



HYVINVOIVA  
KUOPIO 2030  
-ohjelma

KUOPIO

# Kuopio 2030

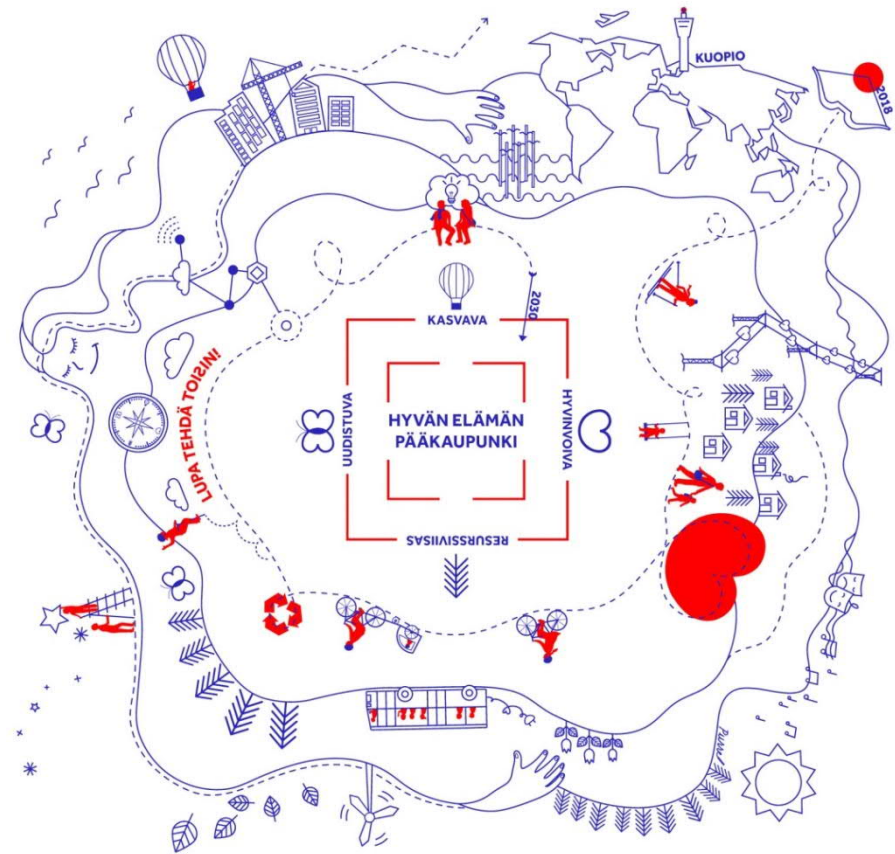
Hyvän elämän pääkaupunki

Terveyttä

Elinvoimaa

Arjen rikkautta

Lupa tehdä toisin!



KUOPIO



**KUOPIO**

Moni asiassa Kuopiossa on hyvin





SS 26.3.2018 [Kotimaa](#) Julkaistu 26.03.2018 08:14

## Kuopio nousi suurten kaupunkien ykköseksi - kuopiolaiset ovat tyytyväisimpiä kotikaupunkiinsa



Kuopio on noussut asukastyytyväisyystutkimuksen ykköseksi. Kuva: Marko Happonen

Kuopiossa asuvat Suomen 20 suurimman kaupungin tyytyväisimmät asukkaat.

Asukkaiden hyvinvoinnin osalta  
matkaa on kuitenkin vielä kuljettavana



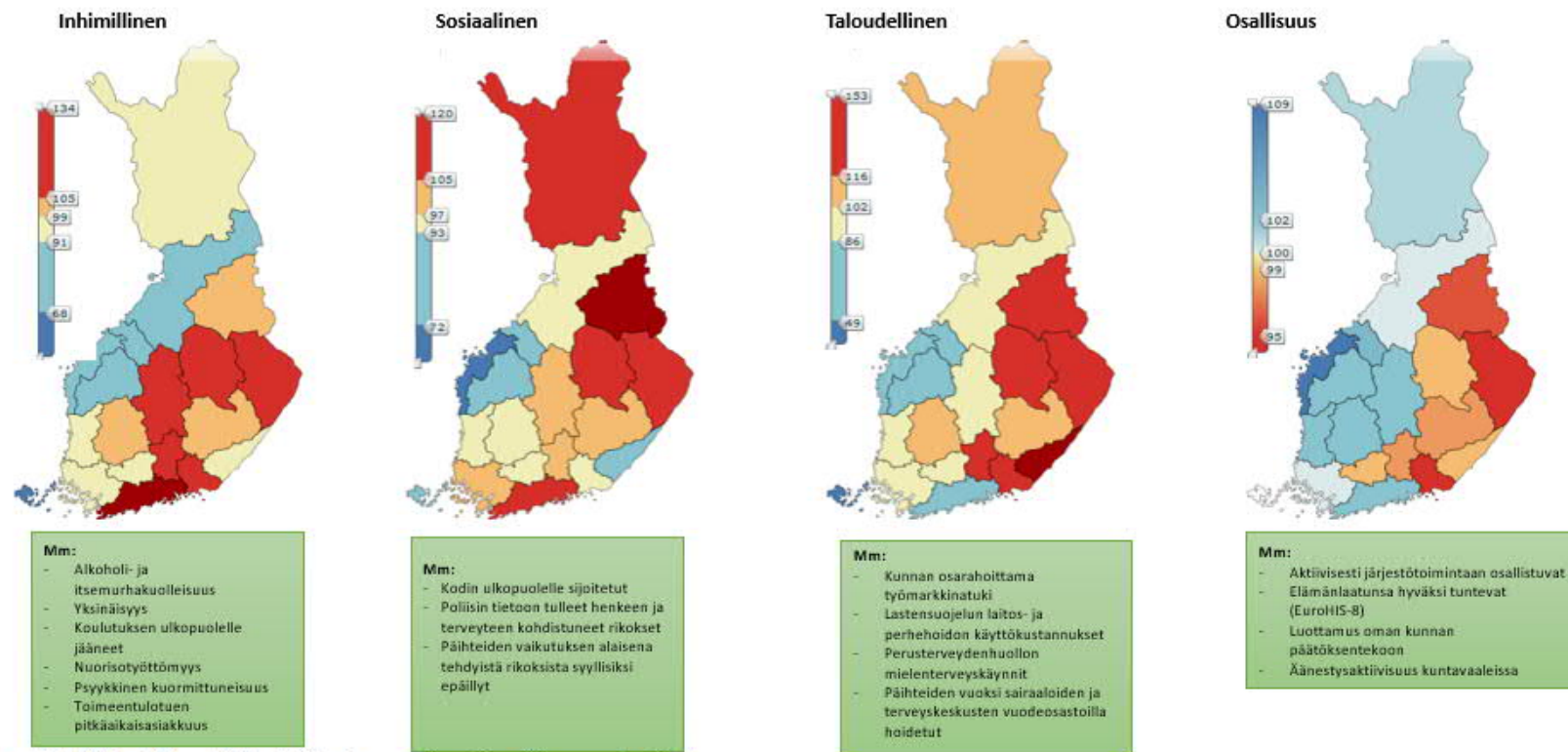
## Sairastavuusindeksi (2013-2015, THL)

|              | THL:n<br>sairastavuus-<br>indeksi | Sepelvalti-<br>motaui-<br>indeksi | Aivoveri-<br>suonitauti-<br>indeksi | Tuki- ja<br>liikuntaelin-<br>sairausindeksi | Mielen-<br>terveys-<br>indeksi | Tapaturma-<br>indeksi | Dementia-<br>indeksi | Syöpä-<br>indeksi |
|--------------|-----------------------------------|-----------------------------------|-------------------------------------|---------------------------------------------|--------------------------------|-----------------------|----------------------|-------------------|
| Espoo        | 71.9                              | 71.2                              | 79.3                                | 41.0                                        | 65.7                           | 84.4                  | 98.7                 | 101.8             |
| Helsinki     | 80.9                              | 84.6                              | 93.2                                | 51.3                                        | 79.6                           | 83.5                  | 92.2                 | 107.1             |
| Vantaa       | 84.4                              | 80.5                              | 94.6                                | 65.5                                        | 80.4                           | 81.3                  | 105.5                | 106.4             |
| Porvoo       | 86.4                              | 91.9                              | 94.8                                | 72.7                                        | 77.5                           | 86.2                  | 107.1                | 104.7             |
| Vaasa        | 90.6                              | 86.7                              | 89.0                                | 70.2                                        | 102.8                          | 94.9                  | 85.0                 | 99.4              |
| Salo         | 93.5                              | 86.6                              | 94.3                                | 100.9                                       | 91.0                           | 92.6                  | 82.7                 | 95.9              |
| Lappeenranta | 94.4                              | 125.9                             | 96.5                                | 83.2                                        | 92.6                           | 89.0                  | 108.1                | 94.3              |
| Tampere      | 96.1                              | 82.7                              | 90.2                                | 68.0                                        | 115.4                          | 96.1                  | 95.7                 | 111.6             |
| Turku        | 96.4                              | 93.0                              | 100.2                               | 83.8                                        | 100.0                          | 95.3                  | 92.5                 | 108.5             |
| Hämeenlinna  | 97.1                              | 84.6                              | 97.9                                | 81.4                                        | 107.7                          | 107.3                 | 84.9                 | 102.7             |
| Seinäjäki    | 98.5                              | 80.6                              | 83.3                                | 90.7                                        | 109.1                          | 98.4                  | 123.1                | 101.6             |
| Kouvola      | 99.1                              | 88.2                              | 87.7                                | 113.3                                       | 98.4                           | 94.8                  | 92.9                 | 101.1             |
| Pori         | 100.8                             | 87.9                              | 111.6                               | 115.1                                       | 90.8                           | 118.5                 | 54.3                 | 103.4             |
| Jyväskylä    | 102.6                             | 89.5                              | 94.7                                | 89.8                                        | 120.1                          | 113.8                 | 118.6                | 86.6              |
| Rovaniemi    | 104.5                             | 106.9                             | 99.8                                | 107.2                                       | 106.4                          | 122.6                 | 87.5                 | 93.6              |
| Mikkeli      | 105.1                             | 127.7                             | 100.6                               | 105.3                                       | 105.6                          | 94.8                  | 138.2                | 89.8              |
| Lahti        | 108.6                             | 101.4                             | 117.8                               | 91.9                                        | 124.3                          | 105.3                 | 107.8                | 101.8             |
| Joensuu      | 113.1                             | 110.1                             | 93.6                                | 114.3                                       | 126.1                          | 132.3                 | 117.6                | 88.3              |
| Oulu         | 114.8                             | 113.3                             | 110.3                               | 123.5                                       | 128.0                          | 92.7                  | 126.6                | 93.5              |
| Kotka        | 118.5                             | 109.4                             | 107.7                               | 142.9                                       | 101.9                          | 93.1                  | 193.2                | 117.8             |
| Kuopio       | 128.5                             | 131.1                             | 97.5                                | 138.1                                       | 160.8                          | 113.2                 | 117.4                | 93.9              |

!



## Inhimillinen huono-osaisuus, sosiaaliset heijastevaikutukset, taloudelliset seuraukset sekä osallisuus maakunnissa vuosina 2011-2015



<https://kuntalehti.fi/blogit/sokra-tutkii-ja-kehittaa-huono-osaisuus-ja-osallisuus-maakunnissa/>



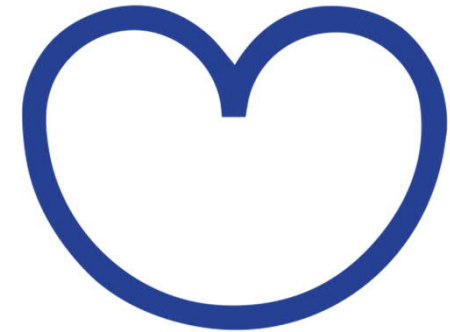
# Hyvinvoiva Kuopio 2030 –ohjelman lähtökohdat

- Tiedolla johtamisen kehittäminen – Lähtökohtana tieto väestön hyvinvoinnin asuinaluekohtaisesta tilasta ja tarpeista
- Hyvinvoinnin edistämisen pitkäjänteisyyden ja vaikuttavuuden lisääminen
- Hyvinvointityön läpileikkaavuuden vahvistaminen – osatoteuttajien roolien selkiyttäminen
- Hyvinvointityön kytkeminen osaksi talouden seurannan raportointia
- Yhteiset tavoitteet – Hyvän elämän elementtien vahvistaminen
- Hyvinvointiviestinnän roolin vahvistaminen ja fokuksen selkiyttäminen

# Hyvinvoiva Kuopio 2030 -ohjelman päämäärä

Hyvän elämän pääkaupunki 2030  
– vision toteutuminen

Aukkaiden hyvinvoinnin ja terveyden  
koheneminen

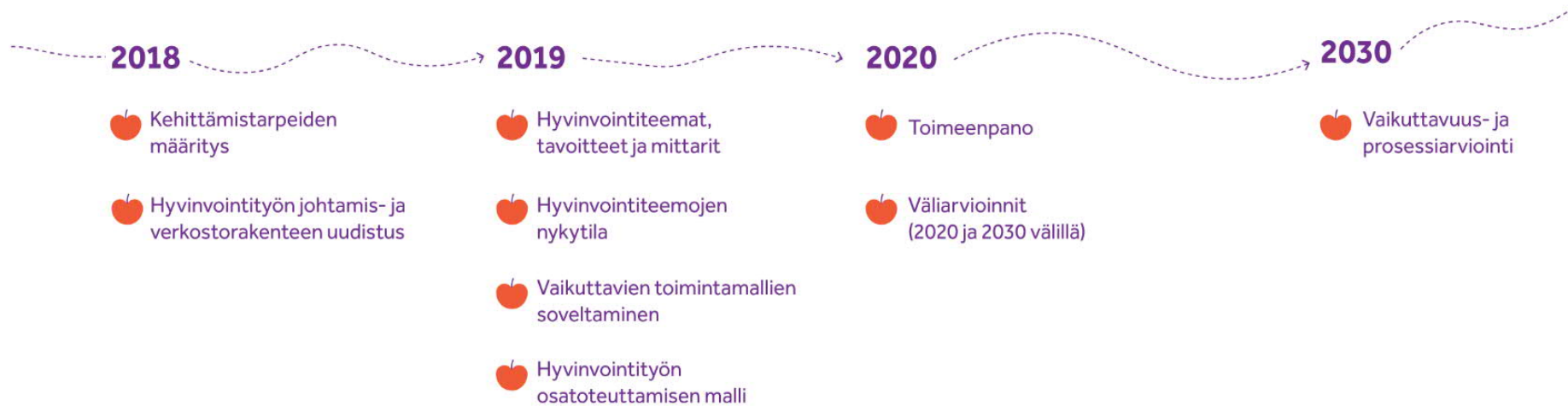


## Ohjelman periaatteet

- Tiedolla johtaminen – Paras tieto käyttöön
- Suojaavien tekijöiden vahvistaminen
- Kumppanuus, yhdessä tekeminen ja avoimuus
- Kansainvälisyys
- Digitaalisuus



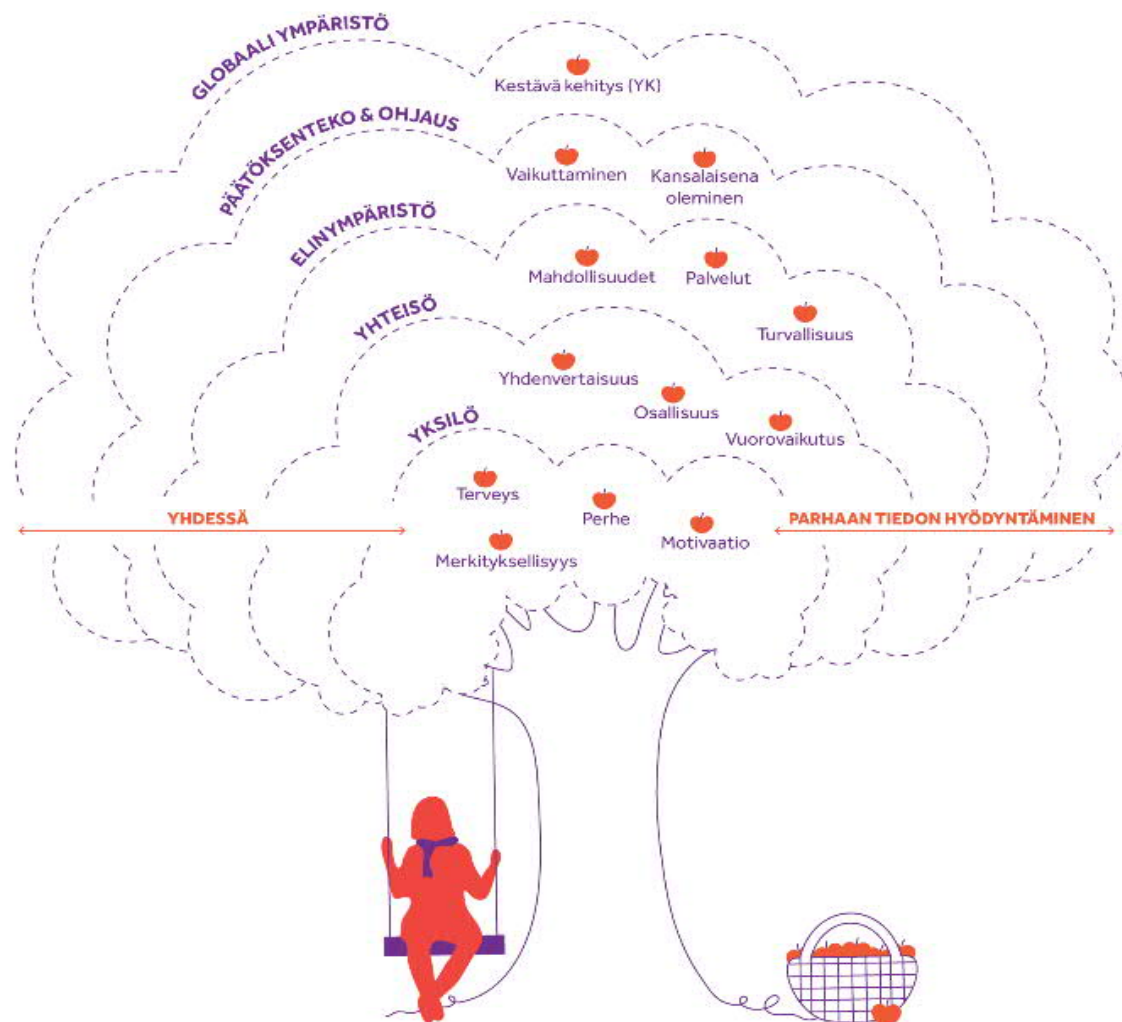
## HYVINVOIVA KUOPIO 2030 -ohjelmatyön prosessi





# Meidän Hyvinvoiva Kuopio 2030 –ohjelma

- Hyvinvoinnin edistämisen palvelualue
  - Kasvun ja oppimisen palvelualue
  - Terveysthuollon ja perusturvan palvelualue
  - Kaupunkiympäristön palvelualue
  - Elinvoima- ja konsernipalvelut
- 
- Järjestöt
  - Itä-Suomen yliopisto + muut yhteistyöorganisaatiot
  - Asukkaat
  - Kaupunginvaltuusto



## Kohti vaikuttavampaa terveyden ja hyvinvoinnin edistämistä

## Viitekehyksenä sosiaalisen laadun malli

Mäki-Opas ym. 2019. Työkalupakki vaikuttavaan hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseen. Sosiaalinen laatu, elämänlaatu, vaikuttavuusindikaattorit, hyvät käytännöt, osallistavat työmenetelmät ja kypsyysanalyysi.

### SOSIOEKONOMINEN TURVALLISUUS

= Suoja köyhyyttä ja muita materiaalisia riskejä vastaan, sekä palvelut ja tukitoimet auttamaan ongelmien yli.

#### Vaikuttavuusindikaattorit:

- 1) Työmarkkina-asema (*toimeentulon turvallisuus*)
- 2) Tulojen riittävyys
- 3) Terveyspalvelujen riittävyys
- 4) Sosiaalipalvelujen riittävyys
- 5) Toimeentulotuen riittävyys
- 6) Tyytyväisyys asumiskustannuksiin

### SOSIAALINEN VALTAISTUMINEN

= Tasa-arvoiset elämän mahdollisuudet, tiedot ja taidot, ja mahdollisuus käyttää kapasiteettejaan maksimaalisesti itsensä ja yhteiskunnan hyväksi tavoilla, jotka tukevat hyvinvointia.

#### Vaikuttavuusindikaattorit:

- 1) Koulutustaso
- 2) Kyvykkyys ja toimintamahdollisuudet
- 3) Elintapojen terveellisyys
- 4) Osallistuminen terveyden edistämisen toimintaan
- 5) Riittävä tieto palveluista

### SOSIAALINEN OSALLISUUS

= Osallisuus kaikissa yhteiskunnan taloudellisissa, poliittisissa ja muissa avaintoiminnoissa. Tunne siitä, että kuuluu yhteiskuntaan ja on osa yhteisöä, ja että voi vaikuttaa siihen, miten yhteiskuntaa kehitetään.

#### Vaikuttavuusindikaattorit:

- 1) Työmarkkinaosallisuus
- 2) Yksinäisyys
- 3) Syrjintä
- 4) Äänestysaktiivisuus kunta- ja eduskunta-vaaleissa
- 5) Osallistuminen järjestö- ym. toimintaan
- 6) Tyytyväisyys vapaa-ajan palveluihin

### KOHEESIO (YHTEISKUNNAN "EHEYS")

= Saa elää yhteiskunnassa ja yhteisössä, joita luonnehtii luottamus julkiseen valtaan ja toisiin ihmisiin, toisista välittäminen, sekä mielipiteen ja ilmaisun vapaus.

#### Vaikuttavuusindikaattorit:

- 1) Luottamus toisiin ihmisiin
- 2) Luottamus julkiseen valtaan
- 3) Toisten auttaminen

... Ja koetun  
elämänlaadun malli

### FYYSINEN ELÄMÄNLAATU

**Vaikuttavuusindikaattorit:**

- 1) Arkea häiritsevä fyysinen kipua
- 2) Lääkehoidon tai muun hoidon tarpeellisuus päivittäisessä elämässä
- 3) Päivittäinen jaksaminen
- 4) Liikkumiskyky
- 5) Unen riittävyys
- 6) Päivittäinen toimintakyky
- 7) Työkyky

### PSYKKINEN ELÄMÄNLAATU

**Vaikuttavuusindikaattorit:**

- 1) Elämästä nauttiminen
- 2) Elämän merkityksellisyys
- 3) Uusiin asioihin keskittyminen ja oppiminen
- 4) Tyytyväisyys omaan ulkomuotoon
- 5) Itsetunto
- 6) Kielteiset tunteet

### SOSIAALINEN ELÄMÄNLAATU

**Vaikuttavuusindikaattorit:**

- 1) Ihmissuhteet
- 2) Ystäviltä saatu tuki
- 3) Sukupuolielämä

### YMPÄRISTÖLLINEN ELÄMÄNLAATU

**Vaikuttavuusindikaattorit:**

- 1) Turvallisuus
- 2) Taloudelliset resurssit
- 3) Ympäristön terveellisyys
- 4) Tiedon saaminen
- 5) Mahdollisuudet vapaa-ajan toimintaan
- 6) Asuinalueen olosuhteet
- 7) Terveyspalveluiden saatavuus
- 8) Mahdollisuus julkisten liikennevälineiden käyttöön

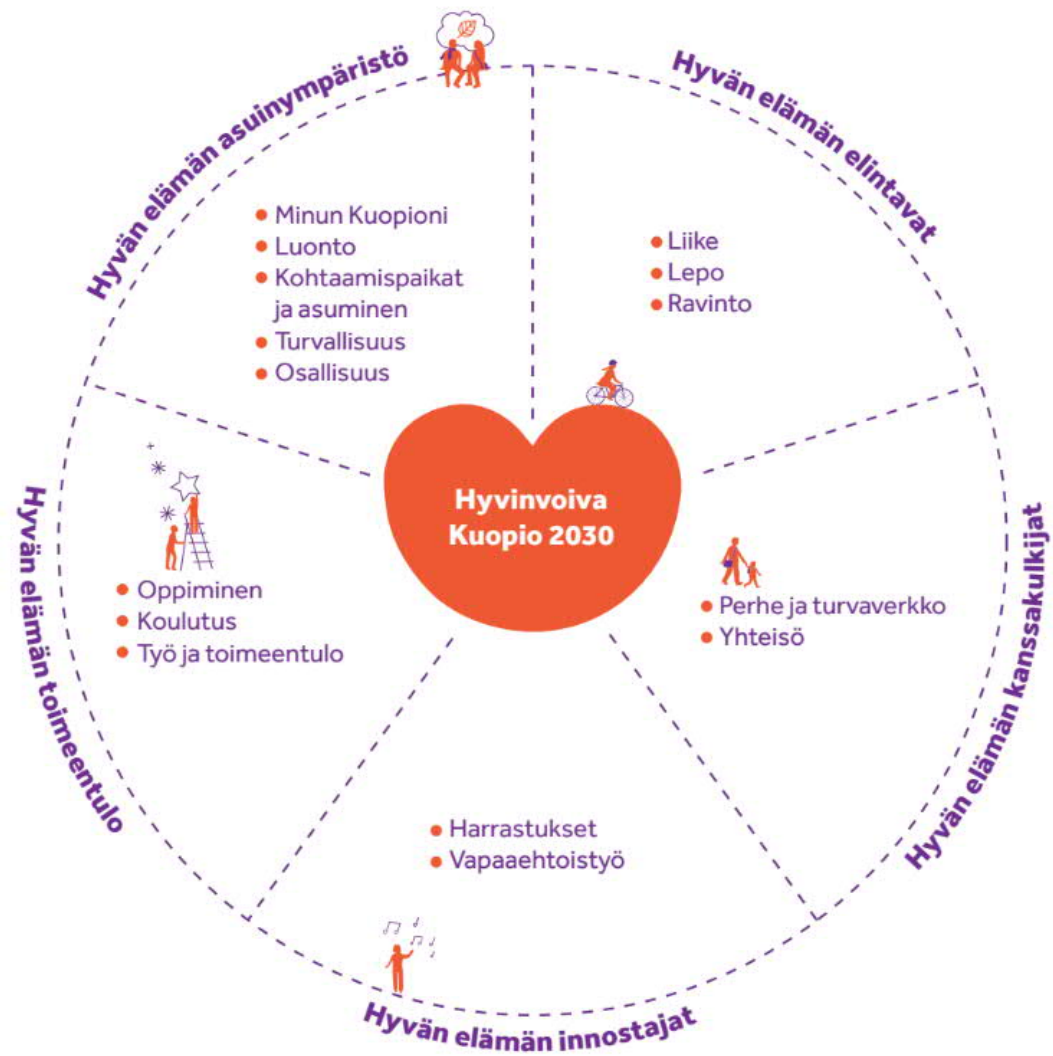
(Mäki-Opas ym. 2019, WHO 1998)

KUOPIO



Hyvinvoiva Kuopio 2030  
Hyvän elämän elementit







## HYVÄN ELÄMÄN ELINTAVAT



### Liike

Koneistosi pysyy liikkeen avulla hyvässä kunnossa ja elinvoimaisena. Jokainen ylimääräinen askel on lahja itsellesi. On pääasia, että liikut - liike tuo hyvän mielen ja hyvä mieli liikuttaa.



### Lepo

Helli itseäsi unella. Anna kehosi levätä, niin pysyt menossa mukana. Vaali leppoisan lupsakkaa kuopiolaista elämänrytmiä ja -asennetta. Lompsi Puijon laelle tai Kallaveden rantaan latautumaan ja hengittämään raikasta ilmaa.



### Ravinto

Iloitse ruoasta ja syö värikkäästi. Kauneinkin kukka nuutuu heikolla ravinnolla. Kukoista ja vahvista elinvoimaasi hyvää tekevällä ruoalla.



## HYVÄN ELÄMÄN KANSSAKULKIJAT

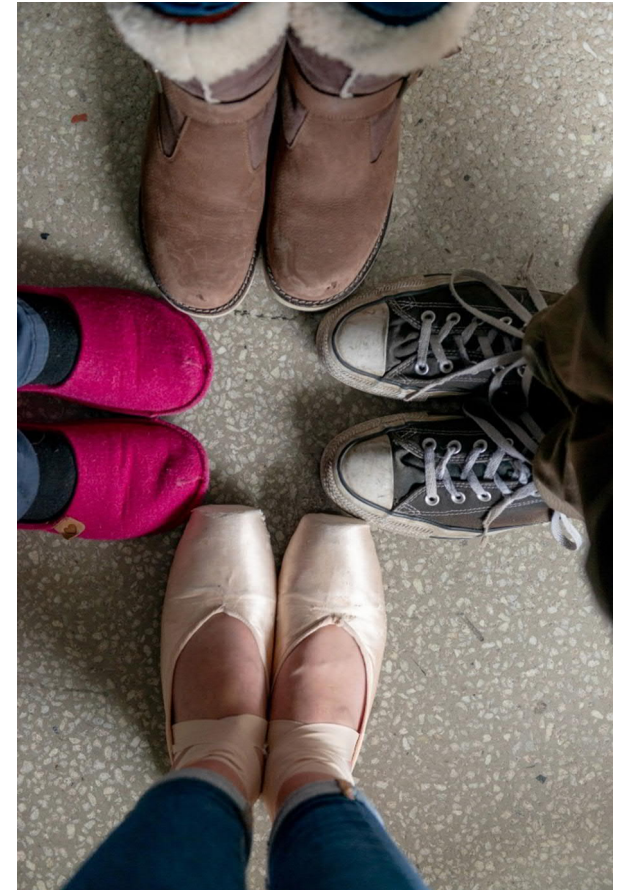


### Perhe ja tukiverkko

Kun elämänmerellä myrskyää, kenen puoleen käännyt? Harva pärjää yksin eikä tarvitsekaan. Meitä on täällä monta ja monenlaista – ollaan toistemme tukena. Pidetään pienistä huolta, koska paikka, joka on paras lapsille, on paras kaikille. Ollaan mukavia toisillemme ja välitetään.

### Yhteisö

Oman "heimon" voi löytää harrastuksen, naapuruston, lemmikin, intohimon, työn tai vaikka tietokoneruudun kautta. Porukkaan kuulumisen saa hyvälle mielelle. Kuopiolaiseksi ei aina synnytä, mutta kuopiolaiseksi kasvetaan. Kuopio on julistettu tärkeilyvapaaksi alueeksi. Tule ja ole sellaisena kuin olet.



## HYVÄN ELÄMÄN TOIMEENTULO



### Oppiminen ja koulutus

Jokaisella on omat vahvuutensa ja erilaiset tavat oppia. Säilytä lapsen uteliaisuus – mitä uutta voisin opetella tänään? Saat elämääsi rikkautta uuden oppimisesta, osaamisesta ja saavutuksista. Muista myös, että moka on lahja, virheistä oppii eniten! Opi elämästä, opi elämään.



### Työ ja toimeentulo

Raha ei takaa onnea, mutta sopivissa määrin helpottaa elämää kummasti. Opiskele uusi ammatti tai perusta yritys – ole avoin uudelle. Hyvän elämän pääkaupunki rakentuu jokaisen panoksella – palapelissäkin kaikkia paloja tarvitaan, jotta syntyy taideteos. Löydä työllesi ja tekemisellesi merkitys.



## HYVÄN ELÄMÄN INNOSTAJAT



### Harrastukset

Mikä saa sydämesi laulamaan? Mikä saa pilkkeen silmäkulmaasi? Mikä on niin innostavaa, että asian ajattelu saa hymyn huulille? Tee juuri sitä!

### Vapaaehtoistyö

Kun teet hyvää toiselle, se tekee hyvää sinulle. Kokeileppa! Maailmassa on paljon avun ja tekijöiden tarvitsijoita ja myös niitä, jotka haluavat osallistua ja auttaa – saadaanhan nämä kohtaamaan? Tee vähän tai paljon – teet merkityksellistä työtä.





## HYVÄN ELÄMÄN ELINYMPÄRISTÖ – MINUN KUOPIONI



### Luonto

Luonto on meissä: koukkaa luontoon, löydät itsesi. Vihreää, sinistä ja valkoista – hyödynnäthän hyvän elämän voimapaikat lähelläsi? Kosketa ja kuuntele, hengitä ja katsele, haista ja maista, liiku ja leiki – luonnossa saat monta karpästä kerralla.

### Kohtaamispaikat ja asuminen

Ihmiset luovat kohtaamispaikat, naapuruston, kodin ja tunnelman. Kuopiossa ei puhetta puutu. Saatat päästä porisemaan tuttujen ja tuntemattomien kanssa missä vain. Hiljaakin voi olla, yksin tai yhdessä, ja tarkkailla maailman menoa kauempaa. Siihenkin on paikkansa. Kohtaamispaikoissa kaikenlaiset ihmiset mahtuvat saman katon ja taivaan alle.



## HYVÄN ELÄMÄN ELINYMPÄRISTÖ – MINUN KUOPIONI

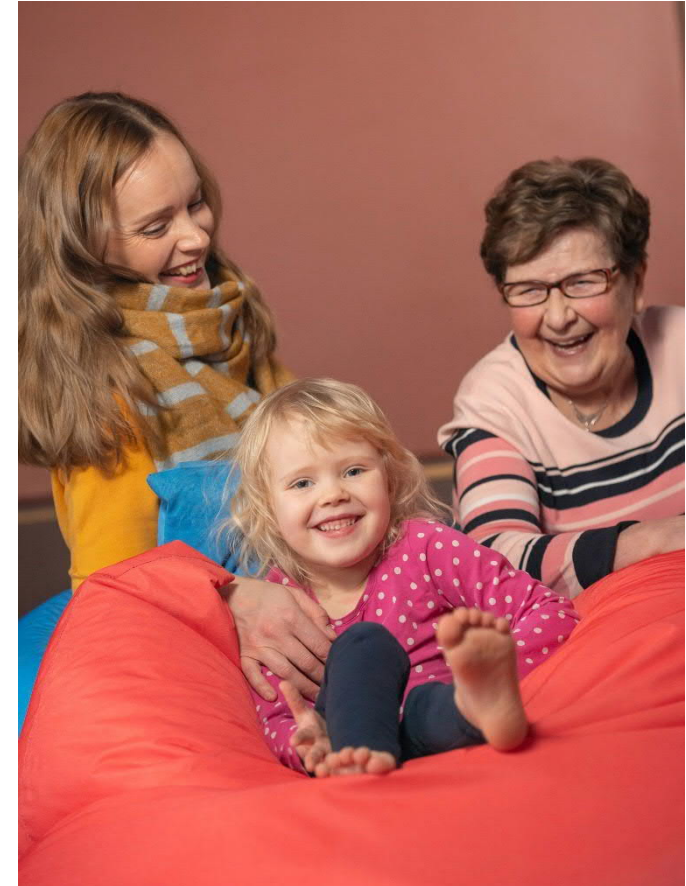


### Turvallisuus

Tämä on meidän yhteinen koti-Kuopiomme. Pidetäänhän siitä yhdessä huolta? Ei anneta piittaamattomuuden ottaa jalansijaa vaan välitetään täällä toisistamme ja yhteisöstämme. Autetaan ja arvostetaan toisiamme.

### Osallisuus

Sinun, minun, meidän Kuopiomme. Kaupungin tulee olla asukkaidensa näköinen ja asukkaan ääni kuuluu hyvän elämän pääkaupungissa. Osallistu, ota kantaa ja kerro ideasi - täällä on lupa tehdä toisin.



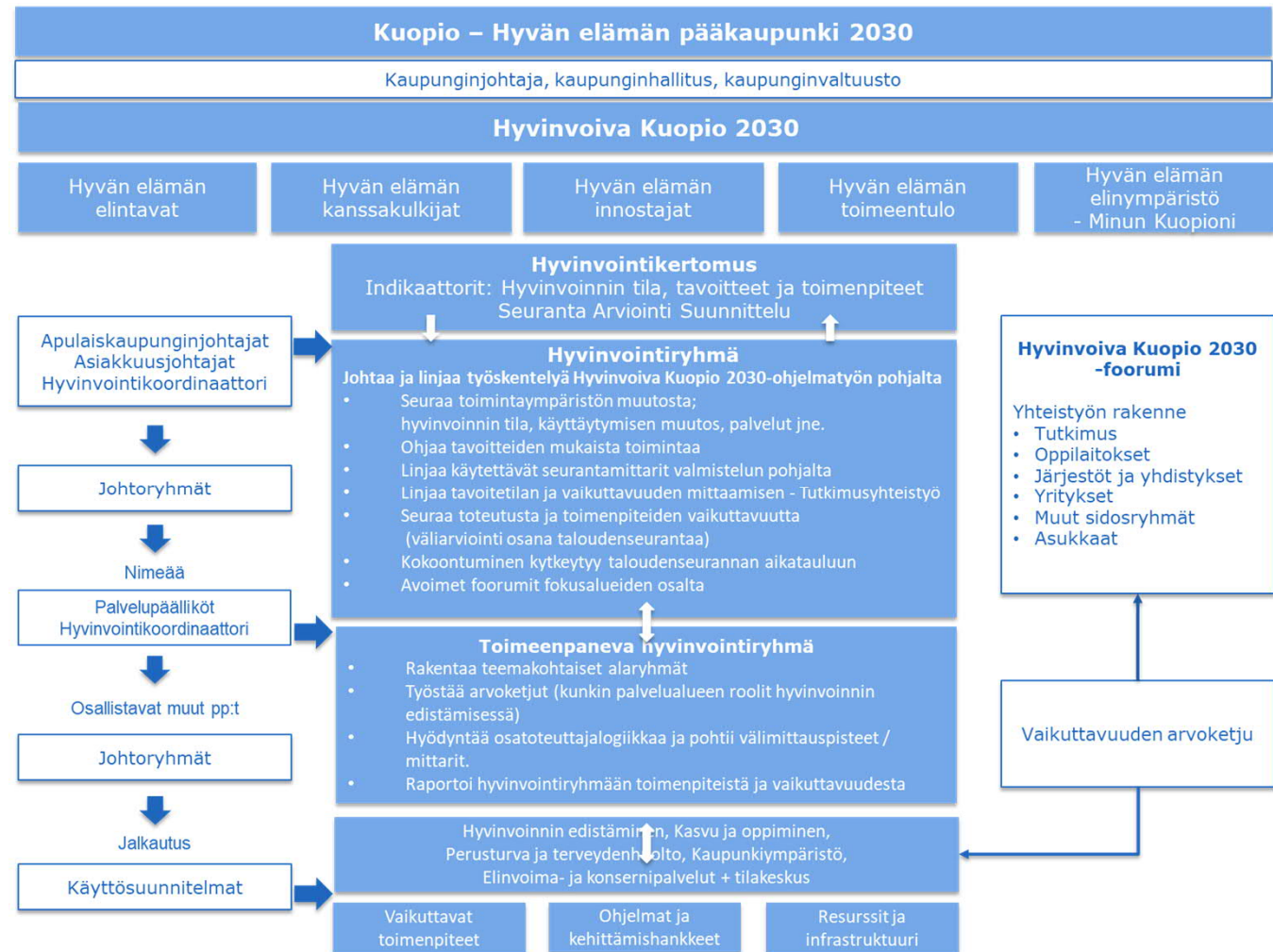


KUOPIO



Hyvinvoiva Kuopio 2030  
Toimintatapojen muutos

Hyvinvointityö  
osana Kuopion  
kaupungin  
normaalia  
johtamisrakennetta



# Hyvinvointityön vaikuttavuuden lisääminen käytännössä

## Minkä pitää muuttua

Hyvän elämän pääkaupunki -vision saavuttamiseksi?

Ilmiöt  
Osatekijät  
Muutoksen mahdollistajat

- Minkä osatekijöiden pitää muuttua, että päämäärä saavutetaan?

Toimenpiteet  
Ohjausmekanismit  
Teot eri tasoilla

- Millaisia toimenpiteitä tarvitaan, että saadaan muutosta aikaan?

Organisaation eri tasot  
Sidosryhmät  
Toimijakenttä

- Kenen pitää tehdä toimenpiteitä ja ketä tarvitaan mukaan?

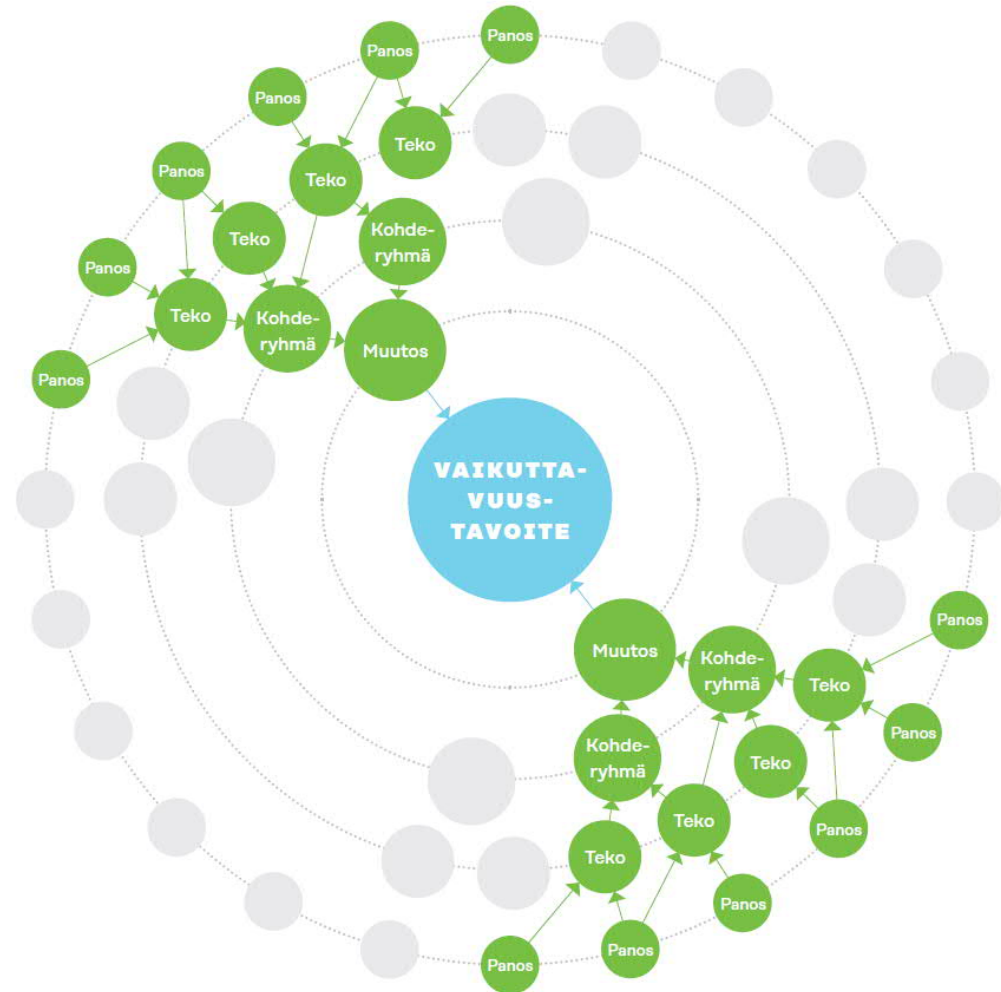
## Vaikuttavuuden lisääminen edellyttää ajattelutavan muutosta

- Toiminnan lähtökohtana vaikuttavuustavoitteet



Heliskoski ym. 2019

## Vaikuttavuuden "ekosysteemi"



Heliskoski ym. 2019





MATKALLA  
HYVÄN ELÄMÄN  
PÄÄKAUPUNGIKSI

Kiitos!

KUOPIO