyö Kainuun sote Koulutsemppari <p>ks. yllä.</p> <ul style="list-style-type: none"> Nuorisovaltuusto, lasten parlamentti, rehtorit, opettajat, varhaiskasvattajat, kulttuurivastaava, nuorisotyö ja etsivä nuorisotyö 	<p>Kouluterveyskysely: Ylipaino, osuus 8. ja 9. luokan oppilaista, (HYTE-kerroin)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Kokee terveydentilansa keskinertaiseksi tai huonoksi, osuus 8. ja 9. luokan oppilaista (HYTE-kerroin) -4. ja 5. luokkalaisista erittäin tai melko tyytyväinen elämäänsä %. - Ei syö koululounasta päivittäin, % 8. ja 9. luokan oppilaista -hengästyttävää liikuntaa vapaa-ajalla korkeintaan yhden tunnin viikossa harrastavat % 8. ja 9. luokan oppilaista -Kutsuntaikäisten fyysinen kuntoluokitus <p>Kouluterveyskysely: -Keskusteluyhteys -Koulu-uupumus - Koulutuksen ulkopuolelle jääneet 17–24-vuotiaat, osuus vastaavan ikäisestä väestöstä (HYTE-kerroin)</p> <p>Sotkanet: - Erikoissairaanhoidon avohoitokäynnit, nuoriso- ja lastenpsykiatria / 1000/ 0–12- ja 13–17-vuotiaista kohden</p> <p>Kouluterveyskysely: - Tosi humalassa vähintään kerran kuukaudessa 8-9lk oppilaat</p> <ul style="list-style-type: none"> -Tupakointi 8-9lk oppilailla - Kokeillut laittomia huumeita ainakin kerran lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista/vähintään kerran kk, % - Raittius - Sotkanet: 0–17-vuotiaat lapset, joista on tehty lastensuojeluilmoitus, % -osuus <p>TEA-viisari: kulttuuriharrastajien määrä, 4.-5 luokkalaisten, 8.- 9lk ja 1.-2 lukiokurssilaiset</p>
<p>Mielen hyvinvoinnin vahvistaminen ja riippuvuuksien ehkäiseminen:</p> <p>Lasten ja nuorten mielenterveyden varhainen tukeminen, kuormittuneisuuden, ahdistuneisuuden ja yksinäisyyden määrä vähenee.</p> <p>Alaikäiset ovat päihteettömiä ja ennaltaehkäistään päihteiden aiheuttamia haittoja ja riippuvuuksia.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Terveydenhoito ja kuraattoripalvelut sekä muut oppilashuollon palvelut tarjolla kouluissa, IPC-menetelmä käytössä. - Varhaiskasvatuksen, koulun ja perhekeskuksen yhteistyö on sujuvaa. -Psykologipalvelut käytössä niitä tarvitseville. -Osallistutaan mahdollisuuksien mukaan mielenterveyttä tukeviin hankkeisiin ja mielenterveyden osaamisen kehittäminen mm. Mukana elämässä itsemurhien ehkäisy -hanke, Hyvän mielen kunta -hanke. -Maksuton varhaiskasvatus 	<p>●</p> <p>●</p> <p>●</p> <p>●</p> <p>●</p> <p>●</p> <p>●</p> <p>●</p> <p>●</p> <p>●</p> <p>●</p> <p>●</p> <p>●</p> <p>●</p> <p>●</p> <p>●</p> <p>●</p>		
<p>Osallisuuden vahvistamisen ja syrjäytymisen ennaltaehkäisy</p> <p>Kulttuurihyvinvoinnin edistäminen</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Vihreälipputoiminta -Yhteistyö 4H - ajokortti työelämään koulutus 9lk -Yhteistyön tiivistämien etsivän nuorisotyön kanssa. - Kulttuurikasvatussuunnitelman toteuttaminen perusopetuksessa ja varhaiskasvatuksessa: tuetaan kulttuurin ja taiteen keinoin lasten tunne- ja esiintymistaitoja, oppimista ja itseilmaisua -tehään yhteistyötä Kainuun lasten ja nuorten kulttuurikeskus Kultturin kanssa. 	<p>●</p> <p>●</p> <p>●</p> <p>●</p> <p>●</p> <p>●</p> <p>●</p>		

1. Hyvinvoivat asukkaat				
Ennakoiva hyvinvointityö ja yhdessä tekeminen eri toimijoiden kesken				
Tavoite Työikäiset, ikäihmiset	Toimenpiteet tavoitteiden edistämiseksi	2022 liikennevalot	Vastuutahot	Seurantamittarit
<p>Terveelliset elämäntavat, hyvinvoinnista huolehtiminen, hyvä arki:</p> <p>Tuetaan työikäisten ja ikäihmisten hyvinvointia, toimintakykyä ja terveellisissä elintapoja.</p>	<p>-Voimaa vanhuuteen -ohjelman toteutus Ikäinstituutin ja yhteistyökumppaneiden kanssa.</p> <p>-Parannetaan jalankulun ja pyöräilyn olosuhteita ja ehkäistään kaatumisia. Turvallisuutta edistetään esteettömyydellä ja esim. tieturvallisuuskampanjoinnilla, mm. heijastimien ja liukuesteiden jakamisella.</p> <p>- Sykettä sydämeen -hankkeella tuetaan vähänliikkuvien aikuisten ja työelämästä poissaolevien liikuntaneuvontaa ja omaehtoista liikkumista. Tiivistetään yhteistyötä Kainuun soten kanssa.</p> <p>- Ehkäistään kunnan työllisyydenhoidon palveluilla yhteistyössä muiden toimijoiden kanssa työttömyyden pitkittymistä ja tuetaan pitkään työttömänä olleiden elämänhallintaa ja paluuta työmarkkinoille sekä työttömien terveystarkastuksiin.</p>	<p>●</p> <p>●</p> <p>●</p> <p>●</p> <p>●</p>	<p>Sivistys/liikuntapalvelut</p> <p>Hyvinvointiaktivaattori</p> <p>Kunnan työllisyyspalvelut</p> <p>Kainuun sote</p> <p>Järjestöt ja yhdistykset, Vanhus- ja vammaisneuvosto, Kansalaisopisto</p> <p>Tekniset palvelut</p> <p>Elinvoimapaalvelut</p> <p>Työterveys</p> <p>HYTETU-työryhmä</p>	<p>Sotkanet:</p> <p>- Tuki- ja liikuntaelinvaivojen vuoksi eläköityneet 10 000 asukasta kohden</p> <p>- Kaatumisiin ja putoamisiin liittyvät hoitokasot 65 vuotta täyttäneillä / 10 000 vastaavan ikäistä kohden</p> <p>- Sairauspäivärahaa saaneet 25–64-vuotiaat 1 000 vastaavan ikäistä</p> <p>-Ikäntyneiden tehostetun palveluasumisen 75 vuotta täyttäneet asiakkaat, % vastaavan ikäisestä väestöstä</p> <p>Sotkanet:</p> <p>- Aikuisten mielenterveyden avohoitokäynnit / 1 000 18 vuotta täyttäneitä kohden</p> <p>- Alkoholin myynti asukasta kohti 100 % alkoholina, litraa</p>
<p>Mielen hyvinvoinnin vahvistaminen ja riippuvuuksien ehkäiseminen</p> <p>Vahvuudet, hyvä arki ja terveelliset elintavat tukevat mielenterveyden vahvistumista.</p>	<p>-Matalankynnyksen palvelut tarjolla kaikille Kainuun soten mielenterveys- ja riippuvuuksien hoidon toimipisteessä.</p> <p>-Ehkäisevän päihdetyön suunnitelman toteutus ja jalkauttaminen yhteistyössä Kainuun soten, seurakunnan ja yhdistysten kanssa.</p> <p>-Mielen hyvinvointia tukevien ympäristöjen vahvistaminen.</p> <p>-Tuetaan perheitä ja vanhemmuutta.</p>	<p>●</p> <p>●</p> <p>●</p> <p>●</p>	<p>Kainuun sote</p> <p>Kaikki hallinnonalat</p> <p>Kunnanhallitus ja valtuusto</p> <p>huomioivat päätöksissään.</p> <p>HYTETU-työryhmä</p>	<p>Päihteiden vaikutuksia kuvaavat indikaattorit:</p> <p>-Poliisin tietoon tulleet henkeen ja terveyteen kohdistuneet rikokset</p> <p>-Poliisin tietoon tulleet rattijuopumustapaukset / 1000 asukasta kohden</p> <p>-Päihdehuollon avopalveluissa asiakkaita 1000 / asukasta kohden</p>
<p>Osallisuuden vahvistamisen ja syrjäytymisen ennaltaehkäisy</p> <p>Edistetään kuntalaisten osallisuuden ja sosiaalisen yhteenkuuluvuuden tunnetta. Osallistuminen, osallisuus ja yhteisöllisyys lisäävät myös mielen hyvinvointia.</p>	<p>-Kunnanhallituksen päätös EVA:sta, vaikutusten ennakoarvioinnin käyttöönotosta päätöksenteossa.</p> <p>-Hyvinvointi-, kulttuuri-, liikuntapaikka- ja kansalaisopiston asiakaskyselyt kuntalaisille</p> <p>-Kainuun soten aikuissosiaalipalveluiden palvelut kuntalaisille ja seurakunnan tapahtumat ja tilaisuudet osallisuuden vahvistamiseksi.</p> <p>-Kuntakokeilun ja pohjoismaisen palvelumallin jalkauttaminen, työllisyyden tukeminen ja palveluohjaus. Vahvistetaan koulutuksen ja työelämän ulkopuolella, riskissä olevien tunnistamista, tukea ja ohjausta.</p> <p>-Kehitetään ikääntyneille suunnattua viestintää ja digitaalisten palveluiden saatavuutta.</p>	<p>●</p> <p>●</p> <p>●</p> <p>●</p> <p>●</p>	<p>Kunnanvaltuusto ja -hallitus</p> <p>Sivistyspalvelut, HYTETU-työryhmä, tekniset palvelut, elinvoimapaalvelut</p>	<p>Sotkanet:</p> <p>-Toimeentulotukea pitkäaikaisesti saaneet 25–64-vuotiaat, osuus vastaavan ikäisestä väestöstä</p> <p>-Työkyvyttömyyseläkettä saavat 25–64-vuotiaat, osuus vastaavan ikäisestä väestöstä</p>
<p>Kulttuurihyvinvoinnin edistäminen</p>	<p>-Tarjotaan kulttuuripalveluja yhdenvertaisesti mm. Kaikukortin avulla</p> <p>- Tuetaan kuntalaisten kulttuurihyvinvointia Kainuun kulttuuriohjelman mukaisesti</p> <p>-Suunnataan kulttuuri- ja vapaa-ajan tapahtumia eri ikäryhmille yhteistyössä yhdistysten kanssa.</p>	<p>●</p> <p>●</p> <p>●</p>	<p>Kainuun sote</p> <p>Paltamon seurakunta</p> <p>Elinvoimapaalvelut</p> <p>Kulttuurivastaava</p>	<p>Kulttuurin TEA-viisari</p>

2. Laadukas ja hyvä koulutuspolku
Siirtymät ja nivelvaiheet hoidetaan yhteistyössä, opiskelijaohjelmien palvelut toimivat mallikkaasti

Tavoite	Toimenpiteet tavoitteiden edistämiseksi	2022 liikennevalot	Vastuutahot	Seurantamittarit
<p>Osallisuuden vahvistamisen ja syrjäytymisen ennaltaehkäisy</p> <p>Kouluissa on turvallista olla ja kiusaamisen, häirinnän ja yksinäisyyden määrä vähenee, yhteisöllisyys ja ystävällisyys lisääntyvät.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Yhteistyön tiivistäminen, toimiva opiskelijaohjelma, maksuton varhaiskasvatus -Kiusaamisen ehkäisyn suunnitelman toteuttaminen kouluissa. LOKSU käytössä varhaiskasvatuksessa. -Tuetaan koulun yhteisöllisyyttä ja oppilaiden osallisuutta sekä tunne-, vuorovaikutus- ja turvataitoja. -Tunne-, vuorovaikutustaidot ja turvataitoja toteutetaan säännöllisesti kouluissa kuukausittain. -Hyödynnetään SKY -hankkeen koulutuksia osaamisen kehittämiseksi koulujen henkilöstölle. -Koulupoissaoloihin puuttumista kehitetään. -Seksuaaliterveyden edistäminen yhteistyössä nuorisotyön kanssa. - Koulutsempparin resurssi Paltamoon 2-vuodeksi 	<ul style="list-style-type: none"> ● ● ● ● ● ● ● ● 	<p>Rehtorit, opettajat Varhaiskasvatuksen henkilöstö, Kouluterveydenhuolto Koulukuraattori Seurat, järjestöt ja yhdistykset Hyvinvointiaktivointori Ravitsemuspalvelut Nuorisotyö Koulukohtauttaja Koulutsemppari</p>	<p>Kouluterveyskysely: -Koulukiusattuna vähintään kerran viikossa paltamolaisista 8.–9. luokkalaisissa. -8.–9. luokkalaisissa ei yhtään läheistä ystävää -Yläkouluille suunnattu kiusaamiskysely lukujaksojen lopussa - Kiusaamisen ennaltaehkäisyyn liittyvä kysely vanhemmille</p>
<p>Kulttuurihyvinvoinnin edistäminen</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Taataan yhdenvertainen ja saavutettava kulttuurikasvatus varhaiskasvatuksessa, perusopetuksessa ja toisella asteella toteuttamalla kulttuurikasvatussuunnitelmaa -Tuetaan kuntalaisten kulttuurihyvinvointia Kainuun kulttuuriohjelman mukaisesti -Lisätään johdon ja luottamushenkilöiden tietämystä hyvinvoinnin edistämisestä kulttuurihyvinvoinnin näkökulmasta 	<ul style="list-style-type: none"> ● ● ● 	<p>rehtorit, opettajat, paikalliset taidekasvattajat, kulttuurivastaava</p>	<p>Toteutuneet toimenpiteet</p>

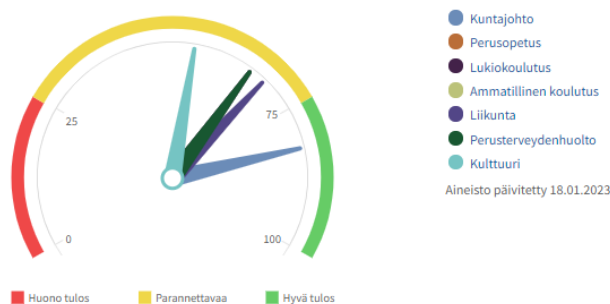
3. Monipuoliset vapaa-ajan harrastukset				
Tavoite	Toimenpiteet tavoitteiden edistämiseksi	2022	Vastuutahot	Seurantamittarit
<p>Osallisuuden vahvistamisen ja syrjäytymisen ennaltaehkäisy, mielen hyvinvoinnin vahvistaminen ja riippuvuuksien ehkäiseminen</p>	<p>-Harrastamisen Suomen mallin hankehakeminen yhteistyössä muiden kuntien kanssa, mielekäs ja maksuton harrastaminen.</p> <p>-Kunnan tilat ovat maksuttomia järjestöille ja yhdistyksille sekä yleishyödyllisille toimijoille.</p> <p>-Nuorisotyö järjestää aktiivisesti toimintaa yhteistyössä yhdistysten ja seurakunnan kanssa.</p>	<p>●</p> <p>●</p> <p>●</p>	<p>Koulut, hyvinvointiaktivaattori, paikalliset ja alueelliset toimijat, nuorisotyö</p>	<p>Harrastamisen Suomen mallin kysely, harrastavien määrä.</p>
<p>Olemassa olevat harrastuspaikat hyvässä kunnossa</p>	<p>-Pidetään kunnan harrastuspaikoista huolta</p>	<p>●</p>	<p>Tekniset palvelut, Puhtaanapito palvelut, Toimijat ja käyttäjät, hyvinvointiaktivaattori</p>	<p>Kyselyt ja palautteet</p>
<p>Liikunnallisen elämäntavan edistäminen</p>	<p>-Luodaan edellytyksiä kuntalaisten liikkumiselle</p> <p>Sykettä sydämeen hanke, kuntoportaat</p>	<p>●</p> <p>●</p>	<p>hyvinvointiaktivaattori</p>	<p>liikuntaharrastusten käyttäjämäärät sekä yleisavustusten saajien määrät</p>
<p>Kansalaisopiston tarjonta monipuolista</p>	<p>-Tarjotaan kuntalaisille monipuolisesti erilaisia kansalaisopiston kursseja.</p>	<p>●</p>	<p>Sivistyspalvelut, Kansalaisopisto</p>	<p>Kurssien määrä ja palautteet, asiakaskysely</p>
<p>Kulttuurihyvinvoinnin edistäminen</p>	<p>-Toteutetaan suunnitelmallista ja monipuolista kulttuuri- ja tapahtumatuotantoa yhdessä eri toimijoiden kanssa.</p>	<p>●</p>	<p>- varhaiskasvatus, perusopetus, lukio, paikalliset</p>	<p>Kulttuurin TEA-viisari</p>
<p>Monipuolinen kulttuuritarjonta</p>	<p>-Tuetaan järjestöjen ja yhdistysten toimintaa tarjoamalla tiloja käyttöön maksuttomasti sekä yleis- ja kohdeavustuksilla.</p>	<p>●</p>	<p>- taidekasvattajat</p>	
<p>Yhteistyö järjestöjen ja yhdistysten kanssa</p>	<p>-Monipuoliset järjestöjen ja yhdistysten tarjoamat harrastukset.</p> <p>-Lisätään kirjaston tilojen käyttöä tapahtumissa</p> <p>-Tarjotaan kulttuuripalveluita saavutettavasti</p>	<p>●</p> <p>●</p> <p>●</p>	<p>- Elinvoimapalvelut, kulttuurivastaava, kehitysjohtaja, järjestöt ja yhdistykset</p> <p>-Sivistyspalvelut</p>	

4 Indikaattoritiedon osoittama väestön hyvinvointi

Seuraavassa on kuvattu Paltamon kunnan taustaindikaattoreita, jotka kuvaavat väestön tilaa ja elinvoimaa vuosilta 2017–2021. Indikaattoritiedot on kerätty niiltä osin, kun niitä on ollut saatavissa valtakunnallisista tilastoista (TEAviisari, tilastokeskus, sotkanet.fi ja kouluterveyskysely). Lisäksi on hyödynnetty kiusaamisen ennaltaehkäisyn kyselyn tuloksia vuodelta 2022 ja 2023. Vuoden 2022 valtakunnalliset tilastot eivät ole kaikilta osin vielä päivittyneet tietokantoihin, jolloin on käytetty viimeisimpiä saatavilla olleita tilastotietoja. Vertailun vuoksi tilastoja on otettu vuosilta 2018–2021 ja vertailu kuntina ovat Heinävesi, Puolanka, Tyrnävä ja Vaala. Indikaattoritietoja ei ole ollut saatavissa kaikilta osin kunnan pienuuden vuoksi tai siitä syystä, ettei niitä tilastoida vuosittain valtakunnallisesti. Tilastotiedot antavat tietoa väestön hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden tilasta.

Kuntien terveydenedistämisasiivisuutta seurataan valtakunnallisesti kunta- ja aluekohtaisen hyvinvointitiedon avulla (terveydenedistämisasiivisuus/kunta). Terveyden ja hyvinvoinnin laitos ylläpitää vertailutietojärjestelmää TEA-viisarin (www.thl.fi/TEAviisari) kautta. Edelliseen vuoteen verrattuna nousua on tapahtunut liikunnan osa-alueella, vastaavasti perusterveydenhuollon ja kulttuurin viisarit ovat laskeneet hieman.

Kaikki sektorit : Paltamo 2022



Pisteet	Paltamo	Koko maa
Kaikki sektorit	67	68
Kuntajohto	82	79
Perusopetus	..	64
Lukiokoulutus	65	66
Ammatillinen koulutus	..	63
Liikunta	68	72
Perusterveydenhuolto	65	70
Kulttuuri	54	66

HYTE-kerroin mittaa laajasti tekemisiä aina johtamisesta, seurannasta ja arvioinnista, resursseista ja kuntalaisten osallisuuden edistämisestä käytännön tekemisiin. Se on usean indikaattoritiedoilla mitattavan osa-alueen kokonaistulos, jotka ovat lueteltu alle. HYTE-kerroin on kannustin kunnille, joka tarkoittaa, että kuntien rahoituksen valtionosuuden suuruus määräytyy osaksi niiden tekemän hyvinvoinnin ja terveyden edistämistyön mukaan eri osa-alueilla mitattuna. Tärkeää on myös työn pitkäjänteisyys ja suunnitelmallisuus. Edellytyksiä väestön hyvinvoinnille ja terveydelle luovat koulutus, liikunta-, ruoka- ja kulttuuripalvelut, kaavoitus, liikennejärjestelyt sekä monet muut kunnan tehtävät.

Toimintaa kuvaavat prosessi indikaattorit:

- peruskoulut (4 yksittäistä indikaattoria)
- liikunta (5 yksittäistä indikaattoria)
- kuntajohto (5 yksittäistä indikaattoria)
- kulttuuri (1 yksittäinen indikaattori)

Tulosindikaattorit (6 kpl) mittaavat muutosta väestössä. Niillä haetaan vastausta kysymykseen "Minkälaisia muutoksia kunnan asukkaiden terveydessä ja hyvinvoinnissa on tapahtunut viimeisten kahden vuoden aikana"?

- Kokee terveydentilansa keskinkertaiseksi tai huonoksi, osuus 8. ja 9. luokan oppilaista (Paltamossa hieman laskenut ollen 28,6 % vuonna 2019 ja 25 % vuonna 2021).
- Ylipaino, osuus 8. ja 9. luokan oppilaista (Paltamossa noussut reilusti ollen 23,6 % vuonna 2019 ja 32,8 % vuonna 2021).
- Koulutuksen ulkopuolelle jääneet 17–24-vuotiaat, osuus vastaavan ikäisestä väestöstä (12,2 % vuonna 2020 ja vuonna 2021 heitä oli 3 %).
- Toimeentulotukea pitkäaikaisesti saaneet 25–64-vuotiaat, osuus vastaavan ikäisestä väestöstä (1,8 % vuonna 2020 ja 1,9 vuonna 2021 %).
- Työkyvyttömyyseläkettä saavat 25–64-vuotiaat, osuus vastaavan ikäisestä väestöstä (Vuonna 2020 13,6 % ja vuonna 2021 13,5 %).
- Kaatumisiin ja putoamisiin liittyvät hoitajaksot 65 vuotta täyttäneillä henkilöillä verrattuna 10 000 vastaavan ikäiseen henkilöön (338,5 vuonna 2020 ja 418,4 vuonna 2021).

Taulukosta näkyy Paltamon HYTE-kerroin, joka on laskenut edellisvuoden takaisesta. HYTE-kerroin euroa / asukas [Info 5341](#)

Kokonaisuudessaan Paltamon HYTE-kertoimen tuoma raha on 53 196 € vuodelle 2023 ([Valtionosuuslaskelmia - Valtiovarainministeriö \(vm.fi\)](#)). HYTE-kertoimen tuoma raha ei ole ns. korvamerkittävä hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistämistyöhön.

HYTE-kerroin euroa / asukas [Info 5341](#)

		2020	2021	2022
Hyrnsalmi	yhteensä	17,6	15,1	17,6
Kuhmo		15,1	18,4	20,5
Paltamo		15,9	19,0	16,7
Puolanka		14,9	14,9	11,8
Suomussalmi		14,6	14,2	19,8

4.1 KUNNAN ELINVOIMA

- Vuoden 2021 lopussa asukasluku Paltamossa oli 3183. Tilastokeskuksen väestöennusteen mukaan Paltamon asukasluku laskee vuoteen 2040 mennessä 2594 asukkaaseen. *Väestö 31.3.2022* (Sotkanet info ind. 127)
- Huoltosuhte ilmaisee, kuinka monta alle 15-vuotiasta ja 65 vuotta täyttäneitä on sataa 15–64-vuotiasta (työikäistä) kohti. Mitä enemmän on lapsia ja/tai eläkeikäisiä, sitä korkeampi huoltosuhteen arvo on. Paltamossa vuonna 2018 huoltosuhte oli 77,2 ja se on noussut 86,9:een

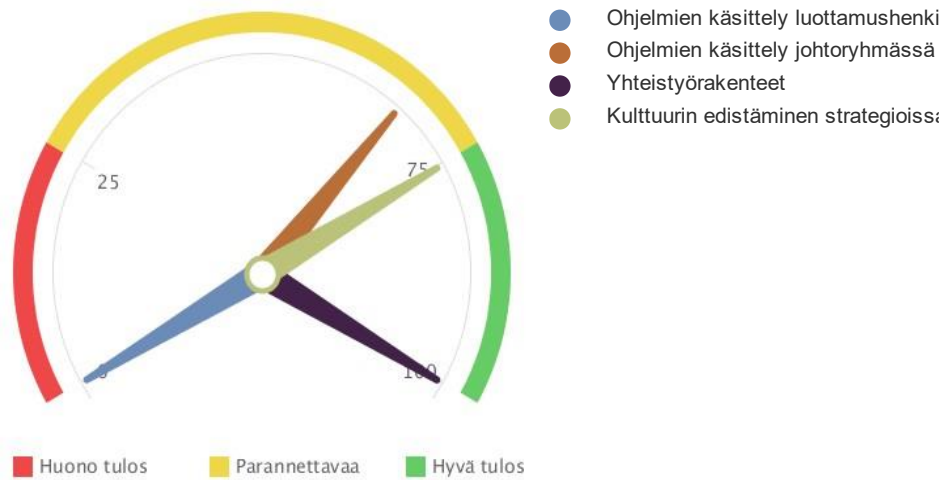
vuonna 2021. Huoltosuhte on Paltamossa suurempi kuin Kainuussa, jossa se oli 76,5 vuonna 2021. Vertailukunnista vain Tyrnävällä huoltosuhte on pysynyt suunnilleen samana 79,5. Heinävedellä on huoltosuhte todella korkea 101,4.

- Koulutustasomittain kuvaa väestön koulutustasoa, joka on mitattu laskemalla perusasteen jälkeen suoritettujen korkeamman koulutuksen keskimääräinen pituus henkeä kohti. Luku 297 tarkoittaa, että koulutuksen pituus on 2,9 vuotta. Koulutustasomittain on Paltamon kunnan asukkailla alhainen. Vuonna 2018 luku oli 278 ja vuonna 2021 se oli 297. Kainuussa vuonna 2018 luku oli 328 ja vuonna 2021 se oli 339,7.
- Lapsiperheiden osuus on laskenut koko tarkastelujakson ajan, vuonna 2018 lapsiperheitä oli 28,8 % ja vuonna 2021 28,4 %. Puolangalla, Vaalassa ja Heinävedellä oli vähemmän lapsiperheitä. Kainuussa lapsiperheiden määrä oli 31,9 % vuonna 2021.
- Yhden vanhemman perheet määrä lapsiperheistä -indikaattori ilmaisee yhden huoltajan lapsiperheiden osuuden prosentteina kaikista lapsiperheistä. Yksinhuoltajaperheiden määrä lapsiperheistä on pysynyt suunnilleen samana, vain pientä vaihtelua on ollut vuosina 2018–2021. Vuonna 2021 Paltamossa yksinhuoltajaperheiden määrä lapsiperheistä oli 20,9 %. Vertailukunnista Heinävedellä, Puolangalla ja Vaalassa yksinhuoltajaperheiden osuus lapsiperheistä on suurempi. Koko Kainuussa osuus oli vuoden 2021 lopussa 22,2 %. Vertailualueista ainoastaan Tyrnävällä on selkeästi vähemmän 13,9 % yksinhuoltajaperheitä kuin muilla vertailualueilla.
- Työllisten osuus on Kainuun vertailukuntiin verrattuna Paltamossa vielä melko korkea eli 34,6 % väestöstä vuonna 2021. Työllisten osuus on lievästi noussut tarkastelujaksolla. Tarkastelujaksolla vuonna 2018 työllisten osuus oli 33,5 %, vuonna 2019 osuus oli 32,9 % ja vuonna 2020 33,6 %. Koko Kainuussa työllisten osuus oli 38,4 %. Työllisiksi luetaan 15–74-vuotiaat henkilöt, jotka laskentaviikolla 25.–31.12. tekivät yhtenäkin päivänä ansiotyötä tai olivat tilapäisesti työstä poissa. Tieto työllisyydestä perustuu työeläke- ja veroviranomaisten tietoihin.
- Pitkäaikaistyöttömien määrä Paltamossa vuonna 2018 on ollut 26,4 %, 23,7 % vuonna 2019, vuonna 2020 se oli 24,2 % ja vuonna 2021 se oli 28,1 %. Kainuussa vastaava osuus on ollut 18,1 % vuonna 2020 ja 24,6 % vuonna 2021. Työttömään työvoimaan luetaan 15–64-vuotiaat työttömät. Pitkäaikaistyötön on työtön työnhakija, joka on ollut työttömänä vähintään 12 kuukautta.
- Toimeentulotukea pitkäaikaisesti saaneet 25–64-vuotiaat, osuus vastaavan ikäisestä väestöstä oli 1,8 % vuonna 2020 ja 1,9 % vuonna 2021.

[TEAvisarin mukaan](#) poikkihallinnolliset ja alueelliset yhteistyörakenteet toimivat Paltamossa kulttuurihyvinvoinnin näkökulmasta hyvin. Myös kulttuurin edistämiseen sekä hyvinvointia ja terveyttä edistävään kulttuuri-toimintaan liittyvät asiat on huomioitu kuntastrategiassa hyvin. Kulttuuri-toiminnan tavoitteet huomioidaan hyvinvointikertomuksessa, mutta erillistä kulttuurihyvinvointisuunnitelmaa ei ole.

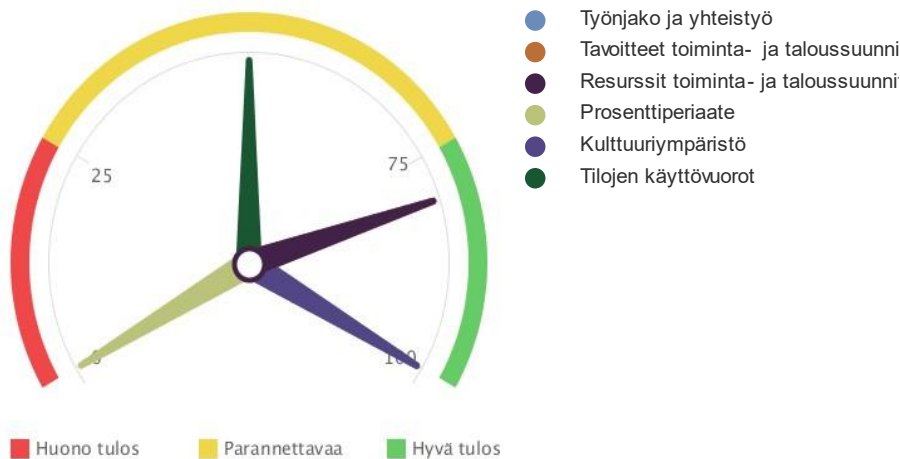
Kehitettävää on luottamushenkilöiden ja johtoryhmän sitoutumisessa terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseen kulttuurihyvinvoinnin näkökulmasta. Sen näkyvyydessä asiakirjoissa ja kansallisten ohjelmien hyödyntämisessä on parannettavaa. Lakia kuntien kulttuuri-toiminnasta ei ole käsitelty päättäjien ja johdon kanssa. Taiteen prosenttiperiaate ei ole käytössä.

Kulttuuri > Sitoutuminen : Paltamo 2021



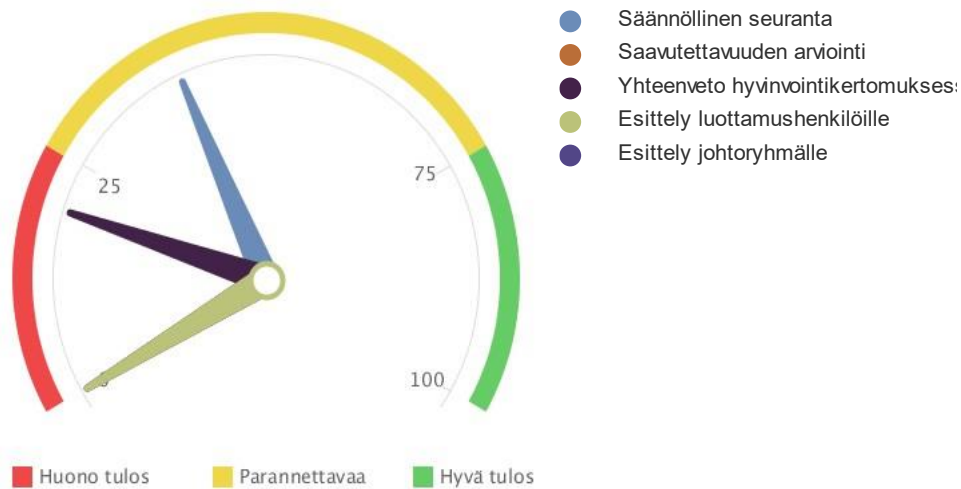
Työnjako ja yhteistyö kulttuurihyvinvoinnin edistämiseksi on organisoitu hyvin. Tavoitteet on määritelty toiminta- ja taloussuunnitelmassa lasten, nuorten, työikäisten ja ikääntyneiden sekä hyvinvointia ja terveyttä edistävän ja osallisuutta tukevan taide- ja kulttuuritoiminnan osalta. Kehitettävää on vähemmistö- ja erityisryhmille suunnatun kulttuuritoiminnan suunnittelussa. Tilojen käyttövuorojen virallisesti hyväksytyissä jakoperusteissa on parannettavaa.

Kulttuuri > Johtaminen : Paltamo 2021



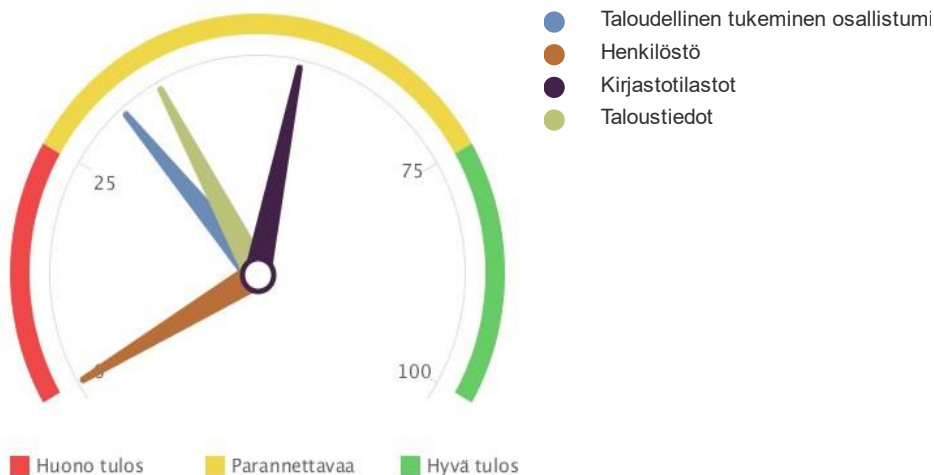
Eniten kehitettävää on kulttuurihyvinvoinnin seurannassa ja tarveanalyysissä: kulttuuripalveluihin osallistuneiden määrän kehityksen säännöllisessä seurannassa ja tietojen esittelyssä johdolle ja luottamushenkilöille. Taiteen perusopetusta ei järjestetä. Kainuun sote on vastannut sosiaali- ja terveydenhuollon asiakkaille järjestetystä kulttuuritoiminnasta. Kuntalaisten tyytyväisyyttä kulttuuripalveluihin seurataan. Saavutettavuuden arviointia ei ole tehty.

Kulttuuri > Seuranta ja tarveanalyysi : Paltamo 2021



Kunta tukee hyvin kuntalaisten mahdollisuutta osallistua kulttuuripalveluihin, sillä kunnan kulttuuripalvelut ovat pääsääntöisesti maksuttomia. Käytössä on Kaiku-kortti. Kulttuuria tarjotaan lapsille, nuorille ja ikäihmisille sekä lisäksi mahdollistetaan osallistumisia verkon kautta. Kulttuuriluotsi-tai kulttuurikaveritoimintaa ei ole. Kunnan kulttuuritoiminnan henkilöstöresurssit ovat niukat.

Kulttuuri > Voimavarat : Paltamo 2021

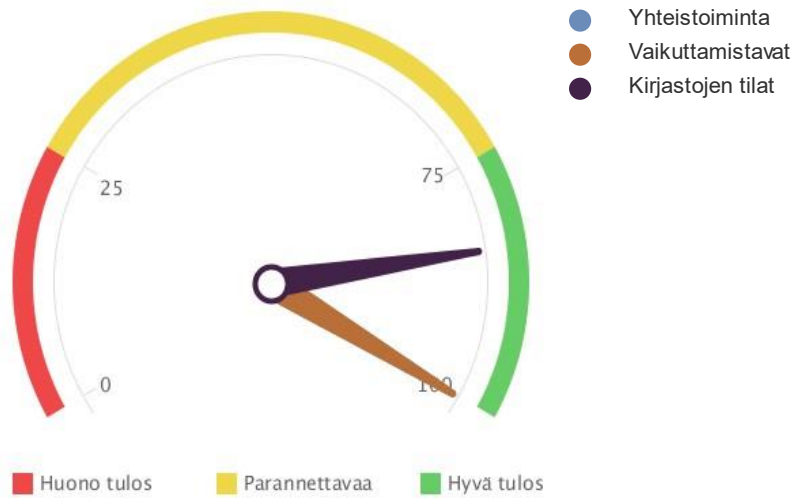


Kirjastopalvelujen saavutettavuus on hyvä ja käyttö on verkon välityksellä aktiivista. Fyysisiä kirjastokäyntejä on 7,4/asukas/vuosi. Asiointi on mahdollista myös omatoimiaikoina iltaisin ja viikonloppuisin. Kirjastotilojen käyttö kansalaistoiminnan järjestämiseen on vähäistä.

Kulttuuripalveluista toteutetaan asukaskyselyjä ja asukaskohtaamisia. Kuntalaiset voivat osallistua kunnan toimieliimiin. Osallistuminen verkoitse on mahdollista. Kunta mahdollistaa tilojensa käytön

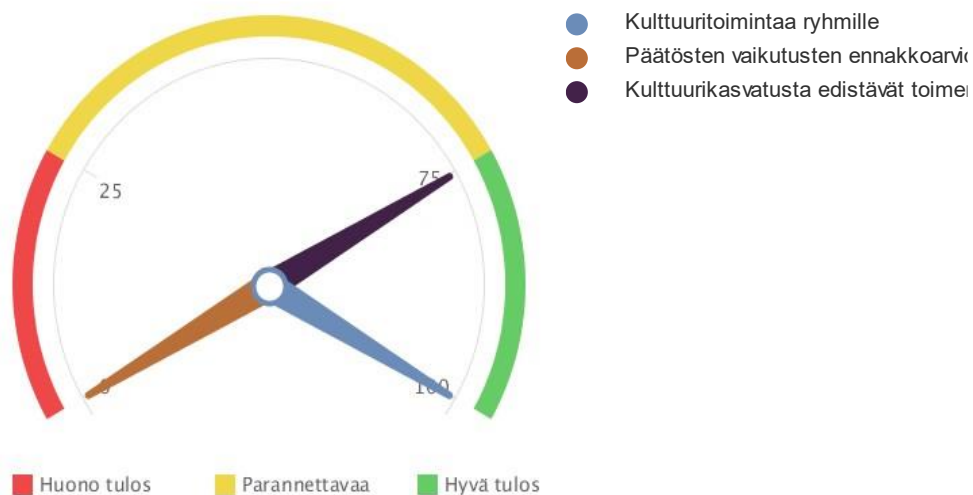
asukkaille, yhdistyksille ja järjestöille maksutta. Kulttuuritoimijoilla ja kunnalla on yhteisiä kokouksia, mutta kulttuuritoimijoiden erillinen paikallinen asiantuntijaelin puuttuu.

Kulttuuri > Osallisuus : Paltamo 2021



Kulttuurikasvatusta edistävät toimenpiteet toteutuvat kunnassa hyvin varhaiskasvatuksen, perusopetuksen ja 2. asteen opetuksessa. Käytössä on harrastamisen Suomen malli ja kulttuurikasvatussuunnitelma.

Kulttuuri > Muut ydintoiminnot : Paltamo 2021

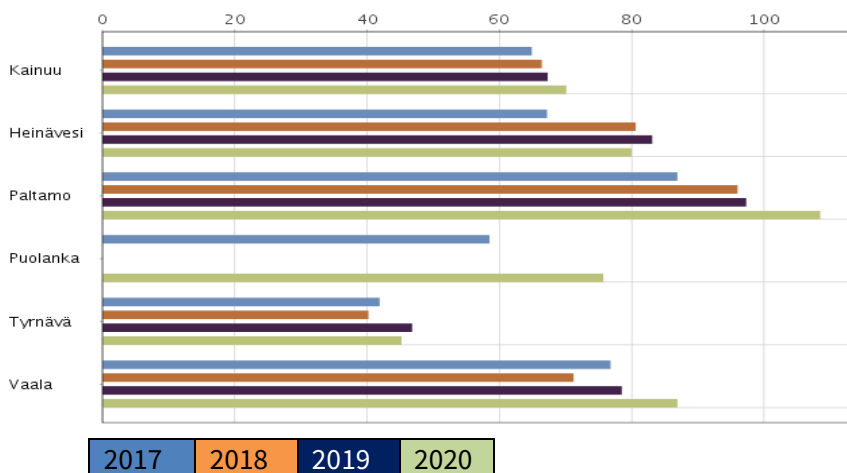


4.2 LAPSET, NUORET JA LAPSIPERHEET

Lasten ja nuorten sekä lapsiperheiden tietoja tarkasteltaessa hyödynnetään vuoden 2021 kouluterveyskyselyä sekä Move! -testiä, lisäksi tietoja on koottu kutsunnoissa. Kouluterveyskysely toteutetaan kouluissa joka toinen vuosi, viimeisin on keväältä 2021. Lasten, varhaisnuorten ja lapsiperheiden osalta indikaattoritietoa on vähän saatavissa kunnan pienuuden ja tietosuojaan vuoksi.

- Lapsiperheiden pienituloisuusaste on pienentynyt 2017 vuoden 14,9 %:sta 2020 vuoden 10,9 %:iin. Lasten pienituloisuusaste kertoo pienituloisiin kotitalouksiin kuuluvien alle 18-vuotiaitten henkilöiden osuuden prosentteina kaikista alueella asuvista alle 18-vuotiaista henkilöistä.
- Lapsiperheiden toimeentulotukea saaneiden määrä on pysynyt samana vuodesta 2019–2021 ollen 2 %. Kainuussa luku on ollut 1,2 %.
- 0–17-vuotiaat lapset, joista on tehty lastensuojeluilmoitus, % -osuus vastaavan ikäisestä väestöstä on laskenut 8,3 %:iin vuonna 2021 vuonna 2020 vastaava luku oli 11,4 %.
- Kunnan kustantamaa varhaiskasvatusta vuoden 2022 aikana käytti 215 lasta. Hoitopäiviä kunnan kustantamassa varhaiskasvatuksessa vuonna 2022 oli 19 591.
- Paltamossa varhaiskasvatuksessa olevien 3–5-vuotiaiden lasten määrä on suuri verrattuna muihin vertailukuntiin ja se on ollut 96 % vuonna 2018 ja 108,5 % vuonna 2020. Kainuussa määrä on ollut 70,1 %, Vaalassa 86,9 % ja Tyrnävällä 45,2 % vuonna 2020. Uudempia tietoja ei ollut saatavissa. Paltamon varhaiskasvatuksen prosenttiluvun taustalla on otettava huomioon S2-lapset (maahanmuuttajalapset), joita oli 10 lasta vuonna 2017, 26 lasta vuonna 2021 ja 22 vuonna 2022. Heidän vanhempansa opiskelevat Kainuun Opistolla. Varhaiskasvatuksen järjestäminen maahanmuuttajalapsille vaatii erikoisosaamista ja tulkkauspalveluja. Näistä S2-lapsista kunta ei saa korvausta heidän kotikunnistaan eikä valtiolta.

Varhaiskasvatukseen 31.12. kyseisenä vuonna osallistuneet 3–5-vuotiaat % vastaavan ikäisestä väestöstä, kunnan kustantamat palvelut (Sotkanet info ind. 3085)



- Paltamolaisista 4. ja 5. luokkalaisista 90,2 % kertoi olevansa erittäin tai melko tyytyväinen elämäänsä. Koulu-uupumusta heistä koki 12,1 % vuonna 2021.
- Tuntee itsensä usein yksinäiseksi, 4. ja 5. luokan oppilaista 4,9 % vuonna 2021.
- Tuntee itsensä usein yksinäiseksi, 8. ja 9. luokan oppilaista 15,2 % vuonna 2019 ja 20 % vuonna 2021, joten luku on selvästi noussut.
- Huolestuttavaa kehitystä on 8.–9. luokkalaisissa erityisesti Ei yhtään läheistä ystävää kokevissa, jonka prosenttiluku oli 12,1 % vuonna 2019 ja 13,3 % vuonna 2021.
- Keskusteluvaikeuksia vanhempien kanssa koki Paltamossa 4,9 % vuonna 2019 ja 16,7 % vuonna 2021. Kainuussa vastaavat luvut olivat 7,6 % ja koko maassa 7,9 %.
- Kouluterveyskyselyn mukaan 8.–9. luokkalaisissa koki olevansa tärkeä osa luokkayhteisöä 45,5 % vuonna 2019 ja 44,3 % vuonna 2021. Vastaavasti ikäryhmästä 23,4 % vuonna 2019 ja 16,9 % vuonna 2021 ei koe olevansa tärkeä osa luokkayhteisöä. Tutkimuksien mukaan osattomuuden kokemuksella nähdään olevan yhtymäpintoja koulukiusaamiseen ja koulukiusattuna olemiseen.
- Koulukiusattuna vähintään kerran viikossa paltamolaisista 8.–9. luokkalaisissa koki olevansa 15,2 % vuonna 2019 ja 11,5 % vuonna 2021. Vuoden 2019 tilasto koulukiusattuna olosta on valtakunnallisesti toiseksi suurin prosentti, joka on hieman laskenut vuoteen 2021.

Keväällä 2022 (N=87) ja 2023 (N=49) kiusaamisen ennaltaehkäisyyn liittyen vanhemmille lähetettiin kysely. Onko lastasi kiusattu -kysymykseen vastanneista:

- 52 % ilmoitti vuonna 2022, ettei heidän lastansa oltu kiusattu kouluissa. Vastaava tulos vuonna 2023 oli 55 %.
- 38 % kertoi vuonna 2022, että heidän lastaan oli kiusattu koulussa. Vastaava tulos vuonna 2023 oli 32 %.
- 10 % ei osannut sanoa kiusaamiskokemuksista. Vastaava tulos vuonna 2023 oli 12 %.

Kiusaamista kokeneet kertoivat, että kiusaaminen oli ilmennyt eniten nimittelyinä, haukkumisena ja naurunalaiseksi tekemisenä/yksin jättämisenä. Osa oli kohdannut kiusaamista myös fyysisenä toimintana, kuten tönimisenä, pelotteluna, uhkailuna ja porukasta pois jättämisenä. Epäasiallista kohtelua oli koettu ikätovereilta, vanhemmilta lapsilta ja nuorilta sekä myös aikuisten toimesta.

Vastaajat nostivat keskeisiksi toimiksi:

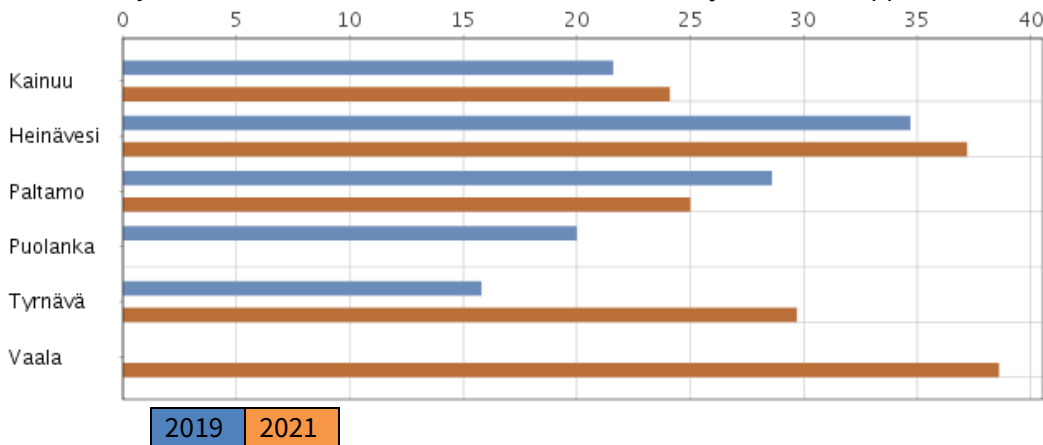
- Kiusaamiseen puuttuminen heti ja ilmoittaminen kotiin välittömästi.
- Osapuolien kanssa keskustelu ja sovittelu (vanhemmat mukaan tarvittaessa).
- Lisäksi toivottiin vakavampiin tilanteisiin poliisin, sosiaalihuollon tai jonkin muun ulkopuolisen tahon läsnäoloa avuksi ja tueksi esim. opetus henkilöstölle, mikäli tilanne ei muutu.
- Vastaajat toivat esiin, että keskustelu siitä, mitä kiusaaminen saa aikaan ja millaiset seuraukset sillä voi olla, koettiin tärkeäksi.
- Lisäksi pohdittiin tarvetta selventää sitä, mikä on kiusaamista.
- Ennaltaehkäiseväksi toiminnaksi mainittiin tunne- ja vuorovaikutustaitojen harjoittelu, ryhmähengen ja vahvuuksien kehittäminen, sosiaalisten suhteiden tiivistäminen sekä

myönteisyyden edistäminen lasten ja nuorten keskuudessa esim. positiivisen pedagogiikan keinoin.

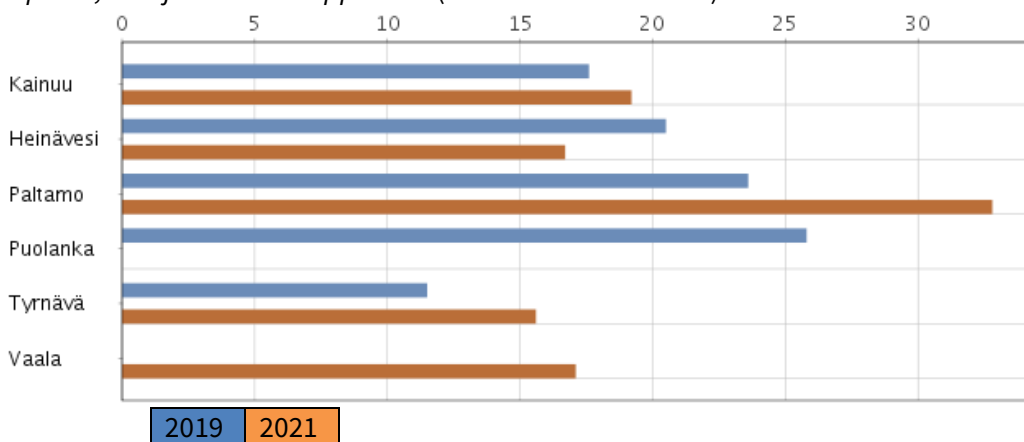
Erittäin myönteistä on se, että 100 % vastaajista ilmoitti keskustelewansa kotona kiusaamisesta ja sen vaikutuksista. Lapsia ja nuoria on hyvä muistuttaa asiasta säännöllisin väliajoin niin kotona kuin koulussa.

- Keskihertaiseksi tai huonoksi terveydentilansa kokevien 8.–9. luokkalaisien määrä on Paltamossa hieman laskenut ollen 28,6 % vuonna 2019 ja 25 % vuonna 2021.
- Koulu-uupumuksen kokemus taas on noussut, joka oli 2019 vuonna 15,6 % ja 2021 vuonna 22 %.
- Ylipaino-% 8. ja 9. luokan oppilaista on noussut reilusti ollen 23,6 % vuonna 2019 ja 32,8 % vuonna 2021. Paltamon luku on myös korkein kaikista Kainuun kunnista.

Kokee terveydentilansa keskinkertaiseksi tai huonoksi, % 8. ja 9. luokan oppilaista (Sotkanet info ind. 286)

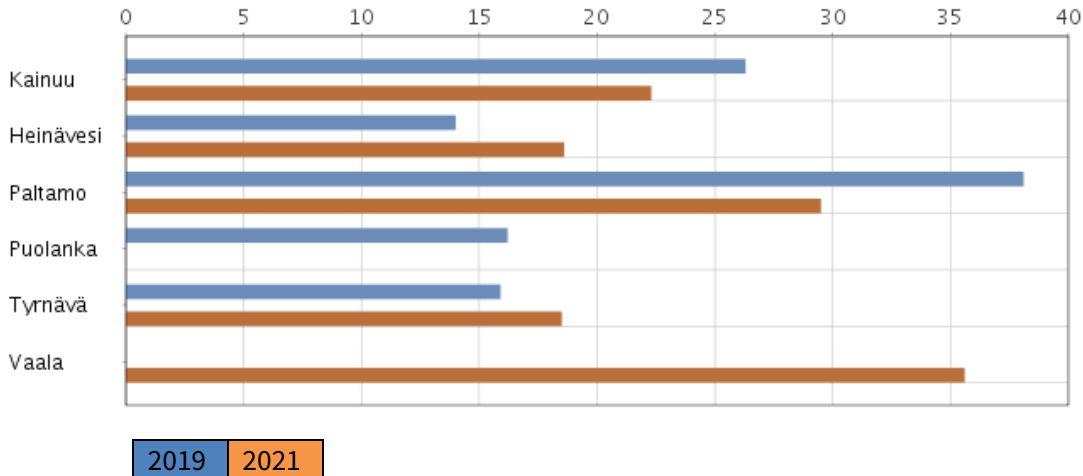


Ylipaino, % 8. ja 9. luokan oppilaista (Sotkanet info id. 3906)

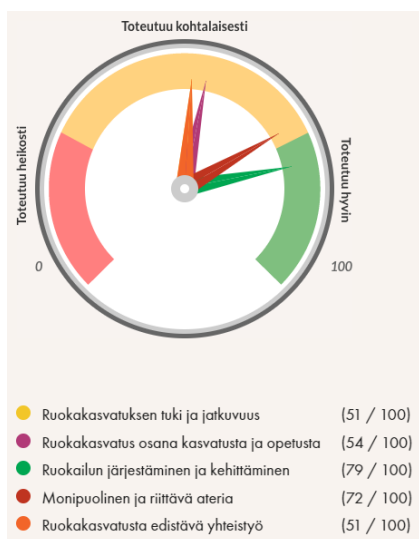


- Paltamossa koululounasta ei syö 29,5 % 8.–9. -luokan oppilaista vuonna 2021. Vastaava osuus vuonna 2019 oli 38,1 % eli kehitys on ollut onneksi laskeva. Koko Kainuussa koululounasta ei syönyt 22,3 %.

Ei syö koululounasta päivittäin, % 8. ja 9. luokan oppilaista (Sotkanet info id. 3904)



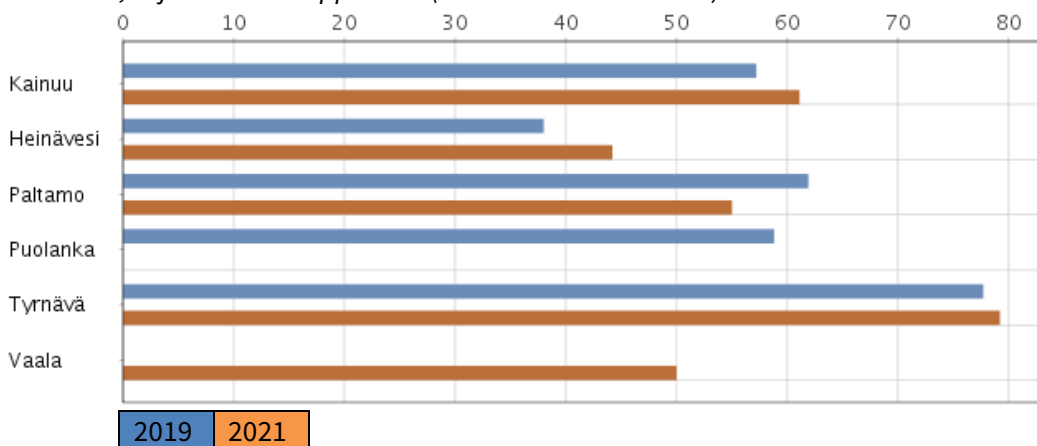
- Alla olevan vuoden 2022 ruokakasvatuksen nykytila.fi arvioinnilla on arvioitu Paltamon varhaiskasvatuksen ja koulujen ruokakasvatuksen nykytilaa syksyllä 2022. Lukuvuonna 2022-23 osa yksiköistä osallistui mukaan Itä- Suomen yliopiston KOKOAVA ruokakasvatus -hankkeeseen, jonka tavoitteena on edistää ruokakasvatusta.



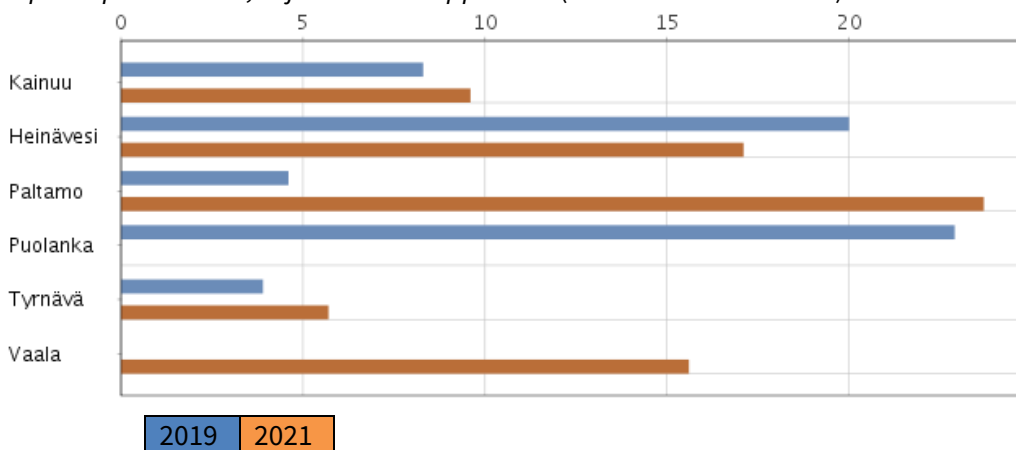
- TEA-viisarin mukaan lapsista ja nuorista taidetta ja kulttuuria harrastaa vähintään yhtenä päivänä viikossa eniten 4. ja 5. luokan oppilaat (yli 80 %), mikä on hieman enemmän kuin koko maassa. 8. ja 9. luokan oppilaiden osuus on alle puolet (49,2 %), mikä on liki sama kuin koko maan tilanne. Lukion 1. ja 2. vuoden opiskelijoista 59,1 % harrastaa kulttuuria ja taidetta yhtenä päivänä viikossa.
- Harrastamisen Suomen mallin kyselyyn vastanneista vuonna 2023 (n=222) peruskoululaisista 80 %:lla on yksi tai useampi harrastus ja 20 % ei harrasta mitään. Luvut olivat vuonna 2022 vastaavat.

- Vuonna 2021 kouluterveyskyselyn mukaan hengästyttävää liikuntaa vapaa-ajalla korkeintaan yhden tunnin viikossa harrasti 22,4 % 8.–9. luokkalaisista. Vuonna 2017 hengästyttävää liikuntaa vapaa-ajalla korkeintaan tunnin harrasti 40 %. Tarkastelussa ovat vastaajat, jotka ovat ilmoittaneet vaihtoehdon ei yhtään - yhden tunnin.
- Move! -mittaus on fyysisen kunnon mittaus, joka tehdään 5. ja 8. luokkalaisille. Paltamon 8. luokkalaisten fyysisen kunnon kokonaistulos oli 2021 vuonna 58 % ja 54,2 % vuonna 2022. Tulos ilmaisee prosenttiosuuden oppilaista, joiden fyysinen toimintakyky on mahdollisesti terveyttä ja hyvinvointia kuluttavalla tai haittaavalla tasolla. Laskennassa on huomioitu kaikki fyysisen toimintakyvyn osa-alueet, joita mitattiin Move! -testeissä.
- Kielteistä kehitystä tupakoimattomuudessa on havaittavissa vuoden 2019 ja 2021 kouluterveyskyselyn välillä. Korpitien koulun 8. ja 9. luokkalaisista 23,7 % ilmoittaa tupakoivansa päivittäin luvun ollessa vain 4,6 % vuonna 2019.
- Raittiudessa kehitys on mennyt myös huonompaan suuntaan, 55 % ilmoittaa olevansa raittiita, kun vastaava luku oli 61,9 % vuonna 2019.
- Paltamossa nuuskan käyttö on lisääntynyt. Päivittäin nuuskaa ilmoitti käyttävänsä 9,8 %, kun vastaava luku oli 3 % vuonna 2019. Kainuussa luku oli 5,7 % vuonna 2021.

Raittius %, 8. ja 9. luokan oppilaista (Sotkanet info ind. 4736)

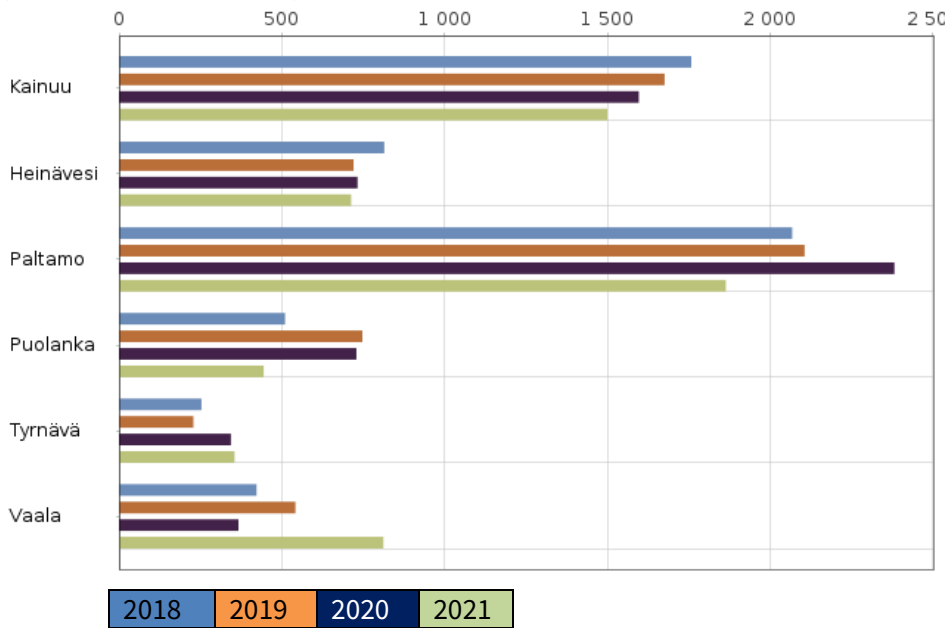


Tupakoi päivittäin %, 8. ja 9. luokan oppilaista (Sotkanet info ind. 288)



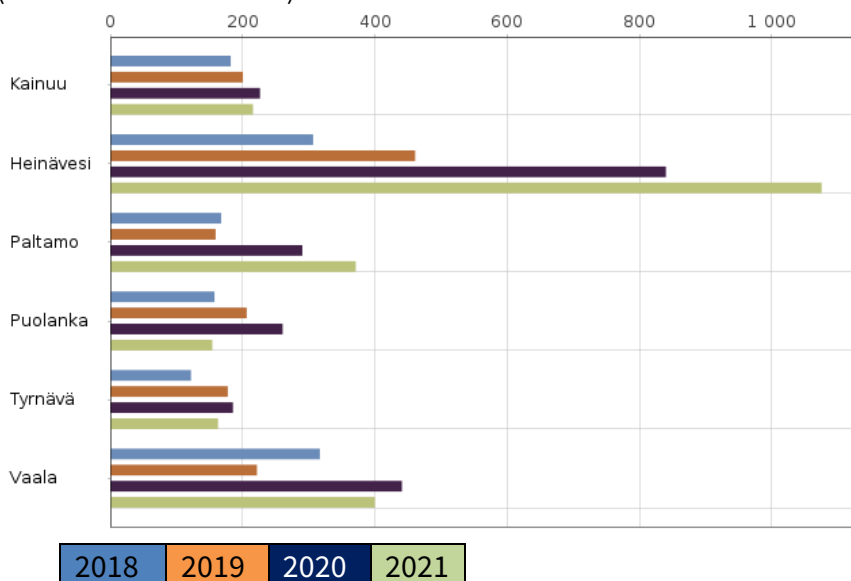
- Nuorisopsykiatrian erikoisalan avohoitokäynnit -indikaattori ilmaisee avohoitokäynnit vuoden aikana tuhatta 13–17-vuotiasta kohti. Nuorisopsykiatrian avohoitokäynnit sisältävät erikoissairaanhoidon nuorisopsykiatrian erikoisalaan kuuluvat avohoitokäynnit kaikissa kunnallisissa sairaaloissa, sisältäen erikoislääkärijohtoiset terveyskeskussairaalat. Paltamossa 13–17-vuotiaiden nuorisopsykiatrian avohoitokäynnit 1000 vastaavan ikäistä kohti ovat kasvaneet vuodesta 2018 ollen 2067 ja 2020 vuonna 2 381 ja sittemmin vuonna 2021 vuonna luku on hieman laskenut 1863. Se on verrattain vielä muihin vertailukuntiin verrattuna korkea. Koko Kainuun vastaava luku on 1 499/1000.

Erikoissairaanhoidon avohoitokäynnit, nuorisopsykiatria / 1000 13–17-vuotiasta
(Sotkanet info ind. 2484)



- Psykiatrian laitoshoidon 0–12-vuotiaiden hoitopäivät 1000 vastaavan ikäistä kohti ovat 167 vuonna 2018 ja 371 vuonna 2021. Kainuussa vastaava luku oli 215 vuonna 2021.

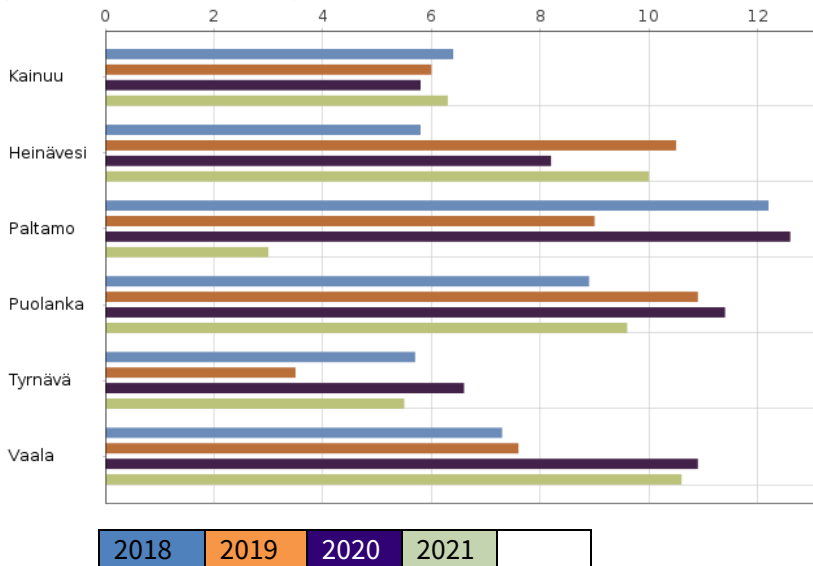
Erikoissairaanhoidon avohoitokäynnit, lastenpsykiatria / 1 000 0–12-vuotiasta
(Sotkanet info ind. 2483)



4.3 NUORET JA NUORET AIKUISET

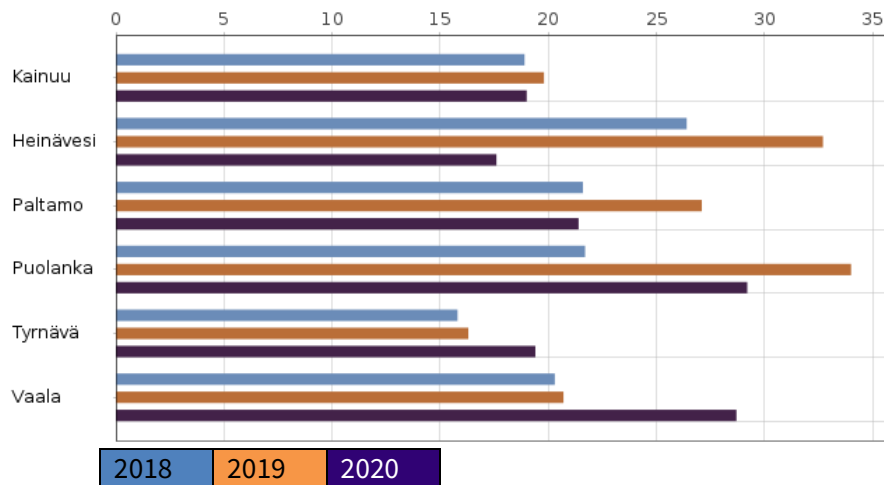
- Koulutuksen ulkopuolelle jääneillä tarkoitetaan henkilöitä, jotka ko. vuonna eivät ole opiskelijoita tai joilla ei ole tutkintokoodia eikä perusasteen jälkeistä koulutusta. Vuonna 2018 koulutuksen ulkopuolelle jääneitä oli 12 %, vuonna 2019 oli 9 % ja 12,2 % vuonna 2020 ja vuonna 2021 heitä oli 3 % vastaavan ikäisestä väestöstä. Kainuussa heitä oli 6,3 % vastaavan ikäisestä väestöstä vuonna 2021.

Koulutuksen ulkopuolelle jääneet 17–24-vuotiaat, % vastaavan ikäisestä väestöstä
(Sotkanet info ind. 3219)



- Nuorisotyöttömien määrä 18–24-vuotiaiden osalta on laskenut vuodesta 2018 vuoteen 2020 asti. Nuorisotyöttömiä oli 21,9 % vuonna 2018 ja vuonna 2021 heitä oli 16,9 % 18–24-vuotiaasta työvoimasta. Koko Kainuussa vastaava luku oli 14,3 % vuonna 2021. Etsivänuorisotyöntekijä voi toimia rinnalla kulkijana ja tukena nuorten arjessa. Palveluun osallistuminen perustuu nuoren vapaaehtoisuuteen.
- Mielenterveyden ja käyttäytymisen häiriöiden vuoksi työkyvyttömyyseläkettä saavia 18–34-vuotiaita Paltamossa oli vastaavan ikäisestä väestöstä 2,3 % vuonna 2018 ja 2,9 % vuonna 2021. Kainuussa vastaava luku oli 2,6 % vuonna 2021.
- Toimeentulotukea pitkäaikaisesti saaneiksi lasketaan vuoden aikana vähintään 10 kuukautena toimeentulotukea saaneet. Indikaattori kertoo, kuinka suuri osuus nuorista on pitkäaikaisesti toimeentulotuen piirissä. Paltamossa luku vuonna 2020 oli 4,1 % ja Kainuussa 2,3 %. Muita tietoja ei ole saatavissa, koska alle viiden tapauksen kuntakohtaisia tietoja ei julkisteta. Vertailukunnista tietoa on saatavissa Heinävedestä, jonka vastaava luku oli 4,9 % vuonna 2020. Pitkäaikaisesti toimeentulotukea saaneet nuoret ovat usein syrjäytymisvaarassa olevia. Heidän elämäntilannettaan pyritään parantamaan erilaisin sosiaalityön menetelmin.
- Syrjäytymisriskissä (ei työssä, ei opiskele, ei ole varusmiespalvelussa) olevat 18–24-vuotiaat, % vastaavan ikäisistä Paltamossa oli 21,6 % vuonna 2018, 27,1 % vuonna 2019 ja 21,4 % vuonna 2020. Tuorempia tilastotietoja ei ole saatavissa.

Syrjäytymisriskissä (ei työssä, ei opiskele, ei ole varusmiespalvelussa) olevat 18 - 24-vuotiaat, % vastaavan ikäisistä (ind. 5387)



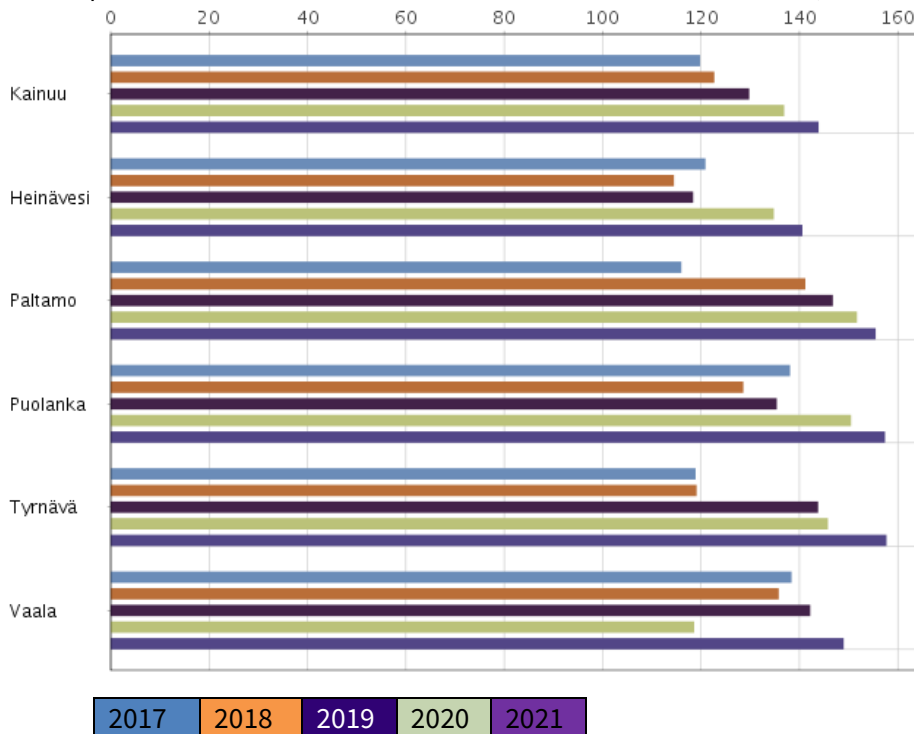
Kutsuntaikäisillä oli mahdollisuus käydä Paltamon kutsuntatilaisuudessa 19.8.2022 fyysisen kunnon mittauksissa. Kutsuntoihin osallistui 17 henkilöä, joista 16 osallistui fyysisen kunnon mittauksiin. Osan testeistä pystyi halutessaan jättämään pois esim. fyysisen vamman tms. esteen vuoksi. Mittausten mukaan fyysisen kunnon osa-alueissa (jalkojen lihasvoima, punnerrus ja puristusvoima) on selkeästi kehitettävää. Tulokset ovat saman suuntaisia kuin edellisvuotena.

PALTAMO 19.8.2022	KYKKYTESTI	PUNNERRUS	PURISTUS VASEN	PURISTUS OIKEA
Tulokset koonti: N= 16 Kutsuntoihin osallistui yht. 17 hlö. joista fyysisen kunnon mittauksessa kävi 16 hlö.	Heikko = 3 18,75%	Heikko = 6 37,5%	selvästi keskimääräistä heikempi = 9 56,25%	selvästi keskimääräistä heikempi = 8 50%
	Välttävä= 2 12,5%	Välttävä = 1 6,25%	jonkin verran keskimääräistä heikempi = 5 31,25 %	jonkin verran keskimääräistä heikempi = 5 31,25 %
	Keskinkert. = 7 43,75%	Keskinkert. = 4 25%	keskimääräinen = 1 6,25%	keskimääräinen = 2 12,5%
	Hyvä = 2 12,5%	Hyvä = 1 6,25%	jonkin verran keskimääräistä parempi = 0	jonkin verran keskimääräistä parempi = 0
	Erinomain. = 1 6,25%	Erinomain. = 1 6,25%	selvästi keskimääräistä parempi = 0	selvästi keskimääräistä parempi = 0

4.4 TYÖIKÄISET

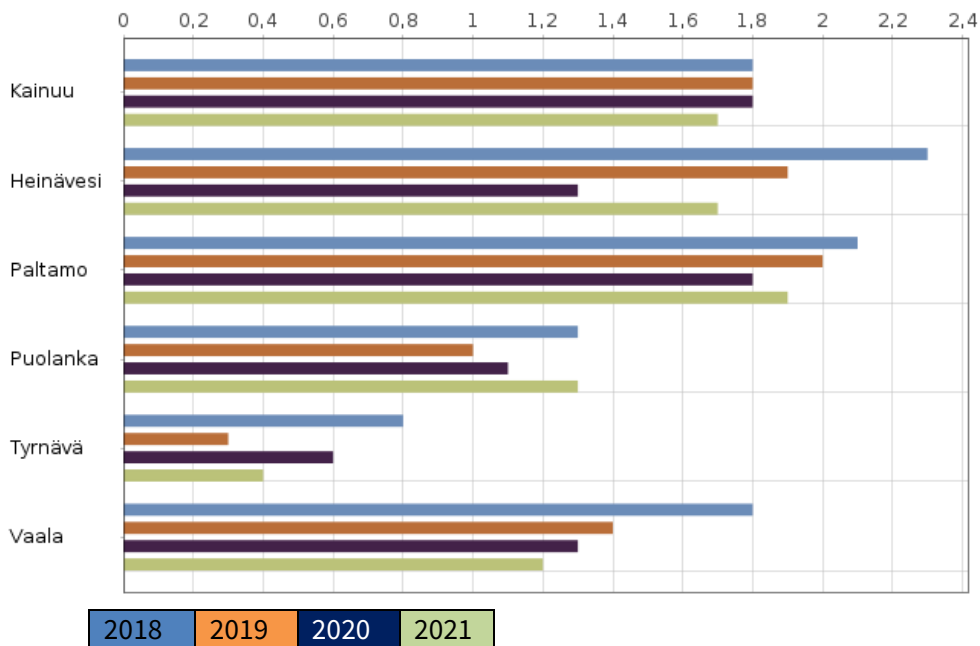
- Paltamossa sairauspäivärahaa 24–64-vuotiaina saaneiden määrä oli korkea vuonna 2021. Luku oli 155,5 tuhatta vastaavan ikäistä kohti, kun se vuonna 2017 oli 116. Kainuussa luku oli 143,9. Puolangalla ja Tyrnävällä luku oli hieman korkeampi.

Sairauspäivärahaa saaneet 25–64-vuotiaat 1 000 vastaavan ikäistä (Sotkanet info ind. 305)



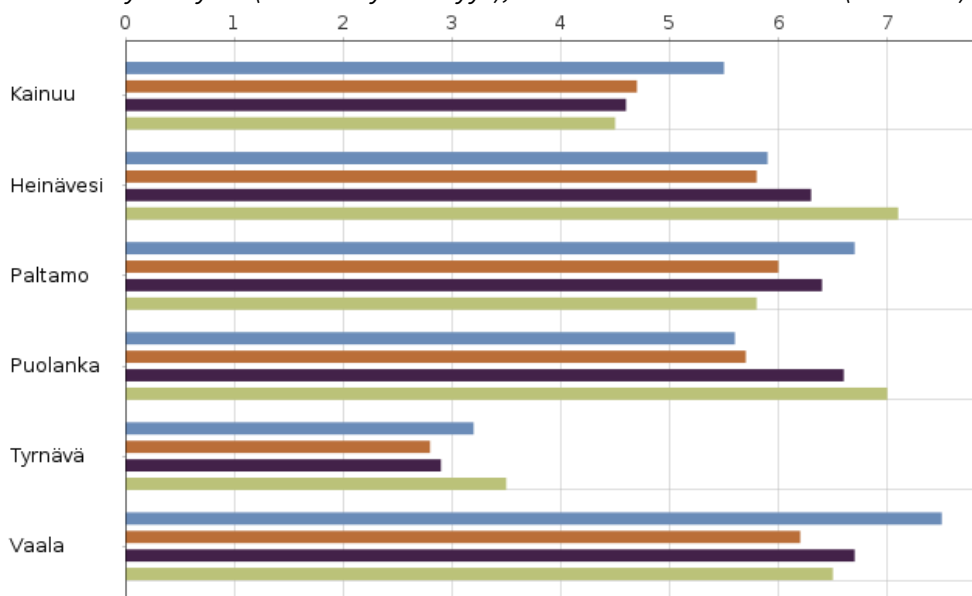
- Työkyvyttömyyseläkettä saavien 25–64-vuotiaat, % vastaavan ikäisestä väestöstä määrä on ollut 13,7 % vuonna 2018 ja se on laskenut 13,5 % vuoteen 2021. Luku on korkeampi kuin Kainuussa, jossa vastaava luku oli 9,9 % vuonna 2021. Vertailukunnista Puolangalla ja Vaalassa luku oli vielä korkeampi. Työkyvyttömyyseläkettä saavien osuudet olivat suurimmat tuki- ja liikuntaelinten, sidekudosten sairauksien ja verenkiertoelinten sairauksien vuoksi.
- Toimeentulotukea pitkäaikaisesti saaneet: vuoden aikana vähintään 10 kuukautena toimeentulotukea saaneiden osuus Paltamossa on 1,9 % vuonna 2021. Indikaattori kertoo kuinka suuri osuus työikäisestä väestöstä on toimeentulotuen piirissä pitkäaikaisesti. Pitkäaikaisesti toimeentulotukea saaneiden kohdalta korostuu kasautuva syrjäytymisriski, mihin liittyvät ilmiöinä niin pitkäaikaistyöttömyys kuin kotitalouden jäsenten ylisukupolvisen syrjäytymisen riski. Luku on noussut hieman edellisestä vuodesta

Toimeentulotukea pitkäaikaisesti saaneet 25–64-vuotiaat, % vastaavan ikäisestä väestöstä [Info 234](#)
(Sotkanet info ind. 234)



- Syys-lokakuussa työttömyysprosentti oli vuonna 2022 vain 8,9 kun edellisenä vuotena 2021 se oli 11,8. Kehitys on ollut myönteinen.
- Vaikeasti työllistyvät (rakennetyöttömyys), % 15–64-vuotiaista määrä on laskenut Paltamossa ollen 6,7 % vuonna 2018 ja 5,8 % vuonna 2021.

Vaikeasti työllistyvät (rakennetyöttömyys), % 15–64-vuotiaista määrä. (ind. 3071)

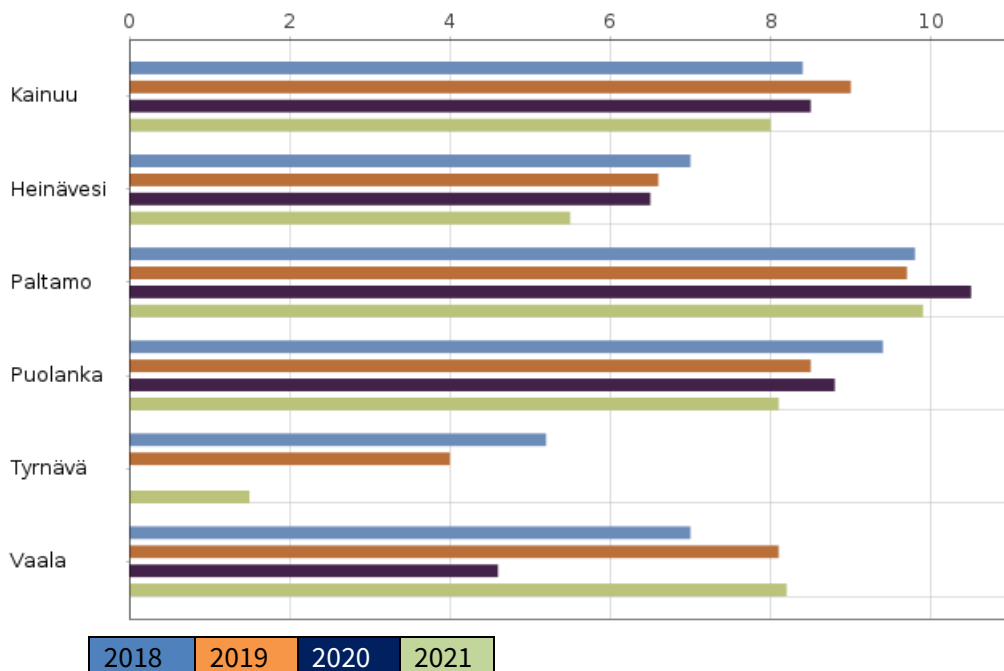


4.5 IKÄIHMISET

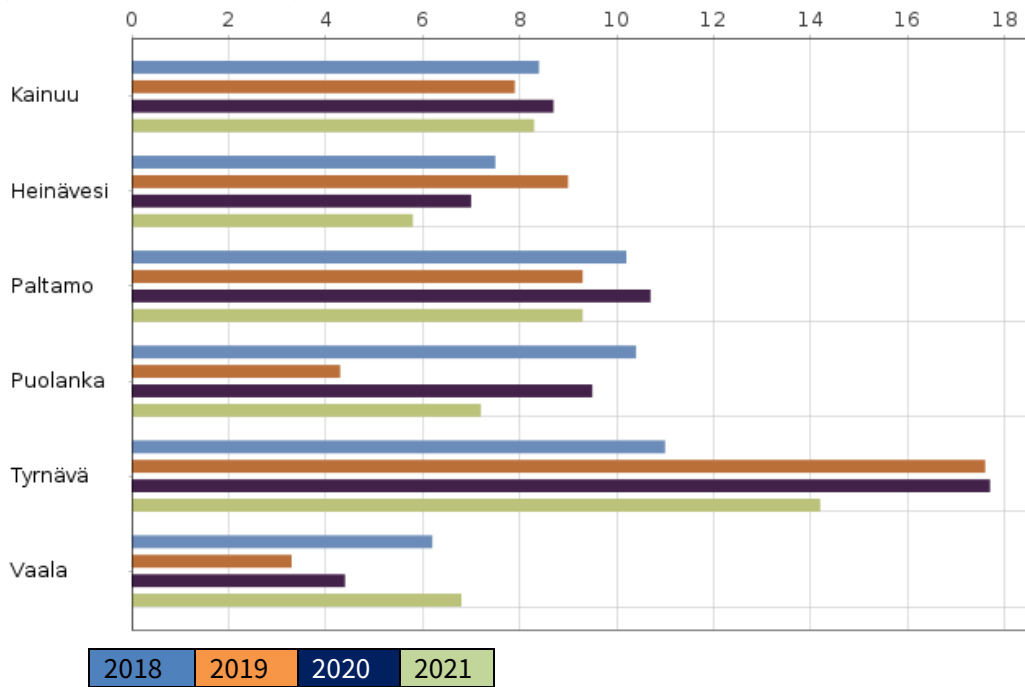
- Kotona asuvia 75-vuotta täyttäneitä Paltamossa on 90,3 % vastaavan ikäisistä ja Kainuussa 91,4 % vuonna 2021. Määrä on Paltamossa hieman noussut edellisvuoden 2021 tuloksesta 89,3 %.
- Säännöllisen kotihoidon piirissä oli 75 -vuotiaista asiakkaista vastaavan ikäisestä väestöstä 26,8 % vuonna 2020 ja 21,1 % vuonna 2021. Määrä on hieman laskenut.
- Kaatumisiin ja putoamisiin liittyvät hoitajakset ovat lisääntyneet 65-vuotta täyttäneillä vastaavan ikäiseen väestöön nähden ollen 338,5 vuonna 2020 ja 418,4 vuonna 2021.
- Paltamossa oli 13 lonkkamurtumaa 65 vuotta täyttäneistä. Ilmaantuvuus 1,2 % ja koko maassa 0,6 %. Yhden lonkkamurtuman hinta on noin 30 000 €. Kustannus arviolta on noin 390 000 €. (Ikäinstituutti VV-ohjelma ja Sotkanet)

Omaishoidolla tarkoitetaan ikääntyneen, vammaisen tai sairaan henkilön hoidon ja huolenpidon järjestämistä kotiloissa omaisen tai muun hoidettavalle läheisen henkilön avulla. Alla Paltamon tulokset, jotka ovat muihin vertailukuntiin verrattuna korkeat.

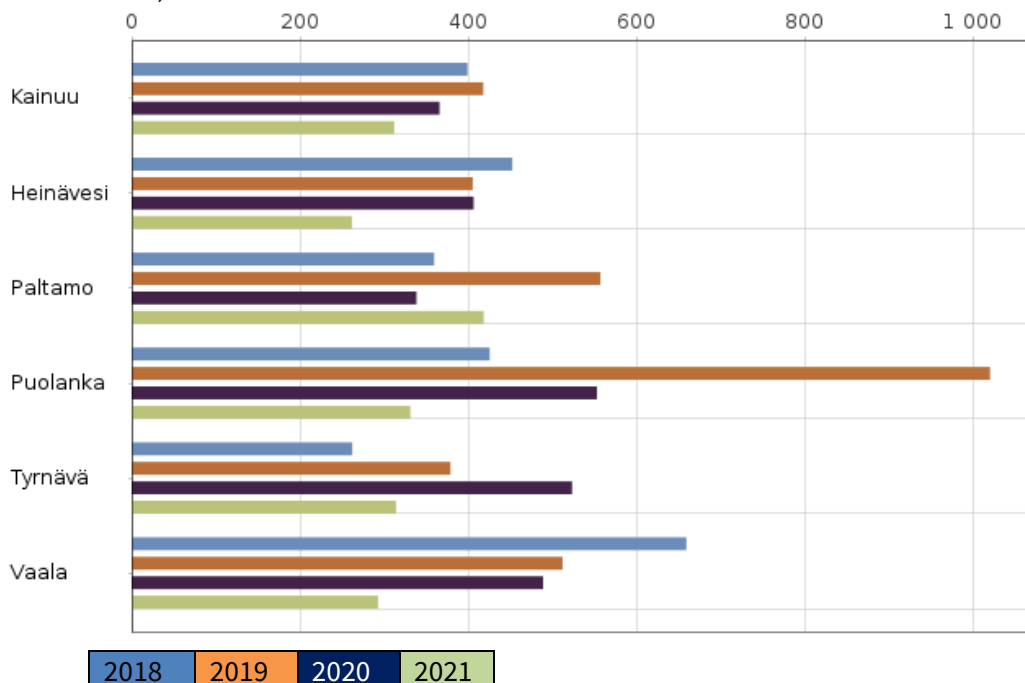
Omaishoidon tuen 75 täyttäneet hoidettavat vuoden aikana % vastaavan ikäisestä väestöstä (Sotkanet info [ind. 3262](#))



Ikääntyneiden tehostetun palveluasumisen 75 vuotta täyttäneet asiakkaat, % vastaavan ikäisestä väestöstä (Sotkanet info ind. 3261)



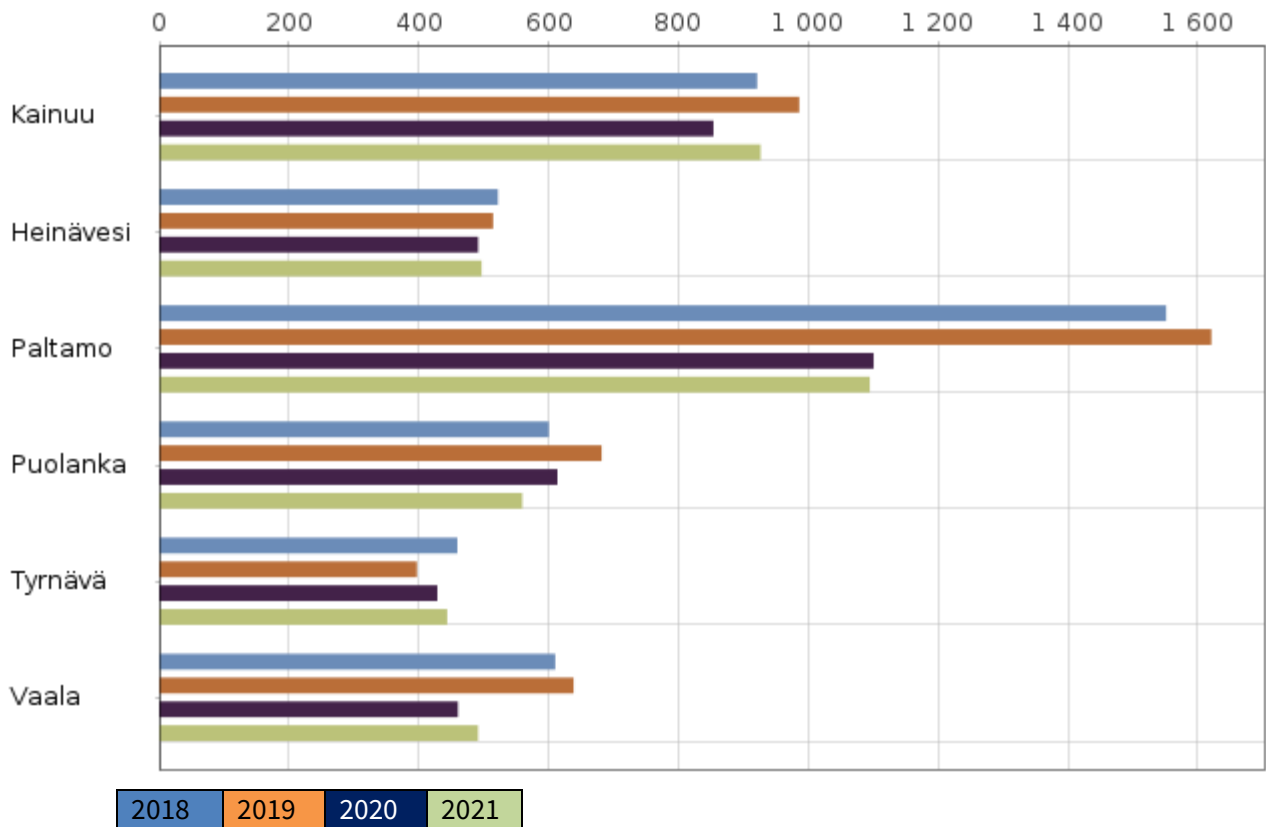
Kaatumisiin ja putoamisiin liittyvät hoitajaksot 65 vuotta täyttäneillä / 10 000 vastaavan ikäistä (Sotkanet info ind. 3959)



4.6 KAIKKI IKÄRYHMÄT

- Aikuisten mielenterveyden avohoitokäyntien indeksit ovat vertailukuntiin verrattuna korkeimmat ja huomattavasti yli muiden, josta kaavio alla.

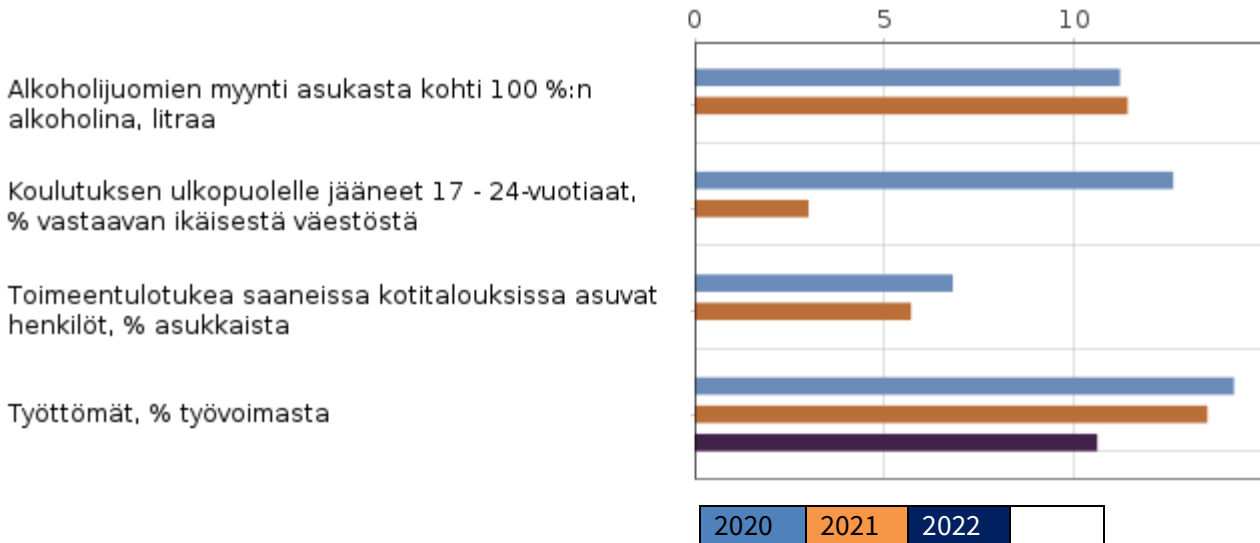
Aikuisten mielenterveyden avohoitokäynnit / 1 000 18 vuotta täyttäneitä kohti (Sotkanet ind. 3075)



- 18 vuotta täyttäneiden mielenterveyden erikoissairaanhoidon psykiatrian avohoitokäynnit ovat laskeneet. Vuonna 2018 vastaavan ikäistä 1000:tta kohti käynnit olivat 125,8 ja vuonna 2021 luku oli 83,1. Mielenterveyden haasteet ovat valtakunnallisesti ja alueellisesti kasvaneet.
- Alkoholin myynti asukasta kohti 100 %:n alkoholina oli vuonna 2021 Paltamossa 11,4 litraa, Kainuussa 8,1 litraa. Myynnin määrä on kasvanut, kun muualla se laskee tai pysyy samana. Suhteessa muuhun maahan ja Kainuuseen Paltamossa alkoholin kulutus on korkein. Alkoholin käytön lisääntyminen lisää myös riskitekijöitä liikenneonnettomuuksiin, tapaturmiin ja väkivaltaan.

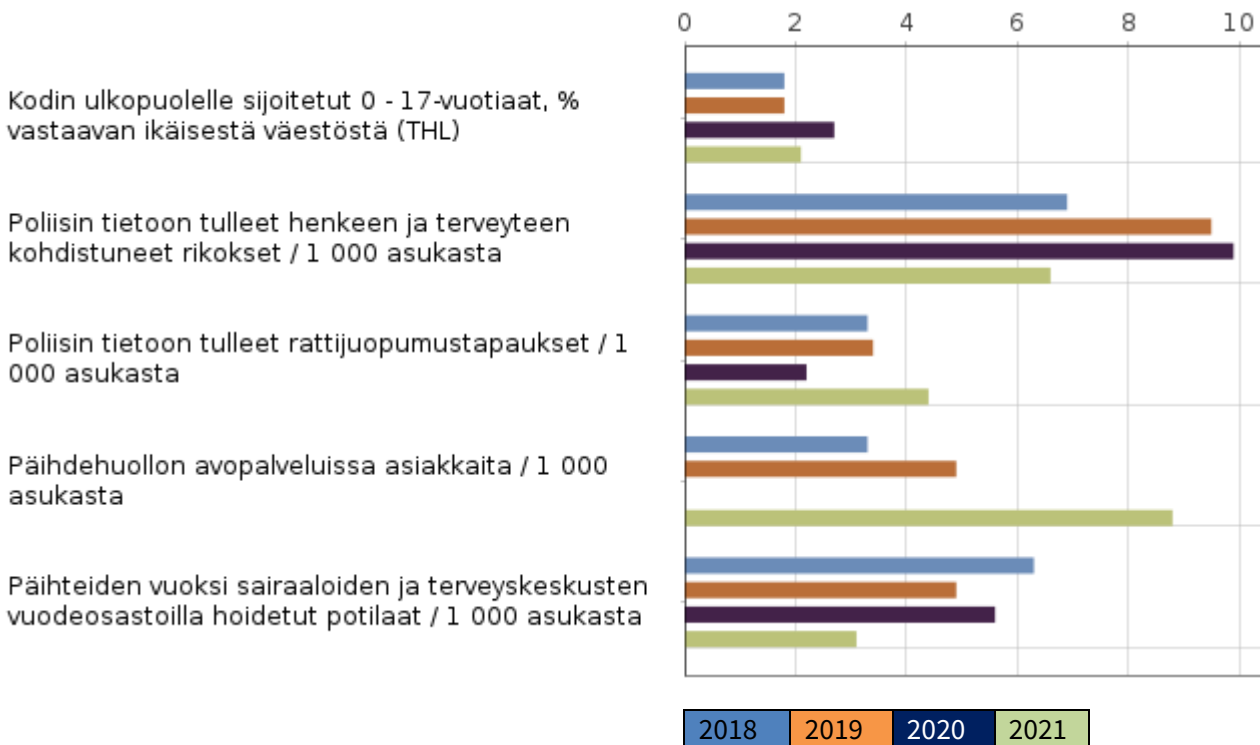
Päihdehaittoja ennakoivat tekijät kertovat tilanteista, joilla voi olla yhtymäpintoja päihteiden käyttöön. Päihdehaittoja ennakoivien tekijöiden muutos Paltamossa sekä koko maassa ja Kainuussa on käännytty työttömien osalta laskuun. Koulutuksen ulkopuolelle jääneiden 17–24 –vuotiaiden määrä on ollut Paltamossa korkea vuonna 2020 ja seuraavana vuonna määrä on vähentynyt.

Päihdehaittoja ennakoivat tekijät, Paltamo



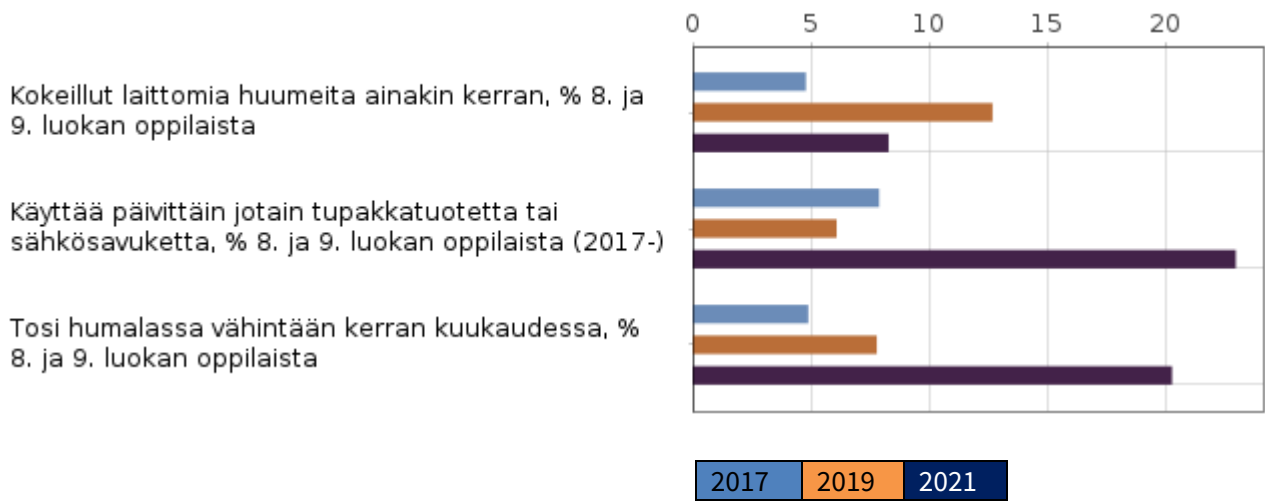
- Paltamossa kodin ulkopuolelle sijoitettujen määrä on hienoisesti laskenut ollen 2,1 % vuonna 2021. Poliisin tietoon tulleet henkeen ja terveyteen kohdistuneet rikokset 1000/asukasta kohden ovat laskeneet ollen 2021 vuonna 6,6 %. Rattijuopumukset sen sijaan ovat hieman nousseet ollen 4,4 vuonna 2021. Päihdehuollon avopalveluissa 1000/asukasta kohden asiakasmäärät ovat nousseet ja olivat 8,8 % vuonna 2021. Päihteiden vuoksi sairaaloiden ja vuodeosastolla hoitoa tarvitsevien määrät ovat laskeneet vuonna 2021 ollen 3,1 %.

Päihteiden vaikutus Paltamo



- Laittomien huumeiden kokeilut ovat laskeneet tarkastelujaksolla. 8.- ja 9.lk oppilaista huumeita on kokeillut ainakin kerran 8,3 %. Kielteistä kehitystä nähdään tapahtuneen tupakoinnissa, joka

on selkeästi noussut ollen 23 % vuonna 2021. Tosi humalassa vähintään kerran kuukaudessa 8-9.lk oppilaista kertoo olleen 20,3 %, vuonna 2021. Määrä on kasvanut selvästi.



5 Pohdinta ja toimenpide-ehdotukset

Seuraavassa on esitelty pohdintaa ja toimenpide-ehdotuksia indikaattoritietoon ja laajaan hyvinvointisuunnitelmaan peilaten. Tiedolla johtaminen tarkoittaa sitä, että toimintaa kohdennetaan tilastotiedon avulla niille osa-alueille, jotka osoittavat hyvinvoinnin vajeita. Hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistämisen työ on pitkäjänteistä työtä sosioekonomisten terveyserojen kaventamiseksi ja huono-osaisuuden vähentämiseksi ja elinvoimaisen kunnan rakentamiseksi. Seuraavana vuonna on hyvä jatkaa edelleen laajan hyvinvointikertomuksen painopistealueita. Alla on tehty joitakin pohdintoja ja toimenpide-ehdotuksia.

Paltamon työttömyysaste on laskenut huomattavasti vuoden 2022 aikana. Työttömyysprosentti vaihtelee vuoden aikana kuukaudesta riippuen normaalin kausivaihtelun mukaisesti, mutta esimerkiksi syys-lokakuussa työttömyysprosentti oli vuonna 2022 vain 8,9, kun edellisenä vuotena se oli 11,8. Pitkäaikaistyöttömien määrä on myös vähentynyt huomattavasti, n. 20 henkilöllä vuoden aikana. Tämä on näkynyt selvästi myös kunnan maksamissa työmarkkinatukimaksuissa, jonka euromäärä onkin pienentynyt edelliseen vuoteen verrattuna n. 100 000 eurolla.

Paltamossa on edelleen työttömiä, jotka eivät ole työkykyisiä eivätkä siten kuuluisi työttömien työnhakijoiden kategoriaan eivätkä työllistymistä edistäviin palveluihin, vaan aivan muihin palveluihin. Tätä tilannetta on kuitenkin saatu jo paljon korjattua työllisyyden edistämisen kuntakokeilun aikana, kun asiakkaita on saatu ohjattua palveluihin aiempaa tehokkaammin. Osa työttömistä on myös tottunut olemaan töissä vain pätkittäin eivätkä välttämättä edes tavoittele jatkuvaa työsuhdetta.

Toimenpide-ehdotukset

- Kunnan työllisyyspalvelut ohjaavat aktiivisesti työttömiä työttömien terveystarkastuksiin, palveluihin ja valmentavat työttömiä työnhakijoiksi. Alueella tarvittaisiin lisää matalan kynnyksen työtehtäviä ja työpaikkoja kunnan palvelualueilla olevien tehtävien lisäksi. Paltamon kunta osallistuu Kainuun työllisyyden kuntakokeiluun, joka käynnistyi maaliskuussa 2021. Kuntakokeilussa tavataan kaikki asiakkaat henkilökohtaisesti ja ohjataan asiakaslähtöisesti palvelutarpeen mukaisesti työllistymistä edistäviin- tai muihin palveluihin.

Väestön ikäjakauman mukaan Paltamon huoltosuhde on korkea. Tämä tarkoittaa sitä, että työikäisen väestön hyvinvointiin ja terveyden edistämiseen on hyvä suunnata ennaltaehkäiseviä toimia.

Toimenpide-ehdotukset

- Sykettä Sydämeen -hankkeessa on tehty toimia aikuisten ja perheiden fyysisen kunnon ja liikunnallisen elämäntavan edistämiseksi. Hanke on järjestänyt toimintaa myös perheille ja kursseille ovat hakeutuneet myös ikäihmiset. Liikunnan Teaviisari osoittaa, että muutos on ollut myönteinen. Hanke jatkuu vuoden 2023 loppuun. Tulevaisuudessa liikuntaneuvonta on sekä kuntien että hyvinvointialueiden yhteinen tehtävä. Kunnassa tulee olla tarjolla matalankynnyksen liikuntaneuvontaa/kursseja, jotka palvelevat

vähänliikkuvia. Liikuntaneuvonta tulee integroida osaksi kansalaisopiston toimintaa sekä pohtia liikuntaneuvonnan ohjausresurssin palkkaamista osaksi kunnan liikunta- ja vapaa-ajan palveluita.

- Vuoden 2023 toimintaa olisi hyvä kohdentaa lasten ja nuorten liikkumattomuuden vähentämiseksi esimerkiksi hankkeella, jossa kohdistetaan toimintaa fyysisen toimintakyvyn edistämiseksi. Ylipainon lisääntyminen kouluterveyskyselyn mukaan on Paltamossa huomattavaa. Kainuun hyvinvointialueen nuorisovaltuusto on tehnyt aloitteen lasten ja nuorten fyysisen toimintakyvyn parantamiseksi.
- Ikäihmisten Voimaa Vanhuuteen -mentorointiohjelma on edennyt ja sen tiimoilta on järjestetty koulutuksia ja tapahtumia ikäihmisille. Toimintaa on kohdennettu myös VOITAS -pienryhmäkurssien avulla toimintakyvyltään heikentyneille ikäihmisille. Mentorointiohjelma jatkuu vuodelle 2024.

Indikaattoritiedot osoittavat, että mielenterveyden haasteet varhaislapsuudessa, nuoruudessa ja aikuisuudessa ovat Paltamossa verrattain korkeat. Tilastot osoittavat hoidon saaneiden määrää, jäävuoren huippua, jotka tarvitsevat erikoissairaanhoidoa. Tilastot kertovat myös ikäpolvelta toiselle siirtyvästä haasteesta ja ennaltaehkäisevän työn tärkeydestä sekä kohdennetusta ja akuutista tarpeesta vaikuttaa mielenterveyden haasteisiin ennaltaehkäisevästi. Toimia mielenterveyden ennaltaehkäisyyn tulee kohdentaa vielä lisää. Esimerkiksi kehittämishankkeen muodossa. Kiusaamisella voi olla myös yhtymäpintoja lasten ja nuorten mielenterveyteen. 8. ja 9. luokan oppilaiden kokemus koulukiusaamisesta on Paltamossa verrattain korkea, joskin se on vuoden 2019 kyselyn takaisesta hienoisesti laskenut. Kiusaamisen ehkäisyn ja puuttumisen suunnitelman toimintoja jalkautetaan arkeen.



Toimenpide-ehdotukset

- Ennaltaehkäisevä mielenterveystyö tulisi integroida vahvasti osaksi niin varhaiskasvatuksen, koulujen kuin Paltamossa olevien yritysten ja kuntaorganisaation omaa arkea ja johtamista. Paltamon kunta on yksi suurimmista työikäisten työnantajista Paltamossa ja työelämän laatua tulisi kehittää esimerkiksi QWL mittauksen avulla.
- Paltamon kunta on osallistunut vuonna 2022 Mieli ry:n Hyvän mielen koulu ja varhaiskasvatus -hankkeeseen, jonka avulla varhaiskasvatuksen ja opetushenkilöstön osaamista kehitettiin mielenterveyden ja tunnetaitojen osalta. Näitä menetelmiä pyritään jalkauttamaan arkeen ja osaksi vuosisuunnitelmia.
- Alakoululla on tunnistettu tarve miekkarille (psykiatrinen sairaanhoitaja) tms, joka tukisi lapsia jo varhaisessa vaiheessa mielenhyvinvoinnin saralla – nyt miekkarin resurssi kohdentuu yläkouluun. Tähän tarpeeseen tulisi vastata.
- Vuonna 2023 KAMK yhdessä Kainuun kuntien kanssa hakee hanketta Kainuun yhteiselle mielenterveysstrategialle. Rahoituksen saadessaan hanke alkaisi syksyllä 2023. Paltamon kunta osallistuu hankkeeseen.
- Poliisin resurssia laillisuuskasvatuksen suhteen hyödynnetään mahdollisuuksien mukaan 5.- 9. luokan oppilaille.
- Oppilashuollon henkilöstö on tehnyt ja tekee edelleen työtä koululaisten hyvinvoinnin edistämiseksi.
- Perheiden tukeminen ja turvallisten aikuisten sekä ammattiresurssien turvaamien lasten ja nuorten arkeen on tärkeää, koulutsemppari ja koulukohtauttajan työpanoksista on ollut hyötyä ja niitä tarvitaan edelleen – toiminnan jatkamiseksi tarvitaan taloudellista resurssia.

Ehkäiseväpäihdetyö ja mielenterveys ovat kiinteässä yhteydessä toisiinsa. Päihde- ja mielenterveyshaasteet kulkevat käsi kädessä. Paltamossa alkoholin kulutus on suhteellisen korkealla. Päihdehuollon avopalveluiden käyttö on myös noussut. Huolta herättävät 8.–9. luokan tupakoinnin ja nikotiinituotteiden kasvu sekä tosi humalassa kerran kuukaudessa olevat tilastot.

Varhaiskasvatuksen tilanne on hyvä. Paltamossa lapset pääsevät hyvin varhaiskasvatuksen piiriin ja se on edelleen maksutonta. Vuonna 2022 ryhmät ovat olleet ajoittain kirkonkylän osalta täynnä, Kontiomäellä on ollut vapaita paikkoja.

Varhaiskasvatukseen luodut toimenpiteet hyvinvointia edistävien hankkeiden ja pihainvestointien osalta ovat osaltaan vaikuttaneet myönteisesti.

Toimenpide-ehdotukset

- Varhaiskasvatuksessa on käytössä LOKSU (loukkaavan käytöksen ehkäisyn suunnitelma). LOKSU on laadittu varhaiskasvatuksen yhteiseksi toimintamalliksi loukkaavan käyttäytymisen ehkäisemiseen ja siihen puuttumiseen.

LIITE 1: Hyvinvoinnin ja terveyden ja turvallisuuden edistämisen ohjelmat

Valtakunnalliset ohjelmat

Sanna Marinin hallituksen hallitusohjelma (11.12.2019 alkaen): [Hallitusohjelma \(valtioneuvosto.fi\)](#)

Marinin hallituksen tavoitteet <https://valtioneuvosto.fi/marinin-hallitus/hallitusohjelma/oikeudenmukainen-yhdenvertainen-ja-mukaan-ottava-suomi> :

Tavoite 1. Hyvinvoinnin edistäminen ja eriarvoisuuden vähentäminen

Tavoite 2. Lapsi- ja perheystävällisyyden edistäminen

Tavoite 3. Ikäystävällisyyden edistäminen

Tavoite 4. Sosiaali- ja terveydenhuollon palveluiden parantaminen

Liikkuva varhaiskasvatus ohjelma: <https://www.liikkuvavarhaiskasvatus.fi/fi>

Liikkuva koulu – valtakunnallinen liikkuvakouluohjelma: <https://www.liikkuvakoulu.fi/>

Ikiliikkujat – ohjelma <https://www.ikainstituutti.fi/ikiliikkuja/>

Liikkuva aikuinen: <https://liikkuva aikuinen.fi/etukeno-verkkotapahtumat/>

Opetushallitus: [Kiusaamisen vastainen työ | Opetushallitus \(oph.fi\)](#) Kiusaamiseen puuttuminen on lakiin kirjoitettu velvoite, varhaiskasvatuslaki, perusopetuslaki.

Opetushallitus: Kiusaamisen vastainen työ kouluissa tai oppilaitoksissa: [Kiusaamisen vastainen työ kouluissa ja oppilaitoksissa \(oph.fi\)](#)

[Väkivallaton lapsuus Toimenpidesuunnitelma lapsiin kohdistuvan väkivallan ehkäisystä 2020–2025](#)

Päihde- ja riippuvuusstrategia. Yhteiset suuntaviivat vuoteen 2030. Sosiaali- ja terveysministeriö 2021. saatavissa: [Päihde- ja riippuvuusstrategia. Yhteiset suuntaviivat vuoteen 2030 - Valto \(valtioneuvosto.fi\)](#)

Ehkäisevä päihdetyö THL 2022. URN_ISBN_978-952-343-825-5

Sosiaali ja terveysministeriö lähisuhde- ja perheväkivallan ehkäiseminen: <https://stm.fi/lahisuhde-ja-perhevakivalta>

Ehkäisevän päihdetyön toimintaohjelma. Alkoholi-, huume- ja rahapelihaittojen sekä tupakoinnin vähentäminen. Sosiaali- ja terveysministeriö 2015. saatavissa: [Ehkäisevän päihdetyön toimintaohjelma. Alkoholi-, huume- ja rahapelihaittojen sekä tupakoinnin vähentäminen - Valto \(valtioneuvosto.fi\)](#)

Ehyt ry. EHYT on asiantuntijajärjestö, tukija ja vaikuttaja, joka tekee tutkittuun tietoon perustuvaa päihdepolitiikkaa ja päihdeyhteistyötä alueen toimijoiden kanssa.
<http://www.ehyt.fi/>

Pakka-toimintamalli : Yhteistyöllä tehoa paikalliseen alkoholi-, tupakka- ja rahapelihaittojen ehkäisyyn. THL (terveyden ja hyvinvoinnin laitos) 2015. [viitattu 12.4.2021] saatavissa: [Pakka-toimintamalli : Yhteistyöllä tehoa paikalliseen alkoholi-, tupakka- ja rahapelihaittojen ehkäisyyn \(julkari.fi\)](#)

Neuvokasperhe -menetelmä: <https://neuvokasperhe.fi/> ja Kokoava: **[Kokonaisvaltaista ruokakasvatusta varhaiskasvatukseen ja perusopetukseen](#)**

Terve Kunta -verkosto: <https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/kansallinen-tuki-ja-verkostot/terve-kunta-verkosto>

Kainuun alueen ohjelmat

Alueellinen hyvinvointikertomus 2020 ja -suunnitelma 2021–2024
[Hyvinvointikertomus 2020 ja hyvinvointisuunnitelma 2021 - 2024 valmis.pdf \(kainuu.fi\)](#)

Lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma 2022–2025:
[Kainuun lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma 2022 2025 \(2\).pdf](#)

Opastava suunnannäyttjä hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseen eli HYTE-työhön: [HYTE-opas 7.7.2022.pdf \(kainuu.fi\)](#)

Politiikkasuositus (UEF 2022) Ikäihmisten hyvinvoinnin edistämisessä on kiinnitettävä huomiota kotona asumisen tukemiseen sekä digitaalisten palvelujen ja osallistavan toiminnan saatavuuteen ja saavutettavuuteen: [Politiikkasuositus ikäihmisten hyvinvoinnin edistämisestä Kainuussa \(innokyla.fi\)](#)

3. Kainuun kulttuuriohjelma 2025

Paltamon kunnan omat ohjelmat

Paltamon kunnan hyvinvointikertomus ja suunnitelma 2022-2025:

<http://paltamo10.oncloudos.com/kokous/2022185-8-8578.PDF>

Kuntastrategia Paltamo – ketteräliikkeinen

edelläkävijä <https://www.paltamo.fi/media/yrityspalvelut/paltamon-kuntastrategia-2022-2030.pdf>

Sykettä Sydämeen -hanke 2022 - 2023