



ELINTAPOHJAUKSEN TARKISTUSLISTA

– työkalu elintapaohjauksen yhdyspintapalvelujen suunnitteluun ja valmisteluun

Kansanterveyden neuvottelukunta, Rakenteet ja menetelmät -jaosto/ Elintapaohjauksen työryhmä



29.6.2022

Elintapaohjauksen tarkistuslista

– työkalu elintapaohjauksen yhdyspintapalvelujen suunnitteluun ja valmisteluun

Elintapaohjauksen ja palveluketjun määrittelyä

Elintapaohjauksen tavoitteena on tukea yksilöä tai ryhmää tekemään terveyttä ja hyvinvointia edistäviä pysyviä elintapamuutoksia. Yksilöllä tarkoitetaan tässä yhteydessä myös asiakasta tai potilasta. Elintapaohjauksessa voi olla monia sisältöjä, kuten liikkuminen, ravitsemus, uniterveys, savuttomuus/nikotiinittomuus, päihteiden käytön ja riippuvuuksien ehkäisy ja vähentäminen ja kulttuurin hyödyntäminen (kulttuurihyvinvointi.) Elintapaohjaus voidaan toteuttaa yksilölle tai ryhmälle, mutta tavoitteena silti on yksilöllinen ohjaus. Lisäksi voidaan hyödyntää sähköisiä itse- ja omahoito-palveluita. (Lähde: https://www.epshp.fi/files/11467/VESOTE-loppuraportti_EPSHP.pdf)

Elintapojen muutokseen tukemisessa on keskeistä tunnistaa elintapamuutosta tarvitseva henkilö, ottaa elintavat puheeksi, motivoida muutokseen, tukea muutoksessa ja ohjata tarvittaviin palveluihin. Elintapaohjaus on aina asiakaslähtöistä ja se voi olla kertaluonteinen keskustelu tai vaihteittain etenevä, tavoitteellinen ja ammattilaisen tukema prosessi. Tällöin myös seurataan ja arvioidaan ohjauksen vaikuttavuutta. Lisäksi yksilö saa tarvittaessa tukea muutokseen tietyn elintavan ammattilaisen, kuten ravitsemusterapeutin, fysioterapeutin, tupakkavieroituksen erikoistuneen hoitajan tai mielenterveys- ja päihdetyöhön erikoistuneen hoitajan toimesta. Elintapaohjauksessa kannattaa hyödyntää myös kokemusasiantuntijoita ja vertaistoimintaa.

Eri elintapojen ohjaamisen tueksi on olemassa valtakunnallisia suosituksia, kuten Terveydenhuollon palveluvalikoimaneuvosto PALKOn suositukset, Käypä hoito –suositukset (esimerkiksi lihavuus, sydän- ja verisuonitaudit, alkoholiongelmien hoito), Liikuntaneuvonnan valtakunnalliset suositukset ja Ravitsemus- ja ruokasuositukset.

Elintapaohjauksen prosessin olisi hyvä sisältää seuraavia vaiheita:

1. Lähtötilanteen kartoitus: puheeksi otto, yksilön tarvitseman tuen selvittäminen, elämäntilanteen ja elintapojen kartoitus sekä terveystarkastus, muu-

tostarpeista keskusteleminen, muutosta tukevien motiivien tunnistaminen, toimintatapana motivoiva keskustelu.

2. Tiedonvaihto/riskeistä informoiminen: tarjotaan tietoa elintapojen vaikutuksista terveyteen.
3. Yksilöllisen tavoitteen asettaminen yhdessä yksilön kanssa: Tavoitteen tulee olla yksilöllinen, henkilön omaan lähtötilanteeseen suhteutettu, realistinen, selkeästi määritelty, mitattavissa ja aikaan sidottu.
4. Suunnitelman laatiminen: suunnitelmaan kirjataan yksilön kanssa yhdessä laadittu tavoite, aikataulu, keinot ja seurantasuunnitelma.
5. Seuranta: säännöllisiä seurantakontakteja järjestetään yksilöllisen tarpeen mukaan, alussa seuranta on tiiviimpää ja harvenee loppua kohden.
6. Palaute: palautetta annetaan säännöllisesti palautetta suhteessa tavoitteisiin. Palautteen keskeinen tavoite on minäpystyvyyden vahvistaminen.

Palveluketju

Palveluketjulla tarkoitetaan tässä yhteydessä tietyille yksilölle tai ryhmälle etukäteen määriteltyä perättäin ja osin yhtäaikaisesti toteutuvien palvelujen saamattomaa prosessia, jonka tavoitteena on saavuttaa toivottu elintapojen muutos. Yksilö osallistuu oman, yksilöllisen palveluketjunsu suunnitteluun ja palvelujen valintaan, ja hän saa siihen tarvitsemansa tuen.

Hyvinvointialueella on vastuu elintapaohjauksen kokonaiskoordinaatiosta. Elintapaohjauksen palveluketjun määrittelyssä kuvataan toimijoiden työnjako ja vastuut. Hyvinvointialueella on vastuu sosiaali- ja terveydenhuollon palvelujen yhteensovittamisesta kokonaisuuksiksi. Sen on huolehdittava laaja-alaisia palveluja tarvitsevien asiakasryhmien/ asiakkaiden tunnistamisesta, sosiaali- ja terveydenhuollon palveluketjujen ja palvelukokonaisuuksien määrittelemisestä sekä palvelujen yhteensovittamisesta hyvinvointialueen muiden palvelujen kanssa. Hyvinvointialueen tulee myös mahdollistaa asiakastiedon hyödyntäminen eri tuottajien välillä.

Hyvinvointialueiden tulee sopia yhteistyöstä, työnjaosta ja palvelujen yhteensovittamisesta mikäli sosiaali- ja terveyspalveluja kootaan suurempiin kokonaisuuksiin. Lisäksi hyvinvointialueen on osaltaan yhteen sovitettava sosiaali- ja terveydenhuollon palvelujaan kunnallisten ja valtion palvelujen kanssa.

Laki sosiaali- ja terveydenhuollon järjestämisestä (6§ ja 7§) linjaa, että hyvinvointialueen on toimittava hyvinvoinnin ja terveyden edistämässä yhteistyössä alueensa kuntien kanssa ja tuettava niitä asian- tuntemuksellaan. Vastaavasti kuntien tulee tukea asiantuntijuudellaan hyvinvointialuetta. Lisäksi hyvinvointialueen on tehtävä hyvinvoinnin ja terveyden edistämässä yhteistyötä hyvinvointialueen alueella muiden julkisten toimijoiden, yksityisten yritysten ja yleishyödyllisten yhteisöjen kanssa. Eheidän palveluketjujen lisäksi yhteistyötä tarvitaan kunnan ja hyvinvointialueiden hyvinvointikertomuksen ja -suunnitelman luomisessa ja sen huomioimisessa hyvinvointialueen ja kunnan strategiaa laadittaessa. Elintapaohjauksen toteutus on hyvä sisällyttää alueellisiin neuvotteluihin ja sen toteutusta on tarpeen seurata myös neuvottelujen välillä.

Elintapaohjauksen vaikuttavuuden lisääminen edellyttää hyvinvointialueiden elintapaohjauksen kytkeytymistä kuntien tuottamiin palveluihin sekä yritysten, järjestöjen ja yhdistysten toimintaan. Kuntien elintapaohjaus tapahtuu pääosin varhaiskasvatuksessa, koulutuspalveluissa, nuorisotyössä, liikunta- ja kulttuuripalveluissa ja muissa kuntien kansalaistoimintaa koskevissa palveluissa sekä viestinnässä.

Kuntien hyvä arki/elintapaohjaus painottuu ennaltaehkäisevästi suojaavien tekijöiden vahvistamiseen. Järjestöt ja yhdistykset toimivat matalalla kynnyksellä ja ovat lähellä ihmisten arkea. Järjestöjen ja yhdistysten vahvuus on paikallistuntemus. Yritysten elintapaohjaus kohdentuu erityisesti henkilöstön työhyvinvointiin ja osittain yksilöille suunnattuun toimintaan ja viestintään.

Kuntien, järjestöjen, yhdistysten sekä yritysten toimintaa voidaan tukea koulutusten ja elintapaohjausta edistävien materiaalien kautta sekä viestinnän ja muun yhteistyön avulla. Koulutusten ja materiaalien tuottaminen tulee koordinoida kuntien ja hyvinvointialueen yhteissuunnittelun kautta. Laadukkaana elintapaohjauksen palveluketjun edellytys on, että hyvinvointialueiden ja kuntien on resursoitava riittävästi elintapaohjauksen osaamiseen ja henkilöstöön.

Terveydenhuollon palveluvalikoimaneuvoston suositukset

Terveydenhuollon palveluvalikoimaneuvosto PALKOn **suositus elintapamuutosta tukevista tekijöistä elintapaohjauksen ja omahoidon tuen menetelmissä epäterveellisen ravitsemuksen ja vähäisen liikunnan aiheuttaman sairastumisriskin pienentämiseksi** (STM 2020) edellyttää, että ”julkisessa terveydenhuollossa tulee tarjota potilaille vaikuttavia elintapaohjauksen ja omahoidon tuen menetelmiä, joilla pyritään estämään elintavoista johtuva sairastuminen tilanteessa, jossa henkilön riski sairastua on jo merkittävästi kohonnut.”

PALKOn suosituksessa todetaan, että ”elintapaohjauksessa ja terveyden edistämässä terveydenhuollon rinnalla tärkeä rooli on myös muilla julkisilla toimijoilla, kuten kuntien liikuntatoimella tai järjestetyllä ruokailulla esim. kouluissa ja työpaikoilla. Eri toimijoiden välille, niin terveydenhuollon sisällä kuin sen ulkopuolella, on luotava yhteys, jotta potilas saa tarvitsemansa riittävän tuen ja mahdollisuudet elintapojensa muuttamiseen.”

PALKOn mukaan ohjauksen palveluketju sisältää moniammatillista erityisosaamista ja palveluja, kuten ravitsemusterapia-, tupakasta vieroitus- ja mielenterveyspalvelut, sekä moniammatillista yhteistyötä eri toimijoiden välillä. Pysyvä positiivinen muutos vaatii motivaation, tietojen ja taitojen lisäksi elintapojen muutosta tukevan ympäristön ja mahdollisuutta tehdä terveitä elintapoja tukevia valintoja.

PALKO on laatinut myös **suosituksen elintapamuutosta tukevista tekijöistä elintapaohjauksen ja omahoidon tuen menetelmissä tupakoinnin aiheuttaman sairastumisriskin pienentämiseksi** (STM 2020). Suositus koskee potilaita, jotka tupakoivat eivätkä omasta halustaan huolimatta ole pystyneet lopettamaan tupakointia ilman ulkopuolista tukea. Suositus on kohdennettu terveydenhuollon järjestämisvastuussa oleville tahoille ja palvelujen tuottajille potilaiden tupakoinnin lopettamisen tueksi.

PALKO katsoo, että tupakoinnin lopettamisessa on todettu vaikuttaviksi seuraavat elintapaohjauksen ja omahoidon tuen menetelmät: tupakoinnin puheeksi otto, lyhytneuvonta (mini-interventio) pohjautuen 5-A-toimintamalliin ja motivoiva keskustelu ja, että nämä menetelmät kuuluvat terveydenhuollon palveluvalikoimaan. Kaikille vaikuttaville menetelmille on yhteistä se, että ne sisältävät seuraavat viisi osatekijää: potilaan informoiminen, tavoitteenasettelu, suunnitelman tekeminen, seuranta ja palautteen antaminen.

PALKO katsoo lisäksi, että elintapaohjauksen ja omahoidon tuen menetelmien vaikuttavuuden saavuttamiseksi on varmistettava:

- että menetelmä sisältää ym. viisi osatekijää
- yhteistyö eri toimijoiden välillä
- hoidon yksilöllisyys ja räätälöiminen potilaan tarpeisiin
- potilaan tilanteeseen sopiva tuen toteuttamistapa
- menetelmien käytön osaaminen
- että erityisryhmille käytetään ensisijaisesti menetelmiä, joiden kohdentamisesta heille löytyy vaikuttavuusnäyttöä.

Lisätietoa:

PALKOn suositus liittyen epäterveellisen ravitsemuksen ja vähäisen liikkumisen aiheuttaman sairastumisriskin pienentämiseen suositukseen:

https://palveluvalikoima.fi/documents/1237350/38358699/Ep%C3%A4terveellinen+ravitsemus+ja+v%C3%A4h%C3%A4inen+liikunta_suositus_hyv%C3%A4ksytyy.pdf/6c4b3ad6-f2f4-7275-d574-bfde0beff40f/Ep%C3%A4terveellinen+ravitsemus+ja+v%C3%A4h%C3%A4inen+liikunta_suositus_hyv%C3%A4ksytyy.pdf?t=1602417276646

PALKOn suositus liittyen tupakasta vieroitukseen osana elintapaohjausta:

https://palveluvalikoima.fi/documents/1237350/25261984/Tupakointi_Elintapaohjaus_SUOSITUS_final.pdf/df74362b-34fc-ad01-0723-818904d7b433/Tupakointi_Elintapaohjaus_SUOSITUS_final.pdf?t=1593154958792

Käypä hoito -suositukset:

<https://www.kaypahoito.fi/suosituksset>

Painopiste preventioon. Konsensuslausuma tarttumattomien tautien ehkäisystä 2017. Suomalainen lääkäriseura Duodecim ja Suomen Akatemia:

[Konsensuslausuma-2017.pdf \(duodecim.fi\)](#)

Ravitsemus ja ruokasuositukset:

<https://www.ruokavirasto.fi/teemat/terveytta-edistava-ruokavalio/kuluttaja--ja-ammattilaismateriaali/julkaisut/>

Ravitsemusterveyden edistämisen kokonaisuus on kuvattu:

<https://www.ruokavirasto.fi/teemat/terveytta-edistava-ruokavalio/ravitsemuksella-hyvinvointia/ravitsemusterveyden-edistaminen/>

Ravitsemuksella hyvinvointia sote- ja kuntatarkistuslistat (ravitsemusterveyden edistämisen kokonaisuus johtamisesta toimintaan)

<https://www.ruokavirasto.fi/teemat/terveytta-edistava-ruokavalio/ravitsemuksella-hyvinvointia/>

Liikuntaneuvonnan valtakunnalliset suositukset:

https://liikkuva aikuinen.fi/wp-content/uploads/2021/03/Liikuntaneuvonnan_suositukset_FINAL.pdf

Liikuntaneuvonta yhdyspinnoilla – ohjeistus sote-uudistuksen valmisteluun ja toimeenpanoon

https://api.hankeikkuna.fi/asiakirjat/27b7289a-592d-4fa5-9393-9347fe280685/ddf24850-b3b3-4dc6-a467-909ef44646ef/JULKAISU_20220616071802.pdf

Tulevaisuuden sote-keskus –sivuille koottuja toimintamalleja ja menetelmiä:

<https://thl.fi/fi/web/sote-uudistus/tulevaisuuden-sosiaali-ja-terveyskeskus/toimintamalleja-ja-menetelmia-tyon-tueksi>

Vaikuttavaa elintapaohjausta sosiaali- ja terveydenhuoltoon poikkihallinnollisesti -hanke:

<https://ukkinstituutti.fi/tutkimukset-ja-hankkeet/tutkimusohjelma/vesote-hanke/>

Suositus taiteen ja kulttuurin saatavuuden ja saavutettavuuden parantamiseksi sosiaali- ja terveydenhuollossa (OKM,STM 2019)

<https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/handle/10024/161228>

Elintapaohjauksen yhdyspintapalvelujen tarkistuslista

Ohjeistus: Tämä tarkistuslista on tarkoitettu hyvinvointialueiden valmistelijoille, kuten hyvinvointikoordinaattoreille avuksi elintapaohjauksen yhdyspintapalvelujen suunnitteluun ja valmisteluun. Listaan on koottu elintapaohjauksen näkökulmasta keskeisiä asioita, joiden olisi hyvä toteutua meneillään olevassa hyvinvointialueiden suunnittelussa ja niiden alkavassa toiminnassa. Listauksen taustalla on sote-uudistuk-

sen alueellisen toimeenpanon tiekartan rakenne yhdyspintapalveluista ja sen rakenne perustuu tiekartan mukaisiin tehtäviin. Listaus konkretisoi tiekartan tehtäviä elintapaohjauksen näkökulmasta. Hyvinvointialueiden valmistelussa on hyvä katsoa, miten kukin elintapaohjauksen sisältö (liikunta, ravitseminen, uniterveys, päihdeettömyys ja riippuvuudet sekä kulttuurihyvinvointi) toteutuu. Kun taulukkoa täyttää oman

alueen tilanteen mukaisesti, voi nähdä, mitkä asiat ovat jo hyvin valmistelussa ja mihin tulisi kiinnittää huomiota.

Tarkistuslista on valmisteltu Kansanterveyden neuvottelukunnan Rakenteet ja menetelmät -jaoston Elintapaohjauksen työryhmässä. Työryhmä on tehnyt valmistelussa laajaa yhteistyötä eri asiantuntijaryhmien, kuten Liikuntapolitiikan koordinaatioelimen, Valtion ravitse-

musneuvottelukunnan sekä Terveyttä ja hyvinvointia edistävä kulttuurihyvinvoinnin yhteistyöryhmä Taiku3:n kanssa.

	LIIKUNTA	RAVITSEMUS	UNITERVEYS	PÄIHTEET JA RIIPPUVUUDET	KULTTUURIHYVINVOINTI
1. HALLINTORAKENTEET JA JÄRJESTÄMINEN					
<input type="checkbox"/> Alueilla tunnistetaan, keiden tulee osallistua elintapaohjauksen yhdyspintapalvelujen valmisteluun alueiden ja kuntien yhteistyönä.	<input type="checkbox"/> Mukana ovat asiantuntijat, jotka kuuluvat liikuntaneuvonnan palveluketjuun. Alueellisesti elintapaohjauksen koordinoinnista tai elintapaohjauksesta vastaava henkilö, esim. liikuntasuunnittelija, sairaanhoitopiirin elintapaohjaaja, elintapaohjauksesta vastaava hyvinvointivalmentaja ja terveyden edistämisen koordinaattori. Kunnan liikuntapalveluissa liikuntaneuvonnasta vastaava henkilö tai liikuntaneuvoja. Yhteistyössä järjestöjen paikallisyhdistykset, yritykset, kansalais- ja työväenopistot ja Liikkujan Apteekit. Kasvavassa myös muut toimijat, kuten työterveys, sosiaalitoimi, työllisyystoimijat, perhekeskukset.	<input type="checkbox"/> Hyvinvointialueen ravitsemusasiantuntijoita (ravitsemusterapeutit ja/tai ravitsemussuunnittelijat) käytetään valmistelussa. Tunnistetaan ja hyödynnetään alueella olemassa olevia ravitsemuksen verkostoja. Tärkeä löytää ravitsemuksen ammattilaisen vastinpari myös kunnista, joissa ei ole ravitsemuksen ammattilaisia (esim. hytekoordinaattori ja/tai elintapaohjauksesta vastaava)	<input type="checkbox"/> Olisi tärkeää, että valmisteluun osallistuu alueilta mielenterveys- ja päihdepalveluiden edustus, laaja-alaisen sosiaali- ja terveyskeskuksen ammattilaiset, työterveyshuollon toimijat ja oppilashuolto.	<input type="checkbox"/> Varmistetaan, että hyvinvointialueelta valmisteluun osallistuvat seuraavat tahot: kuntien ehkäisevän päihdetyön yhdyshenkilöt, hyvinvointialueen ehkäisevän päihdetyön koordinaatiosta ja sote-palveluissa ehkäisevästä työstä vastaavat, työterveyshuollon edustajat sekä päihde- tai mielenterveysjärjestöjen edustajat, joiden palveluita on mukana palveluketjussa. Kuntien ja hyvinvointialueiden koordinaattorit kokoavat tiedot omalta alueeltaan keskeisistä kumppaneista (mm. tupakasta vieroitusyksiköt).	<input type="checkbox"/> Hyvinvointialueilta: elintapaohjauksen valmistelun vastuuhenkilö ja lisäksi hyvinvoinnin ja terveydenedistämisen vastuutaho. Kunnista: kuntien hyte-koordinaattorit, kuntien kulttuurikoordinaattorit tai kulttuurin/vapaa-ajan/sivistystyön vastaavat (huom. pienillä kunnilla ei usein ole kulttuurikoordinaattoreita).
<input type="checkbox"/> Palveluketjut ja -kokonaisuus (ml. konsultaatio- ja lähetekäytännöt) on määritelty.	<input type="checkbox"/> Liikuntaneuvonnan palveluketju sekä toimijoiden roolit on kuvattu Liikuntaneuvonnan valtakunnallisissa suosituksissa (Liikuntaneuvonnan suositukset) Palveluketjun lähetekäytännöt ovat yhdenmukaisia ja ja selkeitä. Liikuntaneuvonta yhdyspinnoilla -ohjeistus sote-uudistuksen valmisteluun ja toimeenpanoon (OKM). Ks: Liikuntaneuvonta yhdyspinnoilla	<input type="checkbox"/> Ravitsemusterveyden edistämisen palveluketjuja ja kokonaisuuksia on kuvattu, ks. ravitsemusterveyteen liittyvät palveluketjut – sisältää elintapaohjausta tukevan väestötason työn, esimerkiksi ravitsemusterveyden edistämisen kuntien sivistystoimessa ja ruokapalveluissa. Ks. malli laajasta yhdyspinta- ja toimintamallikuvauksesta ravitsemusohjaus ja ruokakasvatus: https://nykytila.fi Kuvattava miten ravitsemusohjauspalvelut ja ravitseminen ovat mukana hyvinvointialueen strategiassa (esim. palvelustrategiassa) ml väestötason kynnyksettömät palvelut.	<input type="checkbox"/> Unihäiriöiden ja kroonisen unettomuuden hoito- ja palveluketjussa on kuvattu eri ammattilaisten välinen työnjako ja roolit, sekä konsultaatio- ja lähetekäytännöt lähipalveluiden ja keskitettyjen palveluiden välillä. Unettomuuden Käypä hoito -suosituksessa on määritelty hoidon porrastusta oirekuvasta riippuen. Myös palveluvalikoimaneuvoston (PALKO) suositus unettomuuden hoidosta ohjaa palveluketjujen sisältöjä.	<input type="checkbox"/> Ammattilaisille on järjestetty mahdollisuus konsultoida päihteisiin ja riippuvuuksiin liittyvässä ohjauksessa ja neuvonnassa sote-palveluissa toimivaa päihde- ja riippuvuusasioiden asiantuntijaa (esim. päihdesairaanhoidajaa tmv., tupakasta vieroituksesta vastaavaa hoitajaa tai tupakasta vieroitusyksikköä). Mikäli ohjaus ja neuvonta eivät ole riittäviä tukimuotoja, muista palveluista sote-palveluihin tai sote-palvelujen sisällä hoitoonohjauksen prosessi on määritelty. ks. lisää thl.fi/puheeksiotto ja thl.fi/paihdehoito	<input type="checkbox"/> Kirjataan tilannekuva onko kulttuurihyvinvointipalveluihin ohjaaminen huomioitu palveluketjuissa tai palvelukokonaisuuksissa ja tavoitella, mikäli kulttuurihyvinvoinnin palveluketjuja ei vielä ole. Kirjataan lähetekäytännöt (hyvinvointilähete/ kulttuurilähete/ Kaikukortti tai muu).
<input type="checkbox"/> Palveluketju ja -kokonaisuus on määritelty ikäryhmittäin tunnistaen haavoittuvassa asemassa olevien tarpeet.	<input type="checkbox"/> Liikuntaneuvonnan tarve on terveystensä kannalta liian vähän liikkuvilla ja elintavoiltaan eniten tukea tarvitsevilla.	<input type="checkbox"/> Elintapaohjaus on kuvattu ikäryhmittäin ravitsemusterveyden edistämisen, erityisesti erikseen mainiten haavoittuvassa asemassa olevat asukasryhmät, koska heitä on kaikissa eri ikäryhmissä. Kuvaamisessa on tärkeää paneutua puutteiden havaitsemiseen ja niiden korjaamiseen palveluketjujen kohdennuksessa – on hahmotettava kokonaisuudet. Myös väliinpuotoajat mm. työikäisissä ja nuorissa on huomioitava. Tarkastelu sekä terveyden, hyvinvoinnin että yhteisöllisyyden ja tasavertaisuuden näkökulmista. Ravitsemuksen suhteen haavoittuvassa asemassa olevat: erityistä tukea-tarvitsevien ravitsemusterveys	<input type="checkbox"/> Unettomuuden hoito on kuvattu ikäryhmittäin Käypä hoito -suosituksessa, erikseen mainiten heikommassa asemassa olevat asukasryhmät, koska heitä on kaikissa eri ikäryhmissä (lapset, nuoret, raskaana olevat, ikääntyneet). Unihäiriöt ja unihaasteet liittyvät monesti muuhun tekijään, joka toimii ns. juurisyyinä, tämän vuoksi on tärkeää tunnistaa pääasiallinen unettomuuden taustasyys tai -tekijä.	<input type="checkbox"/> Palveluketjut ja -kokonaisuus on määritelty siten, että eri ikäryhmille tarjottava päihteisiin ja riippuvuuksiin liittyvä ohjaus ja neuvonta näkyvät osana elintapaohjauksen kokonaisuutta - tarvittaessa omina palveluketjuinaan. Eri viiteryhmiä tulevien asiakassegmenttien palveluketjuun ohjautumisen erilaiset väylät, liikkuminen ketjussa ja kokonaisuudessa on määritelty ja eri päihteiden ja riippuvuuksien asettamat ohjauksen ja tuen erityispiirteet on huomioitu.	<input type="checkbox"/> Keskeistä on suunnata palveluja niille, jotka eivät pääse kulttuurihyvinvointipalvelun äärelle helposti, kuten laitoksissa asuvat, henkilöt, joilla liikkumisen esteitä, taloudellisesti vaikeassa tilanteessa olevat ja syrjäytymisvaarassa olevat. Haavoittuvassa asemassa olevien osalta: tunnistetaan myös tarpeet saavutettavuuden huomioimiseen (kuten esteettömyys, avustajan tai saattajan tarve, viestintä asiakkaan omalla kielellä, palvelun tunnetuksi tekeminen asiakkaalle).

	LIIKUNTA	RAVITSEMUS	UNITERVEYS	PÄIHTEET JA RIIPPUVUUDET	KULTTUURIHYVINVOINTI
<input type="checkbox"/> Palveluketju ja -kokonaisuus on keskeisten, elintapaohjausta toteuttavien ammattiryhmien tiedossa.	<input type="checkbox"/> Palveluketju on tiedossa kunnan liikuntapalvelun henkilöstöllä ja soten osalta lääkäreillä, terveydenhoitajilla, sairaanhoitajilla ja fysioterapeuteilla. Lisäksi muilla vastaanottotyötä tekeville asiantuntijoilla, kuten työterveysammattilaiset ja työllisyyspalvelun sekä apteekkien asiantuntijat.	<input type="checkbox"/> Sisältää kuvauksen ravitsemusterveyden edistämisen tahoista ja toteuttajista - hahmotettava toiminnallinen kokonaisuus. On varmistettava, että ravitsemusterveyden edistämisen toimijoilla on tiedossa palveluketjut ja kokonaisuudet. Apuna voi käyttää verkkoaineistoa ravitsemusterveyden toimijoista: ravitsemusterveyden edistämisen toimijatahot	<input type="checkbox"/> Unihäiriöiden ja kroonisen unettomuuden hoito- ja palveluketju linkitetään osaksi elintapaohjauksen kehittämistä, sekä mielenterveys- ja päihdepalveluketjuun. Palveluketjua on aktiivisesti jalkautettava, jotta se on kaikkien ammattiryhmien (sote-keskukset, työterveyshuolto, oppilashuolto, sairaalapalvelut) tiedossa. Alueellinen unihaasteiden ja kroonisen unettomuuden hoitoprosessi selkeytyy asiakkaalle ja ammattilaiselle.	<input type="checkbox"/> Päihteisiin ja riippuvuuksiin sekä tupakasta vieroitukseen liittyvä palveluketju ja -kokonaisuus on tiedossa sosiaali- ja terveyspalveluissa ja palveluketjussa mukana olevilla kunnan toimijoilla sekä järjestökumppaneilla. Elintapaohjausta tukeva hyvinvointialueen verkosto varmistaa tiedon kulun myös hyvinvointialueen ehkäisevästä päihdetyöstä vastaava verkostolle.	<input type="checkbox"/> Kulttuurihyvinvoinnin osalta tulee määritellä, kenellä tulee olla kulttuuriin ohjaamisen osaaminen, keiden kanssa yhteistyö tehdään. Tarkista, onko kulttuuri ja kulttuurihyvinvointipalvelut kirjattu hyvinvointisuunnitelmaan, strategioihin, toimintasuunnitelmiin, palvelutarjottimelle, asiakas- ja palveluohjauksen alustalle, kuntien verkkosivuille, järjestöjen yhteistyöfoorumille tms. Minimissään ohjaus kuntien kulttuuripalveluihin.
<input type="checkbox"/> Yhdyspintapalveluihin tarvittavat yhteistyörakenteet ja vastuunjako on sovittu hyvinvointialueiden, kuntien, järjestöjen ja muiden toimijoiden kesken.	<input type="checkbox"/> Liikuntaneuvonnan palveluketju on toimijoiden yhteisesti sopima laadukas asiakaspolku. Palveluketjun toimijoilla on yhteiset tavoitteet ja rooleista on sovittu. Kukin taho tunnistaa oman roolinsa. Ks. Liikuntaneuvonnan valtakunnalliset suositukset (Liikuntaneuvonnan suositukset).	<input type="checkbox"/> Ravitsemusterveyden edistämisen koordinaatio on määritettävä alueellisesti. Sopimukset ravitsemusterveyden edistämiseksi kuvataan esim. alueellisessa ravitsemussuunnitelmassa osana hyvinvointisuunnitelmaa ja -kertomusta.	<input type="checkbox"/> Unihäiriöiden ja kroonisen unettomuuden hoito- ja palveluketjussa on kuvattu eri ammattilaisten välinen työnjako ja roolitus. Suurimmaksi osaksi unihaasteiden hoito kuuluu hyvinvointialueiden palveluihin. Hoito- ja palveluketjussa on huomioitu myös järjestöjen ja sähköisten palveluiden (esim. Omaolo, mielenterveystalo.fi) tarjoamat mahdollisuudet.	<input type="checkbox"/> Palveluketjujen ja -kokonaisuuksien tuottamisen mallissa on sovittu erikseen myös päihteisiin ja riippuvuuksiin sekä tupakasta vieroitukseen liittyvistä vastuista. Päihteisiin ja riippuvuuksiin liittyvä ohjaus ja neuvonta mainitaan oleellisissa sopimuksissa erikseen, jotta sen toteutumista voidaan arvioida.	<input type="checkbox"/> Kulttuurihyvinvointi kuuluu alueellisiin HYTE-työryhmiin. Tarkistetaan, että kulttuurihyvinvointi on rakenteissa ja vastuunjaossa mukana, kirjataan vastuut ja nimetään vastuuhenkilöt.
<input type="checkbox"/> Yhdyspintapalveluihin tarvittavat kumppanuussopimukset ja vastaavat on valmisteltu.	<input type="checkbox"/> Sopimuksessa määritellään liikuntaneuvonnan palveluketju, liikuntaneuvonnan tavoitteet ja toteutus, kohderyhmät ja toimijoiden roolit. Määritellään vastinpari hyvinvointialueen ja kunnan välillä.	<input type="checkbox"/> Tarvitaan kumppanuussopimukset, joissa kuvataan konkreettisesti mitä ravitsemusterveyden edistämisen osalta tehdään yhteistyössä järjestöjen ja muiden toimijoiden kanssa (esim. vuosikalenteri järjestöjen tarjoamista ruokakursseista). On määritettävä ravitsemusterveyteen liittyvät tavoitteet, toteutus, kohderyhmät, eri toimijoiden roolit ja vastinparit hyvinvointialueella ja kunnan eri toimijoiden (esim. järjestötoimijoiden) välillä.	<input type="checkbox"/> Uniterveyteen liittyen ei ole todennäköisesti tarvetta suorille sopimuksille, vaan uniterveyteen liittyvät asiat siirtyvät suoraan hyvinvointialueelle. Kuntiin jäävän toiminnan osuutta uniterveyteen voitaneen sopia paikallisesti osaksi hoito- ja palveluketjujen toteuttamista.	<input type="checkbox"/> Kumppanuussopimuksissa on eritelty päihteisiin ja riippuvuuksiin sekä tupakasta vieroitukseen liittyvää ohjausta ja neuvontaa antavien toimijoiden sekä mahdollisuuksien mukaan myös palveluketjuun ohjaavien tahojen vastuut palveluketjusta ja -kokonaisuudesta. Lisäksi eritellään tarvittaessa myös toteuttamiseen vaadittavat resurssit esimerkiksi silloin, kun osapuolena on järjestö.	<input type="checkbox"/> Sopimuksessa määritellään palveluketju, kulttuurihyvinvointineuvonnan tavoitteet ja toteutus, kohderyhmät, ja toimijoiden roolit. Määritellään vastinpari hyvinvointialueen ja kunnan välillä. Laaditaan kulttuurihyvinvointipalveluiden hankintamalli. Sovitaan kulttuurihyvinvointipalvelujen ostamisesta ja tuottamisesta.
<input type="checkbox"/> Yhdyspintapalveluihin liittyvä seuranta on kirjattu.	<input type="checkbox"/> Liikuntaneuvonnan palveluketju on toimijoiden yhteisesti sopima laadukas asiakaspolku. Palveluketjun toimijoilla on yhteiset tavoitteet ja rooleista on sovittu. Kukin taho tunnistaa oman roolinsa. Ks. Liikuntaneuvonnan valtakunnalliset suositukset (Liikuntaneuvonnan suositukset). Liikuntaneuvonnan edistäminen on osa elintapaohjauksen seurantajärjestelmää.	<input type="checkbox"/> Sovittava konkreettiset mittarit sovituille ravitsemusterveyden edistämisen tavoitteille ja toimenpiteille. Ravitsemusterveyden edistäminen on osa elintapaohjauksen seurantajärjestelmää.	<input type="checkbox"/> Yhdyspintapalveluiden seurannassa kannattaa huomioida esimerkiksi hoito- ja palveluketjussa toimivien ammattilaisten kokemukset, asiakaspalautte, eri osa-alueiden asiakasmäärät uniterveyteen liittyen sekä CBT-I hoitoon ohjattujen asiakasmäärät, unettomuuteen liittyvät käyntisyöt, konsultaatio- ja lähetemäärät keskitettyihin palveluihin. Kerätty tieto kirjataan rakenteisesti ja mittaritietona.	<input type="checkbox"/> Seurannan tuloksista raportoidaan vähintään vuosittain myös hyvinvointialueen ehkäisevästä päihdetyöstä vastaavalle työryhmälle. Huomioitava erityisesti palveluketjussa toimivien ammattilaisten sekä asiakkaiden kokemukset muihin palveluihin ohjaamisesta silloin, kuin pelkkä ohjaus ja neuvonta ei riitä, ja se miten/mistä asiakkaat ohjautuvat palveluketjuun.	<input type="checkbox"/> Kirjataan kulttuurihyvinvoinnin seuranta ja vastuut.

	LIIKUNTA	RAVITSEMUS	UNITERVEYS	PÄIHTEET JA RIIPPUVUUDET	KULTTUURIHYVINVOINTI
2. JOHTAMINEN JA VERKOSTOT					
<input type="checkbox"/> Alueella on vastuu elintapaohjauksen kokonaiskoordinaatiosta.	<input type="checkbox"/> Liikuntaneuvontapalvelun voi toteuttaa kunnan liikuntapalvelut tai sote. Liikuntaneuvonta on osa kokonaisvaltaista elintapaohjausta riippumatta siitä, järjestääkö liikuntaneuvontaa sote vai kunnan liikuntapalvelut. Yhdyspintapalvelu toteutetaan yhteistyönä.	<input type="checkbox"/> Ravitsemusterveyden edistämisen vastuut ja roolit on määritettävä. Elintapaohjaus tulee avata osa-alueina, jotta havaitaan osaamispuutteet. On varmistettava ravitsemuksen toimivat konsultaatorakenteet. Sovittava, ketkä ravitsemusasiantuntijat osallistuvat/ antavat tukensa hyvinvointialueen elintaparyhmille tai ryhmien ohjaajille ja ketkä osallistuvat muuhun yhdyspintatyöhön kunnassa. On tehtävä työnjakoa eri ravitsemusterapeuttien kesken. Kliinistä työtä tekevien työnkuvaan on määritettävä %-osuudet yhdyspintatyön tarpeisiin.	<input type="checkbox"/> Kokonaiskoordinaation vastuu on niissä palveluissa, joissa asiakas asioi uniterveyteen liittyen, pääsääntöisesti sosiaali- ja terveyspalveluissa tai työterveyshuollossa. Yhtä erillistä koordinoivaa tahoa ei ole määritetty. Yhdyspintapalvelu toteutetaan yhteistyönä.	<input type="checkbox"/> Elintapaohjauksen kokonaiskoordinaation vastuu on luontevasti sosiaali- ja terveyspalveluissa erikseen nimetyllä taholla, joka huomioi myös päihteet ja riippuvuudet sekä tupakasta vieroituksen osana elintapaohjausta. Huomioidaan teemaan liittyvät eri monialaiset työryhmät osana kokonaiskoordinaatiota.	<input type="checkbox"/> Vastuutaholla tulee olla osaamista ja ymmärrystä / ohjeet kulttuurihyvinvoinnista osana elintapaohjausta.
<input type="checkbox"/> Alueella on sovittu elintapaohjauksen yhdyspintapalvelun tavoitteista.	<input type="checkbox"/> Liikuntaneuvonnan tavoitteet on yhdessä päätetty, ne on kaikilla palveluketjun toimijoilla tiedossa ja ne on kirjattu.	<input type="checkbox"/> Varmistettava, että yhdyspintapalvelut tukevat elintapakokonaisuus huomioiden yhteisiä tavoitteita ravitsemusterveyden edistämässä (ravitsemusosaamisen alueellinen saatavuus ja tasavertaisuus, kuntien erilaisuuden huomioiminen sekä mahdollisuuksien että osaamisen ja erilaisten painotusten näkökulmista).	<input type="checkbox"/> Toimijoiden roolit on sovittu ja kirjattu (unihäiriöiden ja kroonisen unettomuuden hoito- ja palveluketju, Käypä hoito- suositus). Yleisiä tavoitteita ohjaa hyvinvointialueen järjestämisen ja tuottamisen periaatteet.	<input type="checkbox"/> Yhdyspintapalvelun tavoitteena on mm., että asiakkaan päihteisiin ja riippuvuuksiin liittyvät ongelmat tunnistetaan ajoissa sekä asiakas saa niihin tarvitsemaansa tukea Käypä hoito ja PALKO -suositusten mukaisesti (ks. lisää täältä)	<input type="checkbox"/> Kulttuurihyvinvointiin liittyvät tavoitteet kirjataan.
<input type="checkbox"/> Alueella on sovittu kunkin toimijan rooli elintapaohjauksen yhdyspintapalveluissa.	<input type="checkbox"/> Toimijoiden roolit on sovittu ja kirjattu. Ks. valtakunnalliset liikuntaneuvonnan suositukset (Liikuntaneuvonnan suositukset)	<input type="checkbox"/> Eri toimijoiden roolia ravitsemusterveyden edistämässä ml. hyvinvointialue-kunnat-järjestö-yksityinen sektori, on kuvattu toimijat -verkkosivulla. ravitsemusterveyden edistämisen toimijatahot	<input type="checkbox"/> Unihäiriöiden ja kroonisen unettomuuden hoito- ja palveluketjussa on kuvattu eri ammattilaisten välinen työnjako ja roolit. Suurimmaksi osaksi unihaasteiden hoito kuuluu hyvinvointialueiden palveluihin, uniterveyden edistäminen on myös osa hyvinvoinnin edistämistä kunnan palveluissa. Hoito- ja palveluketjussa on huomioitu myös järjestöjen ja sähköisten palveluiden (esim Omaolo, mielenterveystalo.fi) tarjoamat mahdollisuudet.	<input type="checkbox"/> Esimerkiksi sote-palveluissa ehkäisevistä palveluista vastaava taho varmistaa, että päihteisiin ja riippuvuuksiin sekä tupakasta vieroitukseen liittyvissä palveluketjuissa eri ammattilaisten roolit ovat muiden toimijoiden tiedossa ja tarvittaessa tehtävän hoitoonohjauksen prosessi on selkeä. (linkki: www.thl.fi/puheeksiotto).	<input type="checkbox"/> Vastuuhenkilön nimeäminen.
<input type="checkbox"/> Palveluketjun ja -kokonaisuuden toimijoilla on sovittu käytäntö yhteydenpidosta.	<input type="checkbox"/> Säännöllinen sovittu yhteydenpito soten ja liikuntapalveluiden sekä muiden palveluketjun toimijoiden välillä. Yhdyspinnassa toimii elintapaohjauksen työryhmä, liikuntaneuvonnan alueellinen verkosto jne.	<input type="checkbox"/> Sovittava ravitsemusterveyden edistämisen toimivat konsultaatorakenteet. Turvattava säännöllinen yhteydenpito eri toimijoiden välillä ml. hyvinvointiryhmä ja -verkosto ja vuosittaiset neuvottelut.	<input type="checkbox"/> Yhteistyökäytännöt on sovittava.	<input type="checkbox"/> Kokonaiskoordinaatiosta vastaava taho varmistaa yhteydenpidon sujuvuuden. Alueelliset ehkäisevästä päihdetyöstä ja tupakasta vieroituksesta vastaavat ryhmät sekä hyvinvointialueella, kunnissa ja sote-palveluissa toimivat ehkäisevän päihdetyön koordinaattorit tukevat eri toimijoiden välistä yhteydenpitoa ja toiminnan seuranta.	<input type="checkbox"/> Nimetään yhdyshenkilöt liittyen kulttuurihyvinvointiin.
<input type="checkbox"/> Palveluketjun ja -kokonaisuuden tiedottamisesta kuntalaisille on sovittu käytännöt ja vastuut.	<input type="checkbox"/> Liikuntaneuvonta näkyy sairaanhoitopiirien elintapaohjauksen palvelutarjottimella ja kunnan verkkosivulla. Liikuntaneuvonnasta tiedotetaan yhdessä muun terveyden edistämisen ja hyvinvointipalveluiden kanssa.	<input type="checkbox"/> Ravitsemusterveyden edistämisen osalta on sovittu sisällön tuotannosta (kuka vastaa; osaaminen käytännössä hyvinvointialueilla). Yhteistyöstä on sovittu kunnan ja viestinnästä vastaavien kesken (palvelutarjotin ja verkkosivut).	<input type="checkbox"/> Uniterveyteen liittyvistä asioita tiedotetaan osana sosiaali- ja terveyspalveluiden hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseen liittyvää toimintaa ja viestintää. Unihäiriöiden ja kroonisen unettomuuden hoito- ja palveluketju julkaistaan hyvinvointialueen verkkosivuilla sekä linkitetään Terveysporttiin.	<input type="checkbox"/> Päihteisiin ja riippuvuuksiin liittyvästä sekä tupakasta vieroituksen palveluketjusta ja -kokonaisuudesta tiedotetaan muun lisäksi osana hyvinvointialueen sosiaali- ja terveyspalveluiden hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseen sekä tupakoinnin lopettamisen tukeen liittyvää toimintaa ja viestintää. Muut palveluketjun toimijat markkinoivat toimintaa myös omissa kanavissaan. Samalla toteutuu EPT-lain 5§.	<input type="checkbox"/> Toteutetaan osana elintapaohjauksen kokonaisuutta. Tarkistetaan, että kulttuurihyvinvointi on mukana tiedottamisessa.

	LIIKUNTA	RAVITSEMUS	UNITERVEYS	PÄIHTEET JA RIIPPUVUUDET	KULTTUURIHYVINVOINTI
<input type="checkbox"/> Alueen hyvinvointiryhmä tmv. seuraa palveluketjun ja -kokonaisuuden kehittämistä.	<input type="checkbox"/> Liikuntaneuvonnan tulokset tuodaan näkyväksi. Liikuntaneuvonta sisältyy seurattavaan elintapaohjauksen kokonaisuuteen.	<input type="checkbox"/> Palautejärjestelmässä huomioidaan myös ravitsemuspalveluja käyttävien asiakkaiden palaute. Ravitsemusterveyden edistämisen tulokset tehdään näkyviksi.	<input type="checkbox"/> Uniterveyden palvelukokonaisuuden kehittämistä seurataan osana muita palveluita, ja asiakas- ja ammattilaispalautteen perusteella suunnataan kehittämistoimenpiteitä.	<input type="checkbox"/> Hyvinvointiryhmä tai vastaava seuraa kokonaisuutta myös päihteiden, riippuvuuksien ja tupakasta vieroituksen osalta sekä raportoi ja tiedottaa päihteisiin ja riippuvuuksiin liittyvästä elintapaohjauksesta myös hyvinvointialueen ehkäisevästä päihdetyöstä vastaavalle työryhmälle.	<input type="checkbox"/> Alueen hyvinvointiryhmässä tulee olla osaamista ja ymmärrystä kulttuurihyvinvoinnista.
<input type="checkbox"/> Palveluprosesseja kehitetään asiakaspalautteen pohjalta.	<input type="checkbox"/> Asiakaspalautelomakkeet suunnitellaan yhdessä palveluketjun toimijoiden kesken. Palautteiden hyödyntämisestä on sovittu toimintapa, joka tukee laadun kehittämistä.	<input type="checkbox"/> Käytetään ravitsemusasiantuntijoita palautekyselyjen laatimisessa, olemassa olevien kyselyjen hyödyntämisessä, tulosten tulkinnassa ja laadun kehittämisessä.	<input type="checkbox"/> Uniterveyden palvelukokonaisuuden kehittämistä seurataan osana muita palveluita, ja asiakaspalautteen perusteella suunnataan kehittämistoimenpiteitä. Asiakaskokemuksen ja -palautteen mittaamisen on oltava säännöllistä ja jatkuvaa.	<input type="checkbox"/> Päihteiden, riippuvuuksien ja tupakasta vieroituksen osalta asiakaspalautteessa kysytään myös kontaktipisteiden eli mm. palveluun ohjautumisen eri tapojen/väylien toimivuudesta sekä kohtaamisen laadusta (esim. leimaamattomuus, kohtaaminen kokonaisuutena ja lisätuen piiriin ohjaus).	<input type="checkbox"/> Varmistetaan, että kulttuurihyvinvointi on osa asiakaspalautejärjestelmää.
<input type="checkbox"/> Elintapaohjauksesta on maakunnallinen yhteistyöryhmä. Lisäksi elintapaohjaus on osa muita alueellisia yhteistyöryhmiä.	<input type="checkbox"/> Liikuntaneuvonnan palveluketjun toimijat osallistuvat elintapaohjauksen työryhmiin. Alueella toimii myös liikuntaneuvonnan alueellinen verkosto.	<input type="checkbox"/> Ravitsemusasiantuntija nimetään yhteistyöryhmiin. Alueella toimii ravitsemusterveyden edistämisen alueellinen työryhmä/verkosto.	<input type="checkbox"/> Uniterveyden kokonaisuus linkittyy hyvinvointialueen mielenterveys- ja päihdepalveluiden kehittämiseen, jossa kehittämistarpeita ja -toimenpiteitä voidaan säännöllisesti arvioida ja edistää.	<input type="checkbox"/> Maakunnalliseen työryhmään nimetään myös ehkäisevästä päihdetyöstä tai tupakasta vieroituksesta vastaava taho. Päihteisiin ja riippuvuuksiin liittyvästä toiminnasta sekä tupakasta vieroituksesta raportoidaan myös hyvinvointialueen ehkäisevästä päihdetyöstä vastaavalle työryhmälle sekä mahdolliselle tupakasta vieroituksesta vastaavalle ryhmälle ja yksikölle.	<input type="checkbox"/> Tarkistetaan, että kulttuurihyvinvointi on mukana.
<input type="checkbox"/> Palveluketjun alueellisen verkoston tehtävistä on sovittu	<input type="checkbox"/> Alueellisissa elintapaohjauksen ja liikuntaneuvonnan verkostoissa on määritelty tavoitteelliset tehtävät ja ne on kirjattu.	<input type="checkbox"/> Ravitsemusterveyden edistämisen koordinaatiosta sovitaan. Ravitsemusterveyden edistämisen verkostoissa määritetään tavoitteet, tehtävät ja ne kirjataan.	<input type="checkbox"/> Uniterveyden palvelukokonaisuuden ja unihäiriöiden ja kroonisen unettomuuden hoito- ja palveluketjun koordinointi, päivitys ja ajan tasalla pitämisestä sovitaan. Jokaisella toimijalla on velvollisuus tuoda esiin kehittämistarpeita.	<input type="checkbox"/> Elintapaohjauksen alueellinen verkosto konsultoi tarvittaessa hyvinvointialueen ehkäisevästä päihdetyöstä vastaavaa tahoja, kuten työryhmää tai koordinaattoria.	<input type="checkbox"/> Sovitaan kulttuurihyvinvoinnin palveluketjun verkoston tehtävistä. Monilla alueilla toimii kulttuurihyvinvoinnin verkostoja, jotka koostuvat kuntien toimijoista, kolmannen sektorin toimijoista, taiteen ja kulttuurin tekijöistä ja sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisista.
3. KYVYKKYYDET JA RESURSOINTI					
<input type="checkbox"/> Tunnistetaan, mitä elintapaohjauksen resursseja ja osaamista on alueilla, kunnissa ja järjestöissä sekä muilla toimijoilla.	<input type="checkbox"/> Toteutettu osaamisen resurssikartoitus. Mahdollisimman moni sote-henkilöstöstä tietää liikuntaneuvonnan tavoitteet ja sisällön sekä kunnan ja paikallisyhdistysten yms. matalan kynnyksen liikuntatoiminnan. Liikkuminen otetaan puheeksi ja liikuntaneuvontaan lähetetään ja kannustetaan aktiivisesti.	<input type="checkbox"/> Ravitsemusterapeuttiressurssien riittävyyden tarkistaminen. Tunnistetaan alueella elintapaohjaukseen liittyvää ravitsemusohjausta antavat tahot ja osaaminen (esim. millaisia ammattiryhmiä on käytössä). Millaista osaamistukea on saatavilla oppilaitoksista/ tutkimusyksiköistä?	<input type="checkbox"/> Uniterveyteen sekä unihäiriöiden hoitoon liittyvää osaamista ja osaamisen vahvistamisen tarpeita kartoitetaan. Tarkastellaan esimerkiksi CBT-I-koulutuksen käyneiden ammattilaisten resurssia.	<input type="checkbox"/> Sote-palveluiden ehkäisevästä työstä vastaava taho toteuttaa osaamis- ja tarvekartoituksen päihteisiin ja riippuvuuksiin sekä tupakasta vieroitukseen liittyen. Varmistetaan, että keskeisten ammattilaisten osaaminen on riittävää ja osaamisen ylläpito on mahdollistettu ja konsultointikäytännöt on kirjattu (esim. päihdesairaanhoidaja tai tupakasta vieroituksesta vastaava hoitaja). Huomioidaan kokemusasiantuntijat, järjestöt, yksityissektori (esim. apteekit tupakasta vieroituksessa), vertaistuki sekä erityyppiset tukimuodot.	<input type="checkbox"/> Kartoitetaan ja kirjataan alueen kulttuurihyvinvoinnin resurssit ja osaaminen. Hyödynnetään kuntien kulttuuri-toimien osaamista yhdyspintatyöryhmiä.
<input type="checkbox"/> Ammattilaisten elintapaohjausosaamisen vahvistamiseksi on tehty koulutussuunnitelma.	<input type="checkbox"/> Liikunnallisen elämäntavan edistäminen, liikkumisen puheeksiotto ja liikuntaneuvonnan sisältö kuuluvat elintapaohjauksen koulutussisältöihin.	<input type="checkbox"/> Millaisia ravitsemukseen liittyviä koulutusohjelmia on? Onko jo laadittu koulutussuunnitelmia kohderyhmittäin? On määritettävä keskeiset sisällöt ja toteutustavat (esim. eri ammattiryhmiin kohdentuminen varmistettava). Monissa tutkinnoissa ravitsemuksen peruskoulutus on niukkaa ja käytännön työssä tarvitaan ravitsemuksen täydennyskoulutusta esimerkiksi liittyen uusiin ravitsemussuosituksiin ja ohjausmenetelmiin. Koulutusten toteutumista on seurattava.	<input type="checkbox"/> Osaamisen kartoituksen pohjalta nähdään tarve osaamisen vahvistamiselle ja yhdistetään osaksi hyvinvointialueen sote-keskusten hoitohenkilöstön sekä mielenterveys- ja päihdetyön ammattilaisten osaamistason määrittelyä.	<input type="checkbox"/> Ammattilaisille tarjotaan päihteisiin ja riippuvuuksiin liittyvää koulutusta mm. kunnioittavasta kohtaamisesta sekä motivoivasta lähestymistavasta. Uusille työntekijöille tarjotaan mahdollisuus vahvistaa osaamistaan palveluketjun ja -kokonaisuuden tarpeiden mukaisesti. Tupakasta vieroituksen yksiköt tarjoavat koulutusta alueellisesti. ks. lisää: thl.fi/puheeksiotto	<input type="checkbox"/> Koulutussuunnitelmiin olisi hyvä sisällyttää perehdyttäminen kulttuurihyvinvointiin. Kulttuurihyvinvoinnista voi suorittaa ylemmän AMK -tutkinnon monissa ammattikorkeakouluissa. Soten ammattilaisille on myös täydennyskoulutusta saatavilla.

	LIIKUNTA	RAVITSEMUS	UNITERVEYS	PÄIHTEET JA RIIPPUVUUDET	KULTTUURIHYVINVOINTI
<input type="checkbox"/> Ohjaukseen ja neuvontaan käytettävät henkilöstö- ja työaikaresurssit ovat määriteltyjä ja kirjattuja .	<input type="checkbox"/> Liikuntaneuvontaa toteuttavien henkilöstö- ja työaikaresurssit on palveluketjun toimijoiden tiedossa ja kirjattu.	<input type="checkbox"/> Ravitsemusohjausta ja -neuvontaa toteuttavan henkilöstön työaikaresurssit on palveluketjun toimijoiden tiedossa ja kirjattu. Työajan kohdennuksen seurannassa on huomioitu ravitsemusohjauksen tarve ja siihen käytetty työaika.	<input type="checkbox"/> Uniterveyteen liittyen ei ole suoraan tarpeen määritellä, koska unettomuuteen liittyvät asiat tulevat monesti esiin jonkun toisen vaivan tai asian kautta. Jatkossa on erittäin tärkeää määritellä hyvinvointialueen henkilöstö- ja työaikaresurssit mielenterveys- ja päihdepalveluissa liittyen Palkon velvoittamaan CBT-I- hoitoon.	<input type="checkbox"/> Varmistetaan, että asiakkaan kohtaamiselle on riittävästi aikaa, sillä päihteistä ja riippuvuuksista keskustelu vaatii luottamuksen syntymistä. Mikäli asiakas tulee ohjata edelleen muihin palveluihin, huomioidaan mahdolliset seurantakäynnit. Konsultaatiomahdollisuuden vaatimat resurssit tulee huomioida myös.	<input type="checkbox"/> Asiakkaan kulttuurihyvinvoinnin tarpeiden huomioiminen kirjataan osaksi ohjaavien ja neuvovien henkilöiden työnkuvaan. Kulttuurihyvinvoinnin ohjaamiseen käytetty kirjaaminen kirjataan vastaavalla tavalla kuin liikuntaneuvonnan osalta.
<input type="checkbox"/> Ohjausta ja neuvontaa antavien ammattilaisten työn tukemiseen on sovitut toimintatavat ja -menetelmät sekä konsultaatorakenteet.	<input type="checkbox"/> Liikuntaneuvonnan ammattilaisilla on mahdollisuus kehittää osaamistaan säännöllisillä koulutuksilla. Heillä on mahdollisuus päästä työnohjaukseen. Liikuntaneuvonnan ammattilaisella on tiedossa, mihin asiakkaan voi tarvittaessa jatko-ohjata. Konsultaatorakenteet ovat selkeät ja niistä on ohjeistettu.	<input type="checkbox"/> Ravitsemus on teemana perehdytysohjelmissa. Elintapaohjauksen ammattilaisilla on mahdollisuus kehittää rvitsemukseen liittyvää osaamistaan säännöllisillä koulutuksilla. Heillä on mahdollisuus päästä työnohjaukseen. Elintapaohjauksen ammattilaisella on tiedossa, mihin asiakkaan voi ravitsemusasioissa tarvittaessa jatko-ohjata. Konsultaatorakenteet ovat selkeät ja niistä on ohjeistettu. Hyödynnetään alueen ravitsmeusasiantuntijoiden osaamista.	<input type="checkbox"/> Unihäiriöiden ja kroonisen unettomuuden hoito- ja palveluketju sekä unettomuuden Käypä hoito- suositus ohjaa ja määrittelee toimintatavat ja -menetelmät sekä konsultaatorakenteet. Jos hyvinvointialueella ei ole tehty paikallista sopimista näistä käytänteistä, on valmistauduttava niistä sopimaan.	<input type="checkbox"/> Palveluketjun ammattilaisilla on mahdollisuus konsultoida tarvittaessa kollegaa tai erikoistunutta ammattilaista (esim. päihdesairaanhoidajaa tai tupakasta vieroituksesta vastaavaa hoitajaa). Sosiaali- ja terveyspalveluiden tulee tarjota asiantuntijatukea erikseen myös kunnille ja tarvittaessa myös palveluketjussa mukana oleville järjestöille.	<input type="checkbox"/> Nimetään alueella kulttuurihyvinvoinnin vastuuhenkilö, joka voi olla sama kuin hyte-koordinaattori. Vastuutaho tuntee kulttuurihyvinvoinnin palvelusisältöjä ja tarjontaa (tuottajatahot ja sopimukset), joiden puitteissa alue voi ostaa tai saa palveluja käyttöönsä.
<input type="checkbox"/> On sovittu vastuuhenkilö alueen elintapaohjauksen osaamisen ja kehittämisen varmistamiseksi.	<input type="checkbox"/> Alueella on elintapaohjauksesta vastaava henkilö ja hän tuntee alueen kaikkien kuntien liikuntaneuvonnan.	<input type="checkbox"/> Hyödynnetään alueellisia ravitsemusasiantuntijoita. Huolehditaan, että käytössä oleva asiantuntijaresurssi tunnetaan.	<input type="checkbox"/> Uniterveyteen liittyen ei ole suoraan tarpeen sopia vastuuhenkilöä, vaan on osa elintapaohjauksesta vastaavan työnkuvaan.	<input type="checkbox"/> Päihteisiin ja riippuvuuksiin liittyvässä osaamisen kehittämisessä luonteva vastuu-/yhteistyötaho on esimerkiksi alueen ehkäisevästä päihdetyöstä vastaava taho, tai sote-palveluista nimetty päihdesairaanhoidaja tai tupakkavieroituksesta vastaava hoitaja/yksikkö.	<input type="checkbox"/> Vastuuhenkilön nimeäminen.
<input type="checkbox"/> Alueella käytetään yhteisiä, tutkittuun tietoon perustuvia elintapaohjauksen menetelmiä ja sisältöjä.	<input type="checkbox"/> Käytössä on Palkon suositukset, HOT-menetelmä (Hyväksymis- ja omistautumisterapia), Liikuntaneuvonnan valtakunnalliset suositukset sekä Liikuntaneuvonta yhdyspinnoilla -ohjeistus sote-uudistuksen valmisteluun ja toimeenpanoon. (PALKOn suositukset) Liikuntaneuvonnan suositukset Liikuntaneuvonta yhdyspinnoilla	<input type="checkbox"/> Hyödynnetään valtion ravitsemusneuvottelukunnan ravitsemus- ja ravitsemushoitosuosituksia ja PALKO- ja käypä hoito -suosituksia sekä menetelmiä, joiden vaikuttavuus on arvioitu (THL ym.). Moniammatillinen osaaminen on varmistettava hyödyntämällä ravitsemusasiantuntijan osaamista. Menetelmien käyttöönotto edellyttää myös ravitsemusosaamisen moniammatillista vahvistamista.	<input type="checkbox"/> Uniterveyden edistämisessä, unihäiriöiden ja kroonisen unettomuuden hoidossa käytetään tutkittuun tietoon perustuvia menetelmiä (esimerkiksi CBT-I), hyödynnetään palveluvalikoimaneuvoston suosituksia sekä Käypä hoito- suositusta.	<input type="checkbox"/> Käytössä on Käypä hoito ja Palko-suositusten mukaiset menetelmät: PALKOn suositus psykososiaalisista menetelmistä mielenterveys ja päihdehäiriöiden hoidossa, Alkoholiongelman Käypä hoito -suositus, Käypä hoito -suositus tupakka- ja nikotiiniriippuvuuden ehkäisystä ja hoidosta, PALKOn suositus: Elintapamuutosta tukevat tekijät ja omahoidon tuki tupakoinnin aiheuttaman sairastumisriskin pienentämiseksi, PALKOn suositus Huumeriippuvuuksien hoidon ja kuntoutuksen psykososiaalisista menetelmistä. Ks. lisää: www.thl.fi/puheeksiotto	<input type="checkbox"/> Kulttuurihyvinvointi osana elintapaohjausta ei ole vielä vakiintunut. Tässä vaiheessa painotetaan kirjaamista ja seurantaa. Mikäli kulttuurihyvinvoinnin palvelutarjotinta ei vielä ole, hyödynnetään muita viestintäkanavia monipuolisesti ja huolehditaan sujuva tiedonvaihto osana palveluketjuja.

	LIIKUNTA	RAVITSEMUS	UNITERVEYS	PÄIHTEET JA RIIPPUVUUDET	KULTTUURIHYVINVOINTI
4. HENKILÖSTÖ JA SIDOSRYHMÄOSALLISUUS					
<input type="checkbox"/> Osallistetaan keskeiset palveluketjun ja -kokonaisuuden toimijat elintapaohjauksen yhdyspintapalvelun suunnitteluun ja toteutukseen.	<input type="checkbox"/> Säännölliset verkostokokoukset ja -tapaamiset. Jokainen toimija tunnistaa oman roolinsa. Tuodaan esille liikuntaneuvonnan tulokset.	<input type="checkbox"/> Säännölliset ravitsemusterveyden edistämisen verkostokokoukset ja -tapaamiset. Voidaan perustaa esim. portaali, kokemusasiantuntijafoorumi, ravitsemusteemaryhmät alueille (ikäryhmä-/ sisältölähtöiset). Varmistetaan monialaisuus/ monitoimijuus sekä asiakaskohderyhmien edustus. Ks. ravitsemuksella hyvinvointia	<input type="checkbox"/> Varmistetaan, että monialaisuus ja monitoimijuus toteutuu yhdyspintatyöskentelyssä. Yhdyspintatyöskentelyssä ovat mukana kaikki ne tahot, jotka ovat mukana uniterveyden edistämässä ja hoidossa. Myös kokemusasiantuntijan hyödyntäminen osana monialaista työryhmää on huomioitava.	<input type="checkbox"/> Palveluketjun ja -kokonaisuuden suunnittelussa on mukana mielellään myös kokemusasiantuntija/ kehittäjäasiakas	<input type="checkbox"/> Tarkista, että kulttuurihyvinvoinnin vastuuhenkilöt alueilta ja kunnista on nimetty ja kutsuttu mukaan, tarvittaessa myös kulttuurihyvinvoinnin laajempi alueellinen verkosto mukaan. Taikusydämen alueverkostot löydät Taikusydämen sivustolta alueverkostot .
<input type="checkbox"/> Suunnitellaan elintapaohjauksen yhdyspintatoiminnon sidosryhmäviestintään keinot.	<input type="checkbox"/> Liikuntaneuvonta on osa sidosryhmäviestintää. Liikuntaneuvonnan viestintä suunnitellaan yhdessä palveluketjun toimijoiden kanssa. Hyödynnetään eri viestintäkanavia monipuolisesti.	<input type="checkbox"/> Varmistetaan, että elintapoihin liittyvän viestinnän toteutus tukee kaikkien asiakkaiden halukkuutta ja pystyvyyttä ravitsemusterveyttä edistävään valintoihin. Sidosryhmäviestintään esimerkiksi yhteinen viestintäfoorumi, alueen/ kuntien yhteinen verkkosivu ja/ tai portaali. Viestintää suunnitellaan yhteistyössä toimijoiden ja ravitsemusasiantuntijoiden kanssa, päivityksistä sovitaan ja vastuutahot nimetään.	<input type="checkbox"/> Uniterveyteen liittyvä neuvonta ja ohjaus huomioidaan osana sidosryhmäviestintää niin sisäisesti eri palveluissa kuin ulkoisesti palveluketjuun ja -kokonaisuuteen osallistuvilla. Hyödynnetään monikanavaisia viestintään keinoja.	<input type="checkbox"/> Päihteisiin ja riippuvuuksiin ja tupakasta vieroitukseen liittyvä neuvonta huomioidaan osana sidosryhmäviestintää niin sisäisesti eri palveluissa kuin ulkoisestikin palveluketjuun ja -kokonaisuuteen osallistuvilla. Hyödynnetään monikanavaisia viestintään keinoja.	<input type="checkbox"/> Kulttuurihyvinvoinnin palvelutarjotin ohjaa kulttuurin pariin. Lähettävän ja vastaanottavan tahon välinen viestintä sovittu.
5. TIEDOLLA JOHTAMINEN JA TIETOJÄRJESTELMÄT					
<input type="checkbox"/> Selvitetään elintapaohjauksen tilannekuva käytössä olevista tietojärjestelmistä ja kirjauskäytännöistä (voi olla osana laajempaa kokonaisuutta).	<input type="checkbox"/> Liikuntaneuvonnassa on suositeltavaa olla käytössä (vähintään) rajatut kirjaamisoikeuden potilastietojärjestelmissä riippumatta siitä toteutuuko liikuntaneuvonta alueella vai kunnan liikuntapalveluissa.	<input type="checkbox"/> Varmistetaan, että ravitsemuksen tietolähteet tunnetaan ja ovat käytössä; alue käyttää myös olemassa olevaa vertailutietoa. Käytetään oman tilanearvion tekemiseen tsekkilistoja mm. tarkistuslista hyvää ravitsemusta tukevista toimenpiteistä ja Sivistystoimen palvelujen ruokakasvatuksen ja ruokailun osalta www.nykytila.fi Palvelujärjestelmässä on sovittu kirjaaminen ja ravitsemuksen seuranta.	<input type="checkbox"/> Tavoitteena on, että kirjaaminen tapahtuu rakenteisesti, mittari- ja THL:n toimenpidekoodeja käyttäen. Näitä hyödynnetään tilannekuvan selvittämisessä.	<input type="checkbox"/> Päihteiden sekä tupakka- ja nikotiinituotteiden käytön sekä rahapelaamisen kartoittamisen ja mini-interventioiden osalta hyödynnetään perusterveydenhuollossa THL:n toimenpidekoodeja. Ks. Lisää thl.fi/puheeksiotto - kirjaaminen	<input type="checkbox"/> Kirjataan kulttuurihyvinvoinnin tilannekuva. Tarkista, että kulttuurihyvinvointi on mukana järjestelmissä ja prosesseissa liikunnan tavoin.
<input type="checkbox"/> Varmistetaan tietojen hallinnan ja luovuttamisen menettelyt elintapaohjauksessa.	<input type="checkbox"/> Luodaan tietosuojakäytäntöihin nojaavat menettelyt. Ne ovat liikuntaneuvonnan koordinoinnista vastaavien tiedossa.	<input type="checkbox"/> Ravitsemustiedon liikkuminen asiakkaan mukana tulee turvata. Rakenteisessa kirjaamisessa tulee sopia ravitsemustiedon kirjaamisen tavat (dg:t ja elintapaohjauksen koodit käytössä).	<input type="checkbox"/> Kuten muissa toiminnoissa (huomioitava eettisyys ja tiedonluovutuskäytännöt sotesta).	<input type="checkbox"/> Kuten muissa (huomioitava eettisyys ja tiedonluovutuskäytännöt sotesta).	<input type="checkbox"/> Kuten muissa toiminnoissa, huomioitava eettisyys ja tiedonluovutuskäytännöt sotesta.
<input type="checkbox"/> Valmistellaan elintapaohjauksessa tarvittavat tietojärjestelmien omistajuuskysymykset osana muuta ICT-valmistelua.	<input type="checkbox"/> Tuodaan esille liikuntaneuvonnan toimivat kirjaamiskäytännöt ja niiden hyöty. Luodaan sopimukselliset rajatut oikeudet potilastietojärjestelmiin myös kuntien liikuntaneuvonnan kirjaamiselle.	<input type="checkbox"/> Luodaan sopimuksellisesti rajatut oikeudet myös kunnissa ja järjestöissä tapahtuvalle ravitsemusneuvonnan kirjaamiselle.	<input type="checkbox"/> Kuten muissa toiminnoissa (huomioitava eettisyys ja tiedonluovutuskäytännöt sotesta).	<input type="checkbox"/> Kuten muissa (huomioitava eettisyys ja tiedonluovutuskäytännöt sotesta).	
<input type="checkbox"/> Suunnitellaan elintapaohjauksessa tarvittavat tietojärjestelmien käyttäjäroolitukset.	<input type="checkbox"/> Sovitaan ja kirjataan toimintatapa kunnan liikuntapalveluiden rajatuista oikeuksista, sekä jokaisen toimijan roolista.	<input type="checkbox"/> Huolehditaan, että myös ravitsemusasiantuntijoilla on riittävä pääsy niihin asiakastietoihin, mitä ravitsemusohjauksessa tarvitaan.	<input type="checkbox"/> Kuten muissa toiminnoissa (huomioitava eettisyys ja tiedonluovutuskäytännöt sotesta).	<input type="checkbox"/> Kuten muissa (huomioitava eettisyys ja tiedonluovutuskäytännöt sotesta).	

	LIIKUNTA	RAVITSEMUS	UNITERVEYS	PÄIHTEET JA RIIPPUVUUDET	KULTTUURIHYVINVOINTI
<input type="checkbox"/> Asiakastietojen kirjaamisesta on sovittu hyvinvointialueiden ja kuntien kesken ja käytännöt ovat selkeitä.	<input type="checkbox"/> Kirjaamisesta tehdään sopimukset ja ne ovat keskeisten toimijoiden tiedossa.	<input type="checkbox"/> Sovitaan, miten elintapaohjauksessa ravitsemusohjaus kirjataan tietojärjestelmiin (toimenpidekoodit, ICD-10-luokitus tarvitaan samaan, jos halutaan seurata vaikuttavuutta esim. T2D:een, ryhmäohjaus jne.) ravitsemuksella hyvinvointia . Sovitaan myös ravitsemusohjauksen kirjaamisesta omakantaan.	<input type="checkbox"/> Kirjaaminen tapahtuu rakenteisesti, mittari- ja THL:n toimenpidekoodeja käyttäen. Kuntien kirjauskäytännöistä on sovittava.	<input type="checkbox"/> Päihteiden sekä tupakka- ja nikotiiniuotteiden käytön sekä rahapelaamisen kartoittamisen ja mini-interventioiden osalta sote-palveluissa hyödynnetään perusterveydenhuollossa THL:n toimenpidekoodeja. Ks. Lisää thl.fi/puheeksiotto -kirjaaminen. Muut palveluntuottajat kirjaavat erikseen sovittavilla, riittävän tarkkoilla tiedoilla.	<input type="checkbox"/> Kirjaamisesta tehdään sopimukset ja ne ovat keskeisten toimijoiden tiedossa.
<input type="checkbox"/> Käytössä on alueellinen/paikallinen palvelutarjotin.	<input type="checkbox"/> Alueilla on käytössä elintapaohjauksen palvelutarjotin mm. verkkosivuilla ja sitä päivitetään säännöllisesti. Palvelutarjotin sisältää tiedot liikuntaneuvonnan palveluketjusta ja liikuntaneuvonnasta.	<input type="checkbox"/> Tärkeä sisältää sekä ravitsemusohjaus- että ruokapalvelut.	<input type="checkbox"/> Uniterveys on huomioitu kokonaisuudessa.	<input type="checkbox"/> Päihteet ja riippuvuudet sekä tupakasta vieroitus on huomioitu kokonaisuudessa.	<input type="checkbox"/> Varmistetaan, että kulttuurihyvinvointiin liittyvät palvelut / toimintamallit ovat osa palvelutarjotinta. Esim. jos Kaikukortti on käytössä, se näkyy palvelutarjottimella.
<input type="checkbox"/> Arvioidaan palveluketjujen ja -kokonaisuuksien toimivuutta.	<input type="checkbox"/> Liikuntaneuvonta sisältyy elintapaohjauksen arviointikokonaisuuteen. Hyödynnetään asiakaspalautteita.	<input type="checkbox"/> Varmistetaan eheä ravitsemusterveyden edistämisen palveluketju ja suunnitelma palveluketjun eri vaiheiden toteutumisen seurantaan; ml palautejärjestelmät, pistokokeet sekä riskinarviointi ja mahdollisten ongelmakohtien ennakointi. Myös omavalvontasuunnitelmassa on huomioitu ravitsemushoitopolut.	<input type="checkbox"/> Uniterveyden huomioiminen on osa elintapaohjauksen kokonaisuutta sekä sosiaali- ja terveydenhuollon omia palveluita ja kokonaisuuksia. Palveluketjun toimivuutta arvioivat uniterveyteen liittyvän neuvonnan ja ohjauksen sekä unihäiriöiden hoidon toteuttajat että asiakkaat.	<input type="checkbox"/> Palveluketjun toimivuutta arvioivat sekä päihteisiin ja riippuvuuksiin liittyvän neuvonnan ja ohjauksen sekä tupakasta vieroituksen toteuttajat että asiakkaat. Myös palveluketjuun ohjautumista (toinen palvelu, verkkosivut, erityinen digipalvelu, mainos, tms.) seurataan ja arvioidaan.	<input type="checkbox"/> Ennakoarviointi kulttuurihyvinvoinnin palvelukokonaisuudesta. Alueen kuntien kulttuuripalvelujen käyttö omatoimisesti tai/ ja läheteellä, taloudellisesti tuettuna ja palveluohjauksen kautta. Itsearviointi kulttuurihyvinvointisuunnitelman toimivuudesta. (läheteellä esim. hyvinvointilähete, kulttuuriresepti, kulttuurilähete. Taloudellisesti tuettuna esim. Kaikukortti.)
<input type="checkbox"/> On sovittu vastuut elintapaohjauksen vaikutusten näkyväksi tekemiseen.	<input type="checkbox"/> Liikuntaneuvonnan palveluketjun toimijoiden kesken on sovittu, miten vaikutuksia mitataan ja mitä mittareita käytetään. Liikuntaneuvonnan valtakunnalliset suositukset (Liikuntaneuvonnan suositukset).	<input type="checkbox"/> On sovittu miten ravitsemusterveyden edistämisen vaikutuksia mitataan ja arvioidaan. Ravitsemusasiantuntija on mukana suunnittelemassa ja toteuttamassa viestintää yhdessä viestinnästä vastaavien kanssa. Elintapaohjauksen menetelmät tehdään tunnetuksi kuvaamalla menetelmiä esim. verkkosivuilla.	<input type="checkbox"/> Unihäiriöiden ja kroonisen unettomuuden hoito- ja palveluketjussa on sovittu, miten laadun seuranta ja arviointi toteutetaan.	<input type="checkbox"/> Esimerkiksi rakenteisesti kirjattujen toimenpiteiden määrästä viestitään keskeisissä sote- ja hyte-raporteissa. Päävastuu voi olla esimerkiksi sote-palveluissa elintapaohjauksen koordinaatiosta vastaavalla taholla. Päihteiden ja riippuvuuksien sekä tupakasta vieroituksen osalta seurannan tietoja voidaan raportoida mm. osana ehkäisevän päihdetyön alueellista suunnitelmaa. ks. lisää thl.fi/puheeksiotto -kirjaaminen	<input type="checkbox"/> Hyvinvointikertomus ja -suunnitelma sisältävät kuvauksen kulttuurihyvinvoinnin tavoitteista ja toimenpiteistä. Elintapaohjauksen kirjaamisesta vastaava kirjaa myös kulttuurihyvinvoinnin osaksi ohjaustoimintaa.
<input type="checkbox"/> On sovittu vastuu elintapaohjauksen sisällyttämisestä hyvinvointialueen suunnitelmiin ja strategioihin, hyvinvointikertomukseen ja -suunnitelmaan.	<input type="checkbox"/> Liikuntaneuvonta sisältyy elintapaohjauksen kokonaisuuteen. Vastuuhlö(t) on sovittu ja palveluketjun toimijoiden tiedossa.	<input type="checkbox"/> Ravitsemusterveyden edistäminen on sisällytetty osaksi strategioiden ja suunnitelmien valmistelua. Työssä hyödynnetään ravitsemusasiantuntijoita. Vaikuttavien ravitsemusterveyttä edistävien mallien käyttö on kirjattuna strategiaan perustana toimintasuunnitelmille.	<input type="checkbox"/> Uniterveys sisältyy hyvinvointikertomukseen ja -suunnitelmaan sekä elintapaohjauksen kokonaisuuteen ja on osa kaikkea terveyden edistämisen, hoidon ja kuntoutuksen asiakkaille tarjottavia palveluita hyvinvointialueella ja kunnissa	<input type="checkbox"/> Elintapaohjauksen osana tehtävän päihteisiin ja riippuvuuksiin liittyvän ohjauksen ja neuvonnan sekä tupakasta vieroituksen (mitattavat) tavoitteet on myös kirjattu erikseen.	<input type="checkbox"/> Kulttuurihyvinvointiohjauksen vaikutuksia mitataan. Hyödynnetään alueella käytössä olevia ja (mieluiten) validoituja mittareita esim. osallisuusindikaattori tai koettu kokonaishyvinvointimittari (SWB, subjective well-being), myös kustannusvaikuttavuuslaskentaan kannustetaan.