

# **Työkyvyn tulevaisuus Päijät-Hämeessä -seminaari**

**14.6.2022 klo 13.00-15.00**

# Tilaisuuden ohjelma



**13.00-13.20 | Tilaisuuden avaus ja eduskunnan terveiset**  
*Hilkka Kemppe / Eduskunta*

**13.20-13.45 | Tutustuminen toimintapisteisiin**

**13.45-14.10 | TKT2-hankkeen ratkaisumallit**  
*Reda Oulmane / Päijät-Hämeen Liikunta ja Urheilu*

**14.10-14.30 | Työkyvyn muutostrendit**  
*Ville Luukkanen / TE-toimisto*

**14.30-15.00 | Tutustuminen toimintapisteisiin jatkuu**

**15.00 alkaen | Palvelutorin esittelykierros**  
*Palvelutorin henkilökunta*



# Työkuntoisena ja -kykyisenä Työelämään Hankkeen yhteenveto ja vaikutusten arviointi



# Päijät-Hämeen LIIKUNTA JA URHEILU

- Liikunnan aluejärjestö
- Liikunnan, urheilun ja hyvinvoinnin edistäjä
- Yli 200 yhdistys- ja kuntajäsentä
- Ydintavoitteena liikkeen lisääminen alueella sekä urheiluseurojen tukeminen
- Toimipiste Lahden Urheilukeskuksessa



[www.phlu.fi](http://www.phlu.fi)



*Päijät-Hämeen Liikunta ja Urheilu*



*phlu\_aluejarjesto*



*Päijät-Hämeen Liikunta ja Urheilu*



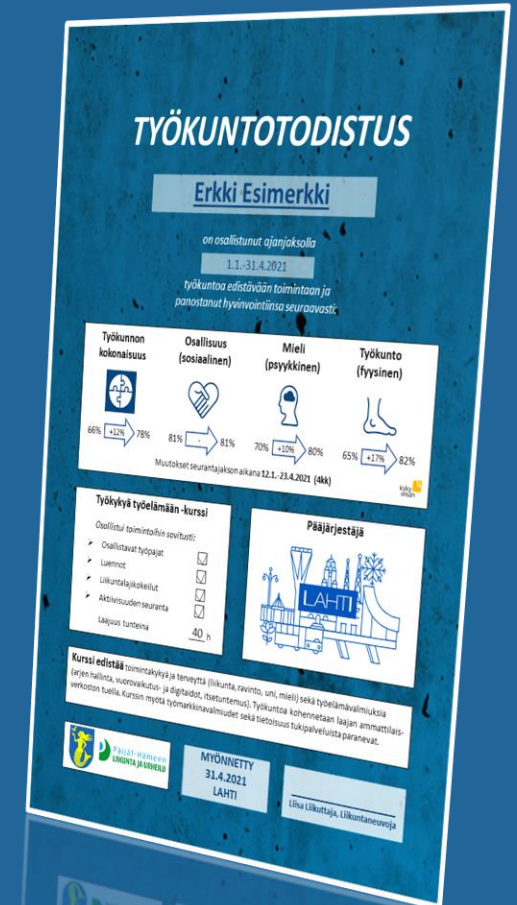
# Lähtöasetelma ja tavoitteet

## ➤ Työkykyisenä työelämään -hanke

- 8/2017–7/2019 (2 vuotta) / ESR
- Työttömien liikuntaneuvonnan palveluketju Lahteen
- Työkuntotodistus osaksi liikuntaneuvontaa
- Toimintamallien luominen ja pilotointi

## ➤ Työkuntoisena ja -kykyisenä Työelämään -hanke

- 6/2020–7/2022 (2 vuotta) / OKM
- Työttömien liikuntaneuvonnan palveluketju Päijät-Hämeeseen
- Työkuntotodistus osaksi työllistämisen tukipalveluja
- Toimintamallien kehittäminen ja juurruttaminen



# Toiminnan toteuma (1/2)

## Työkykyä Työelämään -kurssit

- Kurssi fyysisen ja psyykkisen työkyvyn kehittämiseen
- Luotu ja toteutetaan moniammatillisena yhteistyönä
- Ryhmämuotoinen toiminta lisää sosiaalista hyvinvointia
- 1 krt / vk - sopii muiden palvelujen rinnalle
- Mahdollisuus suorittaa Työkuntotodistus



# Toiminnan toteuma (1/2)

## Työkykyä Työelämään -kurssit



# Toiminnan toteuma (1/2)

## Työkykyä Työelämään -kurssit

|    | KUNTA      | KURSSEJA     | OSALLISTUJIA |
|----|------------|--------------|--------------|
| 1  | Asikkala   | 1 laaja      | 11 henkilöä  |
| 2  | Hartola    | 1,5 startti* | 7 henkilöä   |
| 3  | Heinola    | 2 laajaa**   | 14 henkilöä  |
| 4  | Hollola    | 1 laaja      | 7 henkilöä   |
| 5  | Iitti      | 1 startti    | 20 henkilöä  |
| 6  | Kärkölä    | 1 startti    | 9 henkilöä   |
| 7  | Lahti      | 5 laajaa     | 50 henkilöä  |
| 8  | Orimattila | 1 laaja      | 5 henkilöä   |
| 9  | Padasjoki  | -            | -            |
| 10 | Sysmä      | 1 startti    | 7 henkilöä   |

\*1. kurssi keskeytyi \*\*toteutti 3. kurssin omatoimisesti





# Toiminnan toteuma (2/2)

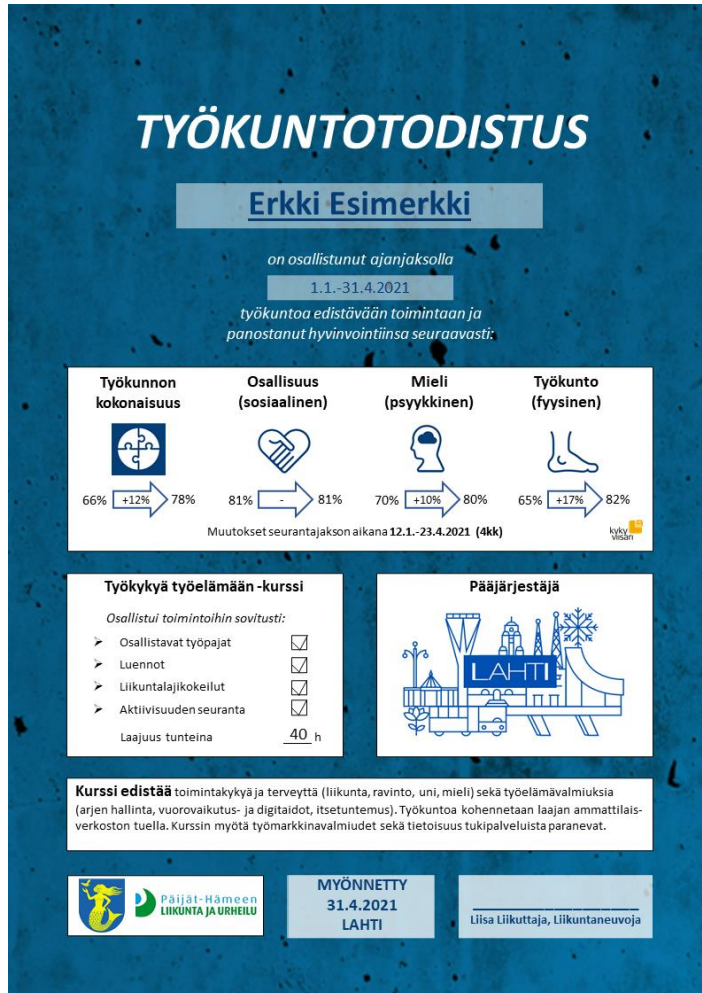
## Työkuntotodistus

- 1 Osaamistodistus työhön ja opiskeluun haun tueksi
- 2 Osoittaa henkilön sitoutumisen hyvinvoinnin kehittämiseen
- 3 Eri alojen ammattilaisten hyödynnettävissä asiakastyössä
- 4 Sisältää kuvauksen toiminnasta sekä muutosindikaattorit
- 5 Selkeä ja joustava toimintamalli



# Toiminnan toteuma (2/2)

## Työkuntotodistus



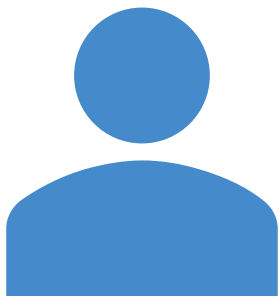
### ➤ Toimintamalli päivitetty

- Käytännön toteutusta helpotettu ja yksinkertaistettu
- Koulutusmateriaalia tiivistetty ja yksinkertaistettu
- Laajennettu liikuntaneuvonnan ammattilaisten käyttävistä lisäksi työllisyys- ja sosiaalialalle

### ➤ Toimintamallin käyttöä koulutettu

- Hankkeen aikana 3 koulutusta, joista 2 valtakunnallisia
- Koulutukseen osallistujia hankkeen aikana noin 50
- Koulutus jää PHLU:n palvelutarjottimelle tilauskoulutuksena
- Itseopiskelumateriaalit kaikkien saatavilla PHLU:n sivuilla

# Seurannan ja arvioinnin menetelmät



Asiakas



Kykyviisari

N = 74



Webropol

N = 83



Loppuhaastattelu

N = 40



Seurantakysely

N = 16



Työkuntotodistus

N = 40

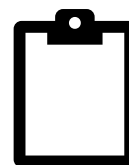


Ammattilainen /  
Rakenne



Päätöspalaveri

N = 14



Muistiinpanot

N = -



Jatkoselvitys

N = 12



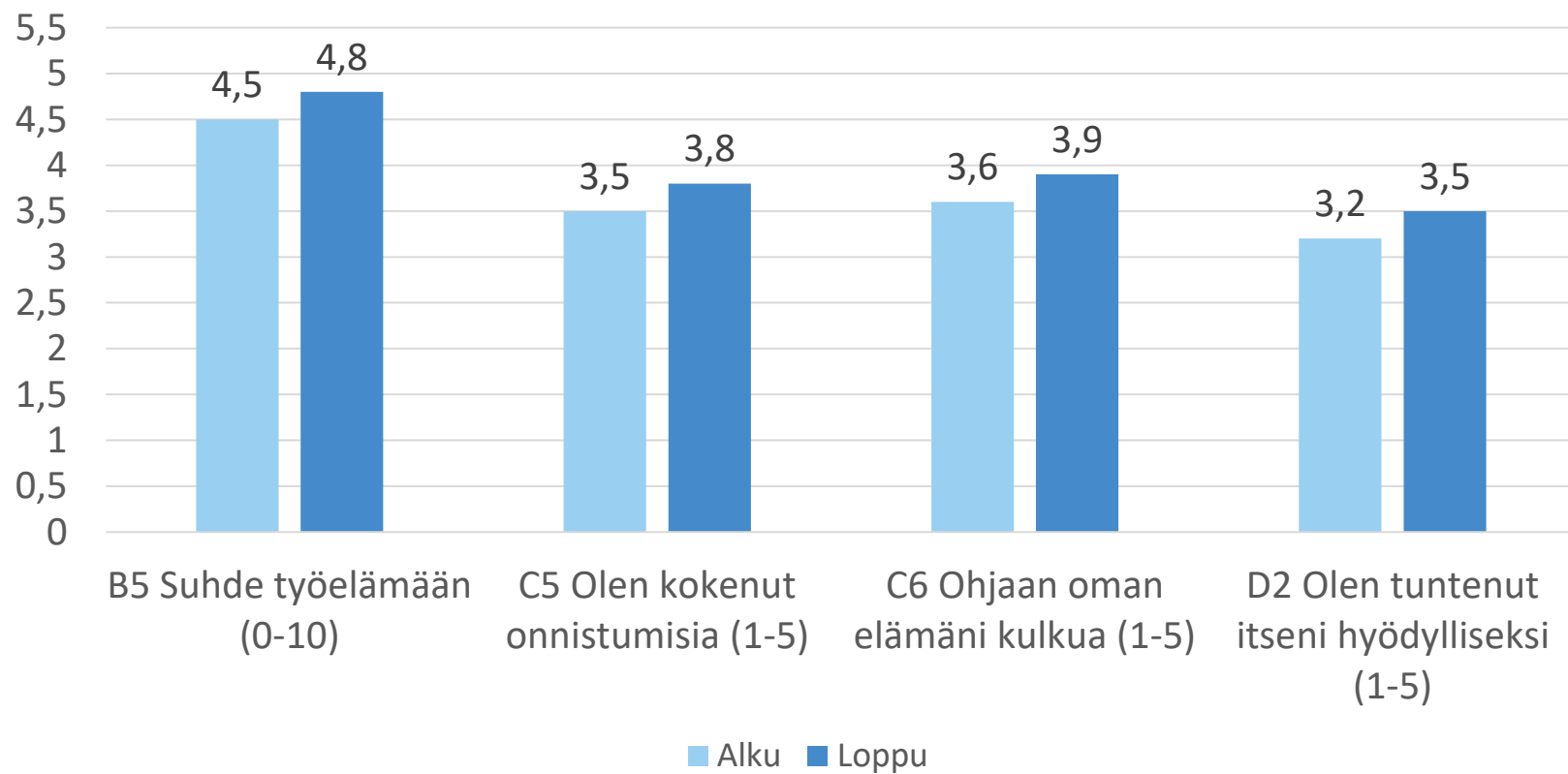
Tavoittavuus

N = noin 500

*Huom. arvioinnin luotettavuustekijät. Kaikki asteikot 1-5.*

# Seuranta ja arviointi: Kykyviisari

## KAIKKI KURSSIT - Positiivisia muutoksia



Tulokset osin polarisoituneet

Vain yhdessä kysymyksessä heikentynyt tulos

# Seuranta ja arviointi: Palaute (yleinen)



N = 83

3,4

Koettu  
muutostarve  
alussa

|  |     |
|--|-----|
| Alkumotivaatio työkuoron parantamiseen | 3,8 |
| Henkisten voimavarojen lisästarve      | 3,7 |

4,2

Kurssijärjestelyt  
ja kokemus  
kurssista

4,3

Kurssikerrat  
ja ohjaajat

3,4

"Ei kurssiin  
liittymättömiä  
haasteita"

# Seuranta ja arviointi: Palaute (yleinen)



N = 83

35 %

"Pärjäisin nyt  
paremmin  
työelämässä"

3,7

"Aion ylläpitää  
omaksuttua  
jatkossa"

*Oli hyödyllinen kurssi. Suosittelen ehdottomasti kaikille joilla liikkuminen sekä henkinen & fyysinen energia vähissä ja ruokavalio on mitä sattuu. Itsetuntemus myös tekee hyvää. Paljon oli kurssilla asioita mitä läpi käytiin ja joista hyötyä jatkossa elämässä.*

*Arkielämän ongelmakohtia koskettava kurssi. Mielenkiintoisia, itselle ajankohtaisia aiheita. Kattava ja hyvin toteutettu kokonaisuus. Kurssilla hyvä, kannustava ilmapiiri. Ohjaaja pätevä ja aidosti välittävä, suosittelen.*

*En ikinä ois uskonut että vielä kohta 60v oppii liikunnasta jotain uutta, ja myös se että koululiikunnan aiheuttamat vammat voisi näinkin hyvin hälvetä.*

# Seuranta ja arviointi: Palaute (työttömyyden kesto)



N = 83

| Osa-alue / työttömyyden kesto | Alle 5 v (n=49) | Yli 5 v (n=33) |
|-------------------------------|-----------------|----------------|
| Lähtömotivaatio               | 3,8             | 3,6            |
| <b>Koetut muutostarpeet</b>   |                 |                |
| Liikkuminen                   | 3,6             | 3,1            |
| Ravitsemus                    | 3,5             | 3,1            |
| Uni ja stressinhallinta       | 3,5             | 3,5            |
| Henkiset voimavarat           | 3,7             | 3,7            |
| <b>Kurssista</b>              |                 |                |
| Toimintojen riittävyys        | 4,2             | 3,6            |
| Odotusten täytyminen          | 4,2             | 3,6            |
| <b>Vaikutukset</b>            |                 |                |
| Tule-vaivat vähentyneet       | 2,9             | 2,6            |
| Mieliala parantunut           | 3,6             | 3,1            |
| Tutustuminen uusiin ihmisiin  | 4,1             | 3,6            |

**Johtopäätös:**

**Lyhempi  
työttömyydestä  
johti parempiin  
tuloksiin**

# Seuranta ja arviointi: Palaute (kurssin laajuus)



N = 83

| Osa-alue / kurssin pituus    | Laaja (n=68) | Startti (n=12) |
|------------------------------|--------------|----------------|
| Ikäjakama (yli 50 v osuus)   | 28 %         | 58 %           |
| Lähtömotivaatio              | 3,9          | 3,3            |
| <b>Koetut muutostarpeet</b>  |              |                |
| Liikkuminen                  | 3,5          | 2,8            |
| Ravitsemus                   | 3,4          | 2,8            |
| Henkiset voimavarat          | 3,9          | 2,8            |
| <b>Kurssista</b>             |              |                |
| Toimintojen riittävyys       | 4,0          | 3,5            |
| Odotusten täytyminen         | 4,0          | 3,6            |
| <b>Vaikutukset</b>           |              |                |
| Tavoitteen saavuttaminen     | 3,7          | 3,1            |
| Mieliala parantunut          | 3,4          | 3,0            |
| Tutustuminen uusiin ihmisiin | 4,0          | 3,6            |

**Johtopäätös:**

**Laajempi kurssi  
johti parempiin  
tuloksiin**



# Seuranta ja arviointi: Palaute (elämäntilanne)



N = 83

| Osa-alue / elämäntilanne lopussa | Huonontunut (n=19) | Sama/parempi (n=41) |
|----------------------------------|--------------------|---------------------|
| <b>Ikäjakauma</b>                | Alle 31 v = 53 %   | Tasainen            |
| <b>Lähtömotivaatio</b>           | 3,8                | 3,9                 |
| <b>Kurssista</b>                 |                    |                     |
| Kurssin innostavuus              | 4,0                | 4,5                 |
| Odotusten täyttyminen            | 3,4                | 4,2                 |
| <b>Vaikutukset</b>               |                    |                     |
| Tule-vaivat vähentyneet          | 2,1                | 3,0                 |
| Mieliala parantunut              | 2,7                | 3,7                 |
| Kiinnostus liikkumiseen          | 3,1                | 3,9                 |
| Ravitsemusvalmiudet              | 2,7                | 3,6                 |
| Aikomus ylläpitää opittua        | 3,3                | 3,9                 |
| Usko työelämässä pärjäämiseen    | 2,6                | 3,4                 |

**Johtopäätös:**  
**Elämäntilanteen  
haasteet  
heikensivät  
kurssituloksia**

# Seuranta ja arviointi: Seurantakysely (3-6 kk)



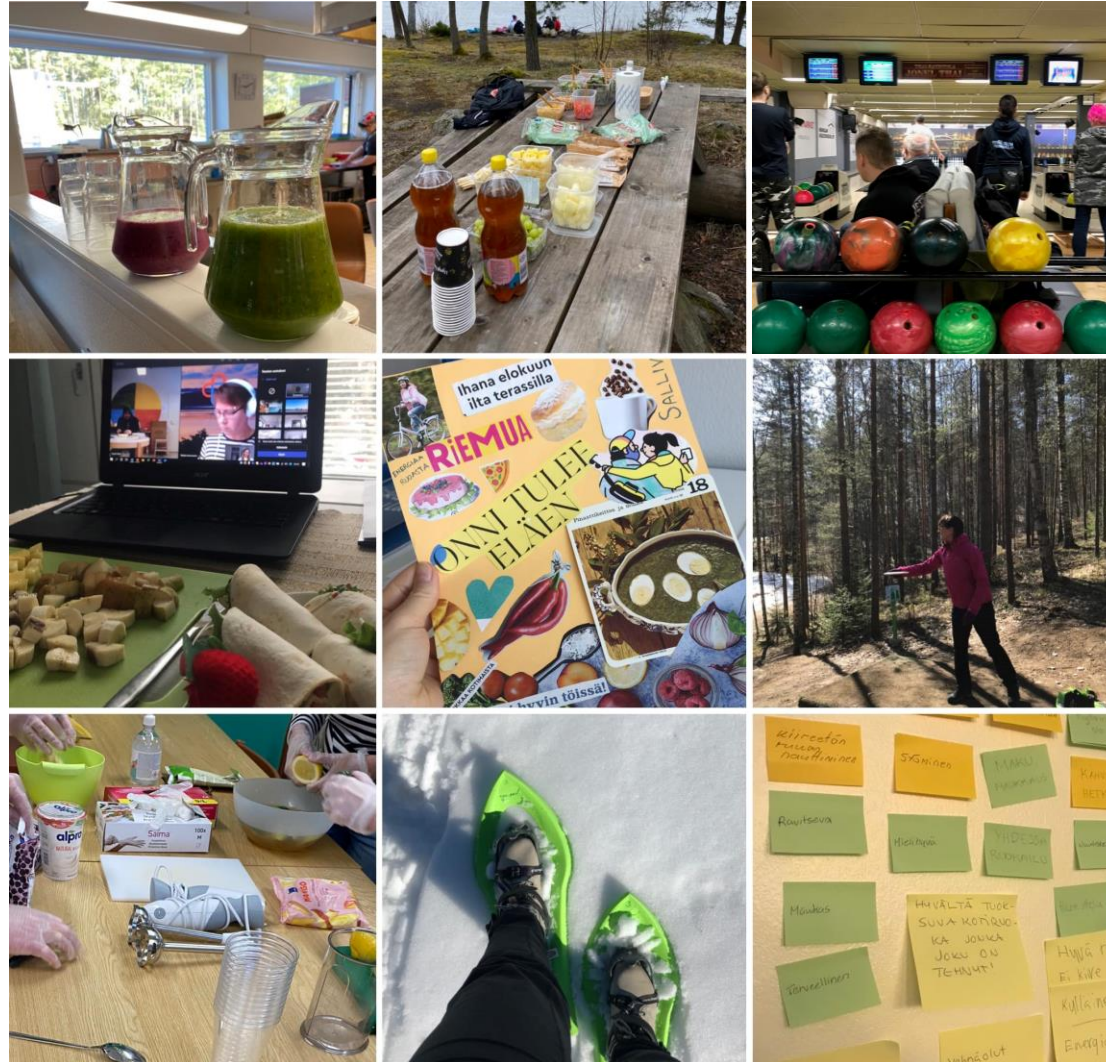
N = 16

|                           | Huonontunut paljon | Huonontunut vähän | Ei    | Parantunut vähän | Parantunut paljon | Keskiarvo |
|---------------------------|--------------------|-------------------|-------|------------------|-------------------|-----------|
| Arjen sujuvuus            | 0,0%               | 0,0%              | 62,5% | 31,2%            | 6,3%              | 3,4       |
| Fiilis                    | 0,0%               | 0,0%              | 37,5% | 56,3%            | 6,2%              | 3,7       |
| Jaksaminen                | 0,0%               | 0,0%              | 50,0% | 43,8%            | 6,2%              | 3,6       |
| Liikkuminen               | 0,0%               | 6,2%              | 50,0% | 43,8%            | 0,0%              | 3,4       |
| Ravitsemus                | 0,0%               | 0,0%              | 68,8% | 31,2%            | 0,0%              | 3,3       |
| Uni                       | 0,0%               | 0,0%              | 56,3% | 31,2%            | 12,5%             | 3,6       |
| Tyytyväisyys itseän       | 0,0%               | 6,2%              | 62,5% | 25,0%            | 6,3%              | 3,3       |
| Terveys (sairaudettomuus) | 0,0%               | 6,2%              | 68,8% | 25,0%            | 0,0%              | 3,2       |
| Ihmisten tapaaminen       | 0,0%               | 6,2%              | 87,5% | 6,3%             | 0,0%              | 3,0       |
| Taloustilanne             | 0,0%               | 18,7%             | 68,8% | 12,5%            | 0,0%              | 2,9       |
| Yleinen hyvinvointi       | 0,0%               | 0,0%              | 50,0% | 43,8%            | 6,2%              | 3,6       |

**44 %**  
Työllisyystilanne  
parempi

Lähes kaikkien vastanneiden tilanne oli parantunut

# Seuranta ja arviointi: Ammattilaisten havainnot



# Seuranta ja arviointi: Ammattilaisten havainnot



*Kurssien markkinointi ei aina ollut pajoilla luontevaa; toisinaan puhuttiin liikuntakurssista. Yhteistyö kuitenkin pääosin sujui, koska sosiaali- ja liikunta-alalla on totuttu samankaltaiseen joustavaan ja aktiiviseen työtapaan. Osassa yksiköistä ammattilaiset olivat suunnitellusti osallisina kurssilla, minkä koettiin lisäävän valmiuksia hallinnoida kurssia jatkossa itsenäisesti. Kurssin organisoinnin kannalta johdon sitoutuminen heijastui paitsi yhteiseen toimintaan, myös kurssituloksiin.*

*Pääsääntöisesti kurssi ylitti asiakkaiden odotukset, mikä näkyi paitsi palautteissa, myös avoimempana ja innostuneempana ilmapiirinä alku- ja loppukertojen välillä. Erityisesti itsetuntemukseen liittyvät sisällöt, liikuntalajikokeilut ja ulkopuolisten ammattilaisten vierailut keräsivät kiitosta. Jälkimmäisten koettiin lisäksi helpottavan asioiden esillä pitämistä tapaamisten ja kurssin jälkeen. Kurssin sisältö ja työkirja kehittyvät toiminnan aikana; tästä huolimatta jotkut asiakkaat kokivat tehtäväosiot ja puheenvuorot liian pitkiksi tai raskaiksi.*

*Kaikki onnistumiset eivät näkyneet mitatuissa tuloksissa. Niihin lukeutuivat muun muassa ystävän saaminen, sosiaalisen rohkeuden kasvu ja asenteen muuttuminen liikkumista kohtaan. Työkuntotodistus vahvisti monen positiivista kurssikokemusta.*

# Seuranta ja arviointi: Ammattilaisten havainnot



## Hankkeen liikuntaneuvojan kehitysehdotukset kentältä:

- 1) Elintapaohjaus ja ennaltaehkäisevä työ osaksi työllisyyden hoitoa
  - tiiviissä yhteistyössä eri ammattiryhmien välillä
- 2) Onnistumisiin, positiivisiin kokemuksiin ja omatoimisuuteen johdattelu
  - Vaikuttaa sitoutumiseen, toiveikkuuteen ja muutosvalmiuteen
  - Menetelminä erityisesti itsetuntemuksen lisääminen ja arvotyöskentely
- 3) Haasteiden tunnistaminen ja niissä tukeminen
  - Etenkin mielenterveystyö ja -tuki, jossa osana myös liikunta (vrt. Rauli-hanke)

# Toiminnan jatkuvuus Hankkeen jälkeen



**5**  
työpajaa  
jatkaa  
itsenäisesti

**Valtaosa**  
hyödyntää  
materiaaleja  
jatkossa

**Työkirja**  
Saatavilla  
PHLU:n sivuilla  
maksutta

**PHLU**  
tarjoaa kurssia  
jatkossa  
ostopalveluna

# Kysymyksiä hankkeen tuotosten tulevaisuudesta

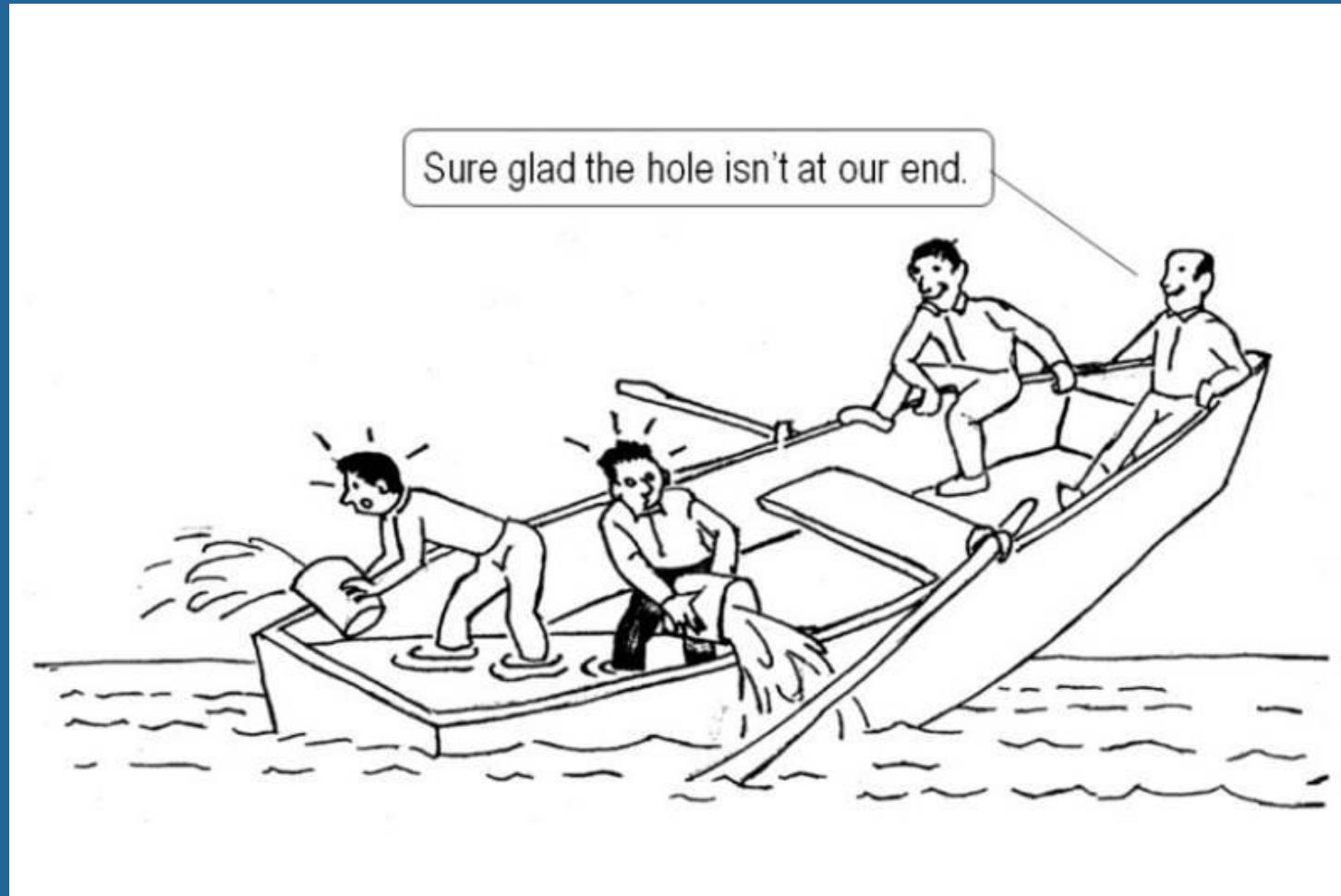
## ➤ Jatkuvuus

- Kurssit omatoimisesti (materiaalit apuna), koulutettuna sekä ostopalveluna
- Työkuntotodistus omatoimisesti (materiaalit apuna) ja koulutettuna

## ➤ Haasteet

- Työntekijöiden vaihtuvuus (osaamisen siirtyminen)
- Aikaresurssit (valmius soveltaa uusia työkaluja)
- Kykyviisarin tulevaisuus Päijät-Hämeessä

# Työkyvyn edistämisen ydinongelmat





# Valtioneuvoston periaatepäätös: Hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistäminen 2030 (2021)

- Hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden
  - eriarvoisuus vähenee
  - toiminnan painopiste ongelmien ehkäisyyn
  - edistämiseen tarjotaan monipuolisia keinoja
  - vaikutus yhteiskunnan vakauteen ja talouteen
  - myötä työelämän monimuotoisuus lisääntyy
  
- Näiden mahdollistamiseksi
  - eri sektorit ja hallintoalat tekevät yhteistyötä
  - palvelu- ja etuusjärjestelmät tukevat tavoitteita
  - toimivat digitaaliset ratkaisut ovat tärkeitä
  - tuotetaan kohderyhmälle tarkoituksenmukaista palvelua



# HyTe- ja työllistämisuudistuksissa huomioitavaa

## ➤ Työkyvyn arviointi

- Mikä painoarvo on asiakkaan kokemuksella ja ammattilaisen arviolla?
- Miten työkyvyn arviointi ymmärretään eri palveluissa?
- Miten työkykyä pitäisi saada arvioida eri palveluissa?
- Mitä työkyvyn arvioinnista seuraa? Toimiiko palvelutarjotin?

## ➤ Alueen omat käytänteet

- Voisiko eri toimijoilla olla pääsy yhteiseen järjestelmään?
- Mikä olisi tarkoituksenmukainen taho ottamaan vastuun työkyvyn edistämisen koordinoinnista ja yhteisestä kehittämisestä?

# Ratkaisumalleja (1/2)

## Työkyvyn edistämiseen

- **Työkykykoordinaattorit**
  - Vrt. Työkyky-ohjelma
- **Työllisyysverkoston vakinaistaminen**
  - Vastuutaho ja hankkeiden kokoaja
- **Muutosvalmiusosaamisen lisääminen**
  - Ammatillaiset ja asiakkaat

**Ydinviesti:  
Vastuiden jakaminen  
ja sopiminen**

# Ratkaisumalleja (2/2)

## Työkyvyn edistämiseen

- Nykyaikainen, yhteinen palvelualusta
  - Esim. Tavata-alusta/TULEVA?
- Työkuntoaseman perustaminen
  - Esim. Palvelutorille
- Sairaanhoidopiiri/hyvinvointialue mukaan
  - Malleja muualta Suomesta

**Ydinviesti:**  
Palvelutarjottimen  
yhteiseksi tekeminen



# Päijät-Hämeen LIIKUNTA JA URHEILU

**Reda Oulmane**

Projektipäällikkö

044 240 7490

reda.oulmane@phlu.fi

Lahden Urheilukeskus

Salpausselänkatu 8, 15110 Lahti



[www.phlu.fi](http://www.phlu.fi)



*Päijät-Hämeen Liikunta ja Urheilu*



*phlu\_aluejarjesto*



*Päijät-Hämeen Liikunta ja Urheilu*

