

Arvio toimintamallista: Hyvinvointia kioskista – avoin hyvinvoinnin arviointi-, ohjaus- ja tukipalvelu

Hyvinvointikioski tarjoaa työttömille ohjausta, neuvontaa ja tukea terveyden edistämiseen ja sairauksien ennaltaehkäisyyn ilman ajanvarausta. Kioski voi olla aina samassa paikassa, pop up -kioski tai se voi jalkautua muiden palvelujen tiloihin.

Malli on arvioitu¹ osana Sosiaalisen osallisuuden edistämishanke Sokran ja ESR TL5 -hankkeiden Osallisuuden palaset -kehittämistyötä.

Kehittäjä

Hyvinvointikioski työ- ja toimintakyvyn vahvistajana, Jyväskylän Ammattikorkeakoulu Oy, Jyväskylän kaupunki, Jyvässeudun työllistämisyhdistys-JST ry, 1.9.2016 – 31.12.2018.

Kehittäjän yhteyshenkilöt: Essi Heimovaara-Kotonen, Jyväskylän ammattikorkeakoulu Oy, essi.heimovaara-kotonen@jamk.fi ja Outi Teittinen, outi.teittinen@ely-keskus.fi

Samankaltaista toimintaa on kehitetty myös

- [Hyvinvointiankkuri. Varkaus. Vakiintunut toiminta \(varkaus.fi\)](#)

Suomessa toiminta on vakiintunut muun muassa Hyvinvointiankkurissa Varkaudessa, jossa tarjotaan samasta kioskista ehkäisevän päihdetyön, ravitsemuksen, liikunnan, pelaamisen, seksuaali- ja lisääntymisterveyden, sairauksien ehkäisyn ja pitkäaikaissairauksien tuen palveluita sekä tehdään terveys- ja hyvinvointimittauksia ja annetaan rokotteita.

- [Kuopion kaupungin Hyvän mielen kioski \(Innokylä.fi\)](#)

Kuopion kaupungin Hyvän mielen kioski tarjoaa virtuaalisesti hyvinvoinnin edistämisen palveluja. Koronaepidemian aikana asukkaiden hyvinvointi on koetuksella. Palveluja on suljettu, liikkuminen ja sosiaalinen kanssakäyminen ovat vähentyneet kaikilla, mutta

¹ Malli on arvioitu Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksessa kehitettyjen osallisuuden osa-alueiden ja lupaavan käytännön kriteerien näkökulmista Sokran toimesta hankkeen dokumentaatiota hyödyntäen.



Kestävää kasvua ja työtä -ohjelma

Vipuvoimaa
EU:lta
2014–2020



erityisesti yli 70-vuotiailla. Positiivisen mielialan ylläpitämisen tarve on korostunut. Kuopiossa on koottu olemassa olevia hyvinvoinnin edistämisen virtuaalisia palveluja ja poikkeusaikana erityistarpeisiin luotuja uusia virtuaalisia palveluja uudelle www.kuopio.fi/hyvanmielenkioski -sivustolle. Sivulle on koottu kulttuuria, liikuntaa, elämäntapamuutosten tukea, auttavia puhelinnumeroita ym. asukkaiden hyvinvointia vahvistavia tietoja ja linkkejä. Kulttuuri- ja liikuntapalveluja on koottu sillä ajatuksella, että asukkaat voivat itsenäisesti saada linkeistä apua hyvinvoinnin ylläpitoon, tai omaiset tai esim. palvelutalojen ja muiden hoitolaitosten henkilökunta voivat välittää videoiden avulla asukkailleen hyvinvointipalveluja.

- [Terve Kuopio -kioski \(Kuopio.fi\)](#)

Terve Kuopio -kioski edistää hyvinvointia, terveyttä ja toimintakykyä asiakaslähtöisesti. Kioskilla tarjotaan maksutonta neuvontaa ja ohjausta ilman ajanvarausta liittyen liikuntaan, ravitsemukseen, elintapoihin, itsehoitoon, hoidon tarpeen arviointiin ja sähköisen asioinnin käyttöön terveyspalveluissa. Terve Kuopio -kioskilla työskentelee monialaisia sosiaali- ja terveydenhuollon asiantuntijoita. Kioski toimii Kuopion keskustan kauppakeskuksessa ja Nilsiään hyvinvointitorilla. Kioski järjestää teemapäiviä eri alojen asiantuntijoiden ja kumppanuustoimijoiden kanssa, ajoittain myös muissa kuin vakiotoimipisteissä.

- [Hyvinvoinnin tilat -hanke \(Hyvinvoinnintilat.fi\)](#)

Hyvinvoinnin tilat -ESR-hankkeessa kehitettiin Terveyskioski asuinalueen asiakasraatien toiveesta. Mukana toteuttamassa olivat terveysalan sairaanhoitaja- ja terveydenhoitajaopiskelija. Toiminta on juurtunut osaksi opiskelijoiden ammatillista harjoittelua ja opintoja. Terveyskioskitoimintaa voi järjestää säännöllisesti samassa paikassa viikoittain samaan aikaan. Toimintaa voi myös järjestää pop up -tyylisesti liikkuvana toimintana sinne, missä ihmiset ovat. Terveyskioskia voi järjestää paikallisten toimijoiden tiloissa Me-talolla, apteekeissa, kauppakäytävillä tai toreilla. Säännöllisesti terveyskioskitoiminnassa käyvistä voi tarvittaessa koota ryhmän, jotka jatkavat tapaamisia esimerkiksi elämäntapamuutosten aikaansaamiseksi. Ryhmä voi päättää itse mitä sisältöjä tapaamisiin valitaan. Ryhmää voi vetää sairaanhoitajaopiskelijat tai terveydenhoitajaopiskelijat. Terveyskioskitoiminnan yhteyteen voi järjestää erilaisia infoja tai luentoja hyvinvoinnista ja terveydestä.

Mallin kuvaus

Hyvinvointikioskillla tehdään lähinnä yksilötyötä, jonka lisänä ovat erilaiset kioskin palvelut mm. ryhmätoiminta.



Kestävää kasvua ja työtä -ohjelma

Vipuvoimaa
EU:lta
2014–2020



Hyvinvointikioskia voidaan toteuttaa esimerkiksi seuraavilla tavoilla: sovitut kioskiajat järjestötiloissa työllistämisyhdistyksen tiloissa, jalkautuva toiminta työpajoilla ja pop up -kioskitoiminta tapahtumissa. Hyvinvointikioski voi toimia esimerkiksi parina päivänä viikossa kansalaistoimintakeskuksessa tai kioski voi kiertää sovitusti eri yhteistyötoimijoiden tiloissa, kuten seurakunnan kahvilassa, Ohjaamossa, kirjastoissa ja kuntouttavan työtoiminnan ryhmissä. Kioskilla voidaan tehdä terveystmittauksia tai kioskille tulevat asiakkaat voivat keskustella sairaanhoitajan ja toimintaterapeutin kanssa hyvinvointiinsa liittyen.

Jalkautuvana palveluna työntekijä tuo tarvittavat välineet sinne missä asiakkaat ovat. Hän arvioi asiakkaan hyvinvointia yhdessä asiakkaan kanssa ja ohjaa asiakasta tarvittaviin palveluihin ja kannustaa häntä omaehtoisesti edistämään hyvinvointiaan.

Hyvinvointikioskilta ohjataan Hyvinvointikioskin rinnalla toteutettavaan ryhmätoimintaan, jonka sisällöt liittyvät terveellisen ruoan valmistukseen ja tuettuun elämäntapamuutokseen. Muita ryhmätoimintoja ovat esimerkiksi unkurssi ja *mindfulness*.

Kasvokkaisen toiminnan rinnalla ihmisiä tuetaan ja innostetaan digitaalisten sovellusten ja terveyshyötypelien käyttöön. Terveystyypelit edistävät hyvinvointia ja kannustavat liikkumaan ja ulkoilemaan. Digipalveluihin kuuluu laitaneuvontaa, etäohjausta ja pelipajoja, joissa liikunnallisia sovelluksia ja pelejä esitellään ja testataan.

Hyvinvointikioskilla toteutetaan teemapäiviä. Teemoja ovat olleet esimerkiksi suun terveys, diabetes, ravitsemus ja aikuissosiaalityö. Kioskilla on järjestetty yhteistyökumppaneiden kanssa myös tapahtumia, kuten liikunnallinen hyvinvointi -päivä, Hygge-päivä ja Digiliikuttavan hyvä -päivä, jossa oli mahdollisuus tutustua hyvinvointisovelluksiin. Teema -ja tapahtumapäivien tavoitteena on kannustaa osallistujia huolehtimaan omasta terveydestään ja hyvinvoinnistaan. Osassa tapahtumista on ollut mahdollista saada myös mitattua tietoa omasta fyysisestä kunnostaan esimerkiksi erilaisten testien ja polkupyöräergometrin avulla.

Hyvinvointikioski-hankeessa oli esimerkiksi seuraavia palveluita:

- Terveystmittaukset (verensokeri, kolesteroli ja verenpaine), riskitestit mm. Audit (alkoholin käyttö) sekä terveys- ja hyvinvointikartoitukset sekä kuntotestit
- Ohjaus, neuvonta ja yksilöllinen tuki elämäntapamuutoksiin liittyvissä asioissa: ravitsemus ja painonhallinta, liikunta ja arkiaktiivisuus
- Elämän tasapaino, mielekäs arki, uni ja palautuminen
- Palveluohjaus sekä ryhmä- ja yksilöohjaus



Kestävää kasvua ja työtä -ohjelma

Vipuvoimaa
EU:lta
2014–2020



- Verkkovalmennukset, hyvinvointisovellukset ja pelit, sekä etävalmennukset: Movendos Oy:n mCoach-palvelua ja JAMKin tekstiviestipohjaista eKoutsi -palvelua hyödyntäen.
- Teemapäivät
- Digineuvonta, laitteiden ja sähköisten palveluiden opastus kioskillä

Hyvinvointikioskin toiminta edellyttää terveydenhuollon työntekijän palkkaamista. Tiloiksi sopivat muiden toimijoiden tilat. Kustannukset riippuvat siitä, millaisia toimintoja ja mittauksia kioskillä halutaan tarjota ja millaisia välineitä niihin tarvitaan. Tapahtumat, ryhmät ja muu toiminta riippuvat asiakastarpeesta, toiminnan laadusta ja kumppaneista, siitä, mitä osaamista, tiloja ja välineitä saadaan käyttöön.

Kohderyhmä ja asiakasymmärrys

Hyvinvointikioski-hankkeen toiminta oli kohdennettu työelämän ulkopuolella oleville työttömille. Pitkään työelämän ulkopuolella olleiden työ- ja toimintakyky saattaa olla työelämässä olevia heikompi. Omasta hyvinvoinnista huolehtiminen ja myönteisyys omaa fyysistä, henkistä ja sosiaalista terveyttä kohtaan on tärkeää työ- ja toimintakyvyn vahvistamiseksi. Kun hyvinvointityö viedään sinne, missä ihmiset jo muutoinkin ovat (esim. kuntouttava työtoiminta ja työttömien yhdistysten toiminta), voidaan heitä motivoida huolehtimaan itsestään. Motivointia voidaan jatkaa esimerkiksi erilaisissa ryhmissä tai digitaalisten sovellusten avulla.

Mallin arviointi

Osallisuuden toteutuminen mallissa

Hyvinvointikioskin toimintaan on helppo osallistua, koska kioski viedään potentiaalisten asiakkaiden luokse, esimerkiksi kirjastoon tai työttömien yhdistyksen tiloihin.

Hyvinvointikioski tukee ihmistä hänen voimavarojaan vahvistaen. Ihminen ohjataan hänen tarpeidensa mukaisiin palveluihin.

Hankkeessa jalkautuva hyvinvointikioskitoiminta vahvasti erityisesti heikossa asemassa olevien osallisuutta. Kioski vietiin kuntouttavaan työtoimintaan, korvaushoidon ryhmiin sekä ruokapankkeihin. Ihmiset saivat osallistua kioskin toimintaan osana muuta toimintaa. Vain neljännes hyvinvointikioskin toimintaan osallistuneista kertoi hakeutuneensa tai aikovansa hakeutua muihin sote-palveluihin.



Kestävää kasvua ja työtä -ohjelma

Vipuvoimaa
EU:lta
2014–2020



Erityisesti toiminta tavoitti keski-ikäiset miehet, joiden fyysinen kunto oli mittauksissa huolestuttavan huono. Ihmisten tavoittaminen ja hyvinvoinnin tilan kartoittaminen mahdollisti heidän tukemisensa ja motivoi heitä huolehtimaan omasta hyvinvoinnistaan.

Kioskin toteuttama ryhmätoiminta luo mahdollisuuden sosiaaliseen kanssakäymiseen muiden ihmisten kanssa. Esimerkiksi ruokakurssilla yhdessä syöminen on vahvistanut osallistujien osallisuuden tunnetta. Kurssilla ja yhteisessä ruokailussa on myös mahdollisuus irrottautua hetkeksi arjesta.

Hyvinvointikioskin kehittämiseen osallistuivat sen asiakkaiden lisäksi kokemusasiantuntijat, sidosryhmät ja yhteistyökumppanit. Hankkeen ohjausryhmässä oli kokemusasiantuntijoita mukana. Kokemusasiantuntijoiden osallistuminen ohjausryhmän toimintaan edisti heidän ja ammattilaisten osallistumista kioskin kehittämistyöhön uudenaikaisissa rooleissa.

Toimintamalli lupaavana käytäntönä

Toiminnalle on ilmennyt tarve hankkeen suunnittelu- ja toteutusvaiheessa. Toiminnan kehittämisessä on hyödynnetty aiempia samankaltaisia kehittämishankkeita ja toimintaa, muun muassa terveys- ja hyvinvointikioskitoimintaa sekä palvelutoriajattelua.

Terveys- ja hyvinvointikioskeja sekä palvelutoreja on kehitetty Suomessa jo yli 10 vuotta. Mallia on otettu Sitran tuella Yhdysvalloista (lisää aiheesta hankkeen loppuraportissa Hyvinvointikioski työ- ja toimintakyvyn vahvistajana. Kokemuksia matalan kynnyksen hyvinvointia ja terveyttä edistävästä toiminnasta, [loppuraportti \(Theseus.fi\), sivut 85–86](#). Aluksi kehitettiin terveystioskeja, joissa keskityttiin ensisijaisesti terveystalvöiden saatavuuden vahvistamiseen, sairaanhoidollisiin toimenpiteisiin ja ennaltaehkäisyyn. Näissä ammattiryhmänä ovat terveydenhuollon edustajat. Myöhemmin on kehitetty myös hyvinvointikioskeja, joissa palveluvalikoima ja ammattiryhmät ovat laajentuneet. Painopiste on siirtynyt ennaltaehkäisyyn, ohjaukseen, neuvontaan ja laajaan hyvinvoinnin tukeen. Hyvinvointikioski-hankkeessa sairaanhoitajan lisäksi kioskillä työskenteli toimintaterapeutti. Sosiaali- ja terveydenhuollon uudistuksen myötä on kehitetty myös yhden luukun periaatteella toimivia palvelutoreja, jossa palvelujen kirjo on laaja ja toiminta toteutuu monen eri toimijan yhteistyönä, taustalla laaja hyvinvoinnin käsite ja asiakaslähtöisyys. Palvelutoritoimintaan liittyy usein myös kohtaamispaikkatoiminta, mikä vahvistaa yhteisöllisyyttä. Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen työstä on toimintaa laajennettu myös järjestöyhteistyöhön sekä Kelan ja työllisyyspalveluiden puolelle. Osallisuushankkeissa palvelutoriajattelua kuvaa muun muassa Kototorimalli. (Lisätään myöhemmin linkki.)



Kestävää kasvua ja työtä -ohjelma

Vipuvoimaa
EU:lta
2014–2020



Toiminnalle on kysyntää. On tärkeää, että myös työttömille tarjotaan hyvinvointia ja terveyttä edistävää ja arvioivaa palvelua – ei vain työssä käyville. Toimintaa kohtaan on ollut ulkopuolista mielenkiintoa, joskin samaan aikaan kioskiajattelua on kehitetty myös muualla ja muissa toimintaympäristöissä, kuten ikäihmisten palveluissa.

Toiminta edustaa uudenlaista toimintaa paikkakunnalla ja yleisestikin. Innovatiivista on viedä palveluita sinne missä ihmiset muutoinkin ovat. Tässä toiminnassa kohderyhmänä on erityisesti heikommassa sosiaalisessa asemassa olevat ja kioskin toiminta on liitetty esimerkiksi leipäjonoihin ja kuntouttavaan työtoimintaan. Myös digitaalisia palveluja tehtiin saavutettavaksi ihmisille, joilla ei muutoin olisi ollut mahdollisuutta tarvittaviin välineisiin.

Toiminnan vaikuttavuutta arvioitiin toiminnan aikana. Palautetta kerättiin osallistujilta ja sidosryhmiltä, ja tietoa asiakasryhmästä kertyi myös hyvinvointimittausten yhteydessä. Toiminta ei sellaisenaan jatkunut hankkeen jälkeen Keski-Suomessa, mutta muualla vastaavaa toimintaa on kehitetty ja toiminta on juurtunut kuntien omaksi toiminnaksi.

Toiminnalla on hyvät edellytykset tulla osaksi sote-peruspalveluita ja järjestöyhteistyön yhdyspinnalle.



Kestävää kasvua ja työtä -ohjelma

Vipuvoimaa
EU:lta
2014–2020

