

Yhdessä uutta luoden – mielen hyvinvoinnin edistäminen Varsinais-Suomessa

Jenni Tähkävuori
30.1.2026



Mitä on mielen hyvinvoinnin edistäminen?



Mielen hyvinvoinnin edistämällä vahvistetaan niitä voimavaroja, jotka auttavat rakentamaan toimivaa arkea ja löytämään ratkaisuja elämän kriisitilanteissa (=resilienssi).



Keskeistä positiivinen mielenterveys



Mielen hyvinvoinnin edistämisen tavoitteena on suojaavien tekijöiden lisääminen ja riskitekijöiden vähentäminen.

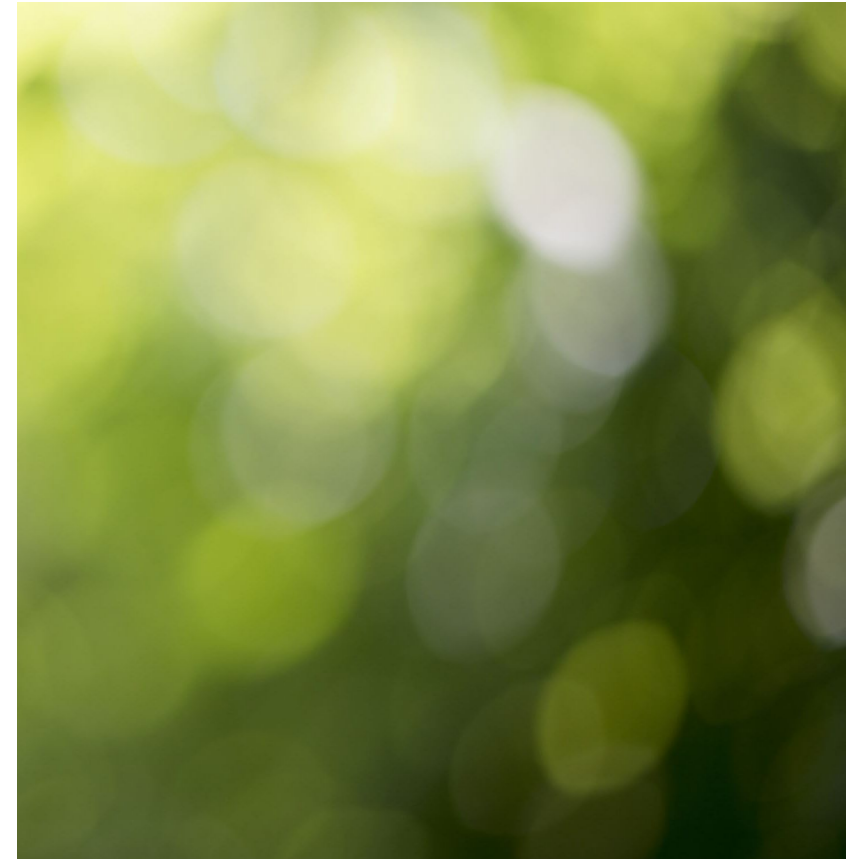
Miksi mielen hyvinvoinnin edistämistä tarvitaan?

Alentuneen mielenterveyden kokonaiskustannus Suomelle on yli 11 miljardia euroa vuodessa (OECD, 2018)

Suomalaisten fyysinen terveys on parantunut ja kansantautien määrä vähentynyt viime vuosikymmeninä. Mielenterveyden osalta ei ole tapahtunut vastaavaa hyvää kehitystä.

Kansallisista tutkimuksista nousee selkeästi esille väestön mielenterveyden haasteet ja tarve mielen hyvinvoinnin edistämiselle.

Mielenterveyttä on tutkitusti mahdollista vahvistaa ja mielenterveyden ongelmia ehkäistä!

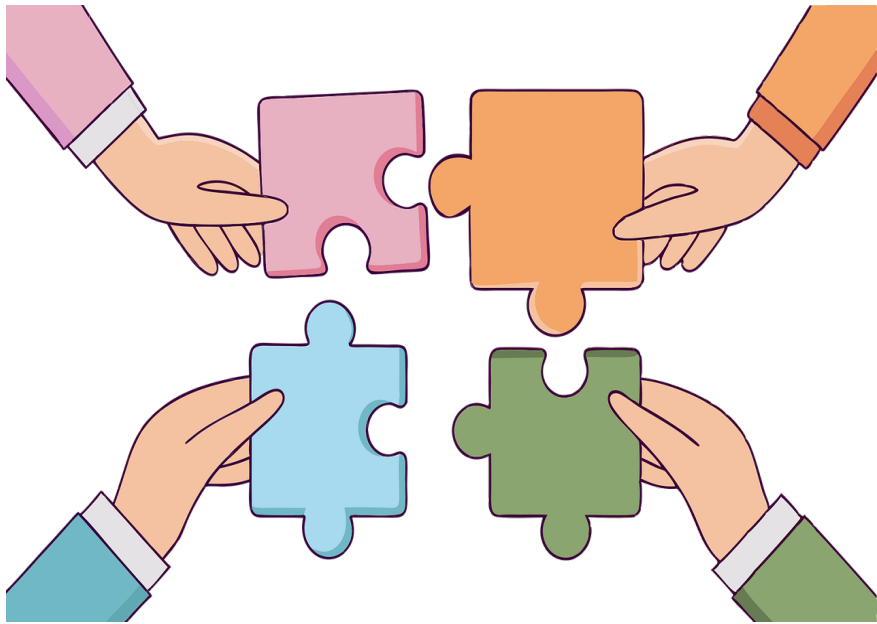


Miksi mielen hyvinvoinnin edistämistä tehdään koordinoitusti alueilla vielä varsin vähän Suomessa?

- Tämän hetken haasteena mielen hyvinvoinnin edistämisessä:
 - Taloudelliset syyt
 - Heikommin tunnettu hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen osa-alue
 - Mielen hyvinvoinnin edistämisen laajuus ja sen rajaamisen hankaluus
 - Teeman yhteinen ymmärrys osin puutteellista – käsitteet, ”mitä työ ihan konkreettisesti on?”
 - Missä kulkee raja ennaltaehkäisevien ja korjaavien palveluiden välillä
 - Mahdolliset osaamisen puutteet ja aukot toimijajoukon ollessa laaja
 - Mahdolliset paikallisten verkostojen puutteet ja resurssien vähyys
 - Roolitusten epäselvyydet



Mielen hyvinvoinnin edistäminen - yhteistyössä on voimaa



- Mielen hyvinvoinnin edistäminen on yhdyspintatyötä ja työtä tehdään kunnissa, hyvinvointialueilla, järjestöissä ja muilla toimijoilla.
- Myös lainsäädäntö velvoittaa kuntia ja hyvinvointialueita toteuttamaan mielen hyvinvoinnin edistämisen toimia yhteistyössä.
- Kansallinen mielenterveysstrategia ja mielenterveyden edistämisen periaatepäätös painottaa eri hallinalojen sekä julkisen, yksityisen, kolmannen sektorin ja muun kansalaistoiminnan yhteistyötä mielen hyvinvoinnin edistämiseksi.
- Mielen hyvinvoinnin edistämisen alueellinen koordinaatio hyvinvointialueella, mutta vastinparit ja käytännön toimet kunnissa ja järjestöissä.
- Varsinais-Suomen alueellisessa hyvinvointisuunnitelmassa (2026-2029) mielen hyvinvoinnin edistäminen on yksi tärkeimmistä painopisteistä.

Varsinais-Suomen mielen hyvinvoinnin edistäminen ennen hyvinvointialueuudistusta

- Kunnissa mielen hyvinvoinnin edistämistä tehtiin varsin vähän ja ei-systemaattisesti jokaisen kunnan resurssien mukaan
- Mielen hyvinvoinnin edistäminen oli osa järjestöjen toimintaa, mutta yhteistyö toimijoiden välillä oli kuitenkin melko niukkaa
- Hyvinvointialueuudistusta suunniteltaessa huomioitiin mielen hyvinvoinnin edistämisen tärkeys
 - Alueelle tulee saada rakenteet ja resurssi myös mielen hyvinvoinnin edistämiseen
 - Lähtökohta-ajatuksena: hva:lta tuetaan kuntien ja muiden toimijoiden työtä sekä tehdään hva:n sisäistä mielen hyvinvoinnin edistämistä ja ehkäisevää mielenterveystyötä

Mitä alueellisessa työssä on tehty 2023-2025

- Tutkimushanke 2023-2024:
 - Hankkeessa toteutetut ammattilaisten työpajat
 - Alueellinen verkosto, jossa osallistujia hva:lta, kunnista, järjestöistä, seurakunnalta ja yliopistolta
 - Pilottikuntatoiminta
- Mielen hyvinvoinnin edistämisen, ehkäisevän päihdetyön ja väkivallan ehkäisyn yhteinen kuntaverkosto, jossa kaikkien kuntien (27) edustus mukana ja verkostolla yhteinen toimintasuunnitelma
- Kuntien mielen hyvinvoinnin edistämisen, ehkäisevän päihdetyön ja väkivallan ehkäisyn rakenteita koskeva kysely vuonna 2024 ja 2025
- Hyvien käytäntöjen pilotointi 2024-2025
 - Nuori mieli urheilussa
 - Ystäväpiiri
- Varsinais-Suomen mielen hyvinvointi –kyselyn luominen ja toteuttaminen 2025

Alueen kuntien mielen hyvinvoinnin edistämisen tilanne 2025

- Kuntien edustajat vastasivat mielenterveyden edistämisen, ehkäisevän päihdetyön ja väkivallan ehkäisyyn rakenteita ja toimintamalleja koskevaan kyselyyn 2025. Vastaajia 24.
- Tuloksia:
 - Monialaisia työ- tai kehittämissyömiä mielen hyvinvoinnin edistämässä oli 19 kunnassa
 - 20 kunnassa on nimetty henkilö, jolla on koordinaatiovastuu mielen hyvinvoinnin edistämisestä
 - Työtä ohjaava suunnitelma 21 kunnassa
 - Kuitenkin isolla osalla työlle on aikaa vain alle 10 % tai ei lainkaan
 - Hyvinvointialueelta toivotaan ja tarvitaan koordinaatiota, koulutusta, tiedolla johtamisen tukea ja yhteisiä hankkeita



Missä mennään 2026?

- Alueelle tehty kuntien, HVA:n ja järjestöjen yhteinen mielen hyvinvoinnin edistämisen, ehkäisevän päihdetyön ja väkivallan ehkäisytoimintasuunnitelma vuosille 2026-2029. Tavoitteet:

1. Tiedolla johtaminen:

Varhan ja kuntien mielen hyvinvoinnin edistäminen, ehkäisevä päihdetyö ja väkivallan ehkäisytoimet perustuvat alueelliseen tilannekuvaan, työlle on sovittu realistiset ja mitattavissa olevat seurantamittarit.

2. Koordinaatio:

Mielen hyvinvoinnin edistämisen, ehkäisevä päihdetyö ja väkivallan ehkäisytoimintasuunnitelman koordinaatorakenteet ja yhteistyö vahvistuvat

3. Vaikuttavat toimintamallit:

3.1 Lasten ja nuorten harrastustoiminnan ohjaajat tukevat mielen hyvinvointia

3.2 Ikääntyneiden yksinäisyys vähenee

3.3 Nuorten nikotiini- ja päihteiden käyttö kääntyy laskuun

3.4 Alueen ammattilaiset tunnistavat tilanteet, joissa lapsella tai nuorella on riski joutua seksuaaliväkivallan tai muun väkivallan kokijaksi.

3.5 Alueen ammattilaiset tunnistavat lähisuhdeväkivallan eri muodot, sekä osaavat ottaa asian puheeksi ja tietävät miten toimia tilanteissa.

4. Viestintä:

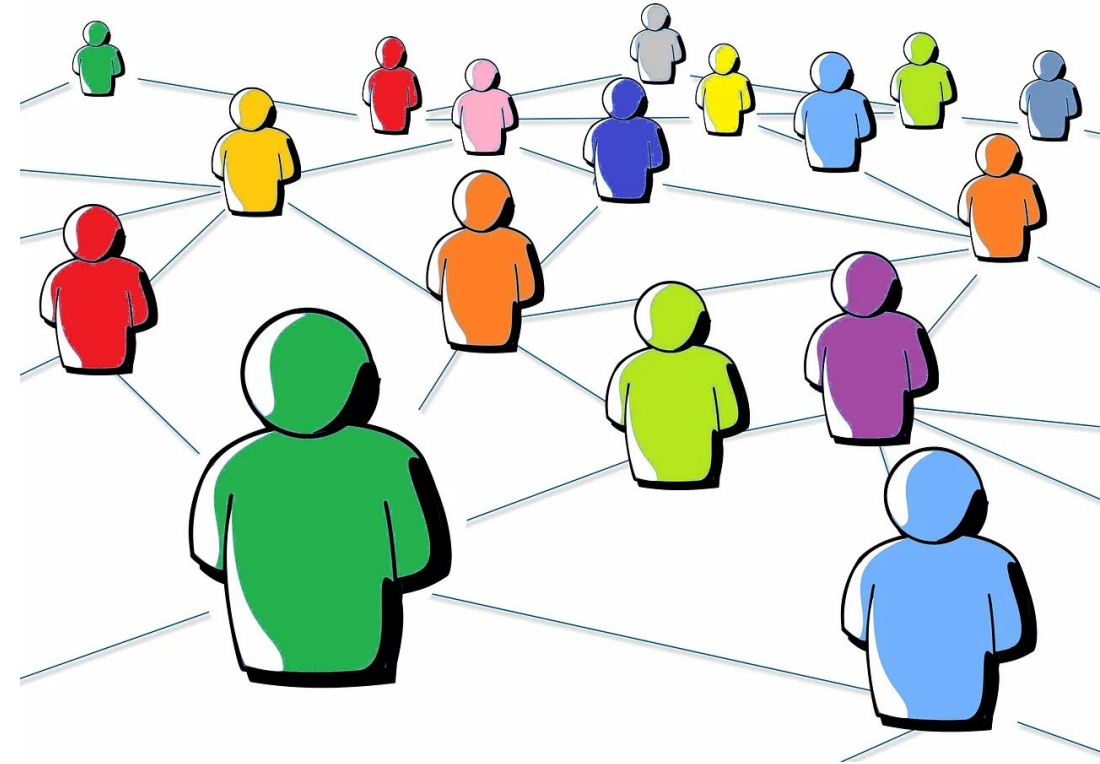
Asukkailla, ammattilaisilla ja järjestötoimijoilla on tietoa mielen hyvinvoinnista sekä päihteiden ja väkivallan haitoista

5. Koulutus:

Ammattilaisten osaaminen mielen hyvinvoinnin, ehkäisevän päihdetyön ja väkivallan teemoista vahvistuu

Missä mennään 2026?

- Verkosto jatkaa toimintaansa ja toteuttaa toimintasuunnitelman mukaisia toimia
- Hyviä käytäntöjä ja vaikuttavia toimintamalleja pilotoitu, nyt alkaa jalkauttaminen, levittäminen ja juurruttaminen.
- Uusien toimintamallien käyttöönotto
- Yhteisen tietoperustan valmistelu
- Yhteisen koulutusmallin luominen
- Kaikki kunnat toteuttavat mielenterveyden edistämisen arvioinnin keväällä 2026 ja valitsevat kehittämiskohteet ([Mielenterveyden edistämisen arviointilomake auttaa tilannekuvan luomisessa kunnissa](#))



Mitä koordinoitu mielen hyvinvoinnin edistäminen vaatii?

- **Yhteiset keskustelut ja yhteinen ymmärrys perusta kaikelle**
 - Ymmärrettävä toiminnan luonne ja monialaisuus sekä eri toimijoiden roolit mielen hyvinvoinnin edistäjinä.
 - Sitoutuminen välttämätöntä hallinnollisella ja käytännön tasolla.
- **Johtamista, resursointia ja puolesta puhumista tarvitaan**
 - Toimintaa täytyy perustella ja tehdä näkyväksi; luotu rakenne auttaa tässä.
 - Strategisessa johtamisessa kehitettävää; mm. suunnitelmien, ja kertomusten hyödyntämisessä parannettavaa.
 - Arvioinnissa haasteita (esim. osallisuuden arviointi, datan puute, MIVA).

Et puhutaan nyt vaik nuorisotyöstä tai sivistyspalveluista tai kirjasto-, kulttuuripalveluista, niin tietyl taval kaikis palveluis, mitä me tuotetaan, niin tavoitteena on kuitenkin hyvinvoivat kuntalaiset.



Kyvykkyys tarkoittaa yksilöiden, organisaatioiden ja järjestelmien valmiuksia ja potentiaalia toteuttaa tarkoituksenmukaisesti väestölähtöistä mielen hyvinvoinnin edistämistä.

Mitä koordinoitu mielen hyvinvoinnin edistäminen vaatii?

- **Toiminta arvolähtöistä**
 - Keskeisiä arvoja: saavutettavuus, yhdenvertaisuus, vuorovaikutuksellisuus, osallisuus, yhteisöllisyys, vaikuttamismahdollisuuksien luominen, yhteissuunnittelu.
 - Varmistettava, että toiminta on arvojen suuntaista.
- **Toimintamallit ja yhteisölliset tapahtumat**
 - Hyvä mieli urheilussa, Mielen terveys voimaksi, Arkeen voimaa, Kiva koulu jne.
- **Yhteistyö ja kumppanuudet välttämättömiä**
 - Toimintaa ei voi toteuttaa siiloissa; kumppanuudet ja verkostoituminen eri sidosryhmien kanssa välttämättömiä.
 - Yhteistyötä tehdään eri sektoreiden, yhdistysten ja urheiluseurojen kanssa. Lisäksi yhteistyötä tehdään ylikunnallisesti ja hyvinvointialueen kanssa mm. erilaisten työryhmien muodossa.

Et se mitä me yksin pystytään tehdä on tosi paljon vähemmän, kun se, et jos me päästään niitten kynnyksen yli ja voidaan luoda sitä yhteistyötä, sitä synergiaa, niin sieltä nouseekin tosi paljon sitä potentiaaliä mitä me voidaan käyttää.

”Ilman hyvinvoivia ja terveitä asukkaita ei kunta tai maakunta voi hyvin. Pitkäjänteinen mielenterveyden edistäminen edellyttää päämäärätietoista, tavoitteellista, vaikuttaviin interventioihin ja tutkittuun tietoon perustuvaa sekä riittävän hyvin resursoitua työtä. Tieto asukkaiden hyvinvoinnista ja mielenterveydestä sekä palvelujärjestelmän kyvystä vastata hyvinvointihaasteisiin toimii organisaation strategiatyön pohjana.”

Mielenterveysstrategia

Linkkejä

- [Building comprehensive mental health promotion in municipal settings: International Journal of Health Promotion and Education: Vol 0, No 0](#)
- [Mielenterveyden edistämisen kyvykkyys kunnissa: tapaustutkimus hyvinvointialueelta](#)
- [Key components of successful intersectoral collaboration in mental health promotion | Journal of Public Mental Health | Emerald Publishing](#)
- [KUNTIEN JA HYVINVOINTIALUEIDEN YHDYSPINNAT – palveluita yhteistyössä kansalaisten parhaaksi - Kaks.fi](#)
- [Asukkaiden mielen hyvinvoinnin vahvistaminen kunnissa ja hyvinvointialueilla](#)
- [Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen palvelut | Varha](#)
- https://www.instagram.com/varha_hyte
- [Varha - hyvinvoinnin edistäminen | Facebook](#)

Kiitos!

Jenni.tahkavuori@varha.fi