

**HYVINVOINTIA RAVITSEMUKSELLA lapsille ja lapsiperheille**

tekijät

kunta

päivämäärä

Ravitsemussuunnitelma vuosille 2023-2025

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Suunnitelmataulukko: Lapset ja lapsiperheet (varhaiskasvatus- ja alakouluikäiset)** | | | | | | |
| **Tavoite** | **Vastuutaho / yhteistyö** | **Toimenpiteet**   * Esimerkkejä käytännön toimenpiteistä ohje -liitteessä * Toimenpide-esitykset viedään ikäryhmän toteutustaulukkoon | **Toimenpiteiden eteneminen** (**K**yllä / **O**sittain / **E**i / **S**uunnitelma ja aikataulu) | | | |
| K | O | E | S ja aikataulu |
| 1. Kannustetaan **yhdessä syömiseen** ja kehitetään palveluita yhteisten ruokailuhetkien tai yhteisen ruuan valmistuksen toteutumiseksi | **Kunta:**   * Ruokapalvelut * Varhaiskasvatus * Perusopetus * Perhekeskukset   **Yhteistyö:**   * Kolmas sektori, srk * Perhekeskukset   **Hyvaks:**   * Neuvola * Kouluterveydenhuolto * Suun terveydenhuolto | * **Varhaiskasvatuksen ja perusopetuksen ruokailun ja ruokakasvatuksen seuranta ja arviointi** * **Varhaiskasvatuksen ja perusopetuksen ruokailun ja ruokakasvatuksen kehittäminen** * **Kodin yhteisiin ruokailuhetkiin kannustaminen** * **Varhaiskasvatuksen ja perusopetuksen ruokailutilanteet houkuttelevat syömään** * **Yhteisten ruokailuhetkien ja ruuanvalmistuksen toteuttaminen** |  |  |  |  |

**HYVINVOINTIA RAVITSEMUKSELLA, Keski-Suomen hyvinvointialueen ravitsemussuunnitelma (vuosille 2023-2025)**

Alla oleva suunnitelmataulukko on tarkoitettu kunnan oman ravitsemussuunnitelman tekemiseen. Jäljempänä oleva toteutustaulukko on sovittujen toimenpiteiden kokoamiseen ja vuosisuunnitelman tekoon. Vaikuttavuuden seurantataulukko sisältää valtakunnallisia ruokailun ja ravitsemuksen indikaattoreita ja niiden www-linkkejä.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Tavoite** | **Vastuutaho / yhteistyö** | **Toimenpiteet**   * Esimerkkejä käytännön toimenpiteistä ohje -liitteessä * Toimenpide-esitykset viedään ikäryhmän toteutustaulukkoon | **Toimenpiteiden eteneminen** (**K**yllä / **O**sittain / **E**i / **S**uunnitelma ja aikataulu) | | | |
| K | O | E | S ja aikataulu |
| 2. Tuetaan monipuolisen ja maistuvan, maksuttoman tai hinnaltaan edullisen  ravitsemussuositukset täyttävän **lämpimän aterian toteutumista jokaisena päivänä** | **Kunta:**   * Ruokapalvelut * Varhaiskasvatus * Perusopetus | * **Noudatetaan** [**varhaiskasvatuksen ruokailusuositusta**](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/135907/URN_ISBN_978-952-302-992-7.pdf?sequence=1&isAllowed=y) **ja** [**kouluruokailusuositusta**](https://kssote.sharepoint.com/www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/131834/Syo¦êda¦êa¦ên_ja_opitaan_yhdessa¦ê_korjattu_5.2017_WEB.pdf?sequence=1&isAllowed=y) |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Tavoite** | **Vastuutaho / yhteistyö** | **Toimenpiteet**   * Esimerkkejä käytännön toimenpiteistä ohje -liitteessä * Toimenpide-esitykset viedään ikäryhmän toteutustaulukkoon | **Toimenpiteiden eteneminen** (**K**yllä / **O**sittain / **E**i / **S**uunnitelma ja aikataulu) | | | |
| K | O | E | S ja aikataulu |
| 3. Huolehditaan, että **ruoka- ja ravitsemusviestintä** on saavutettavaa, myönteistä ja hyvinvointia tukevaa.  Tarjotaan luotettavaa, käytännönläheistä **tietoa** asukkaille, ammattilaisille ja päättäjille. | **Kunta:**   * Ruokapalvelut * Varhaiskasvatus * Perusopetus * Perhekeskukset   **Yhteistyö:**   * Viestintä, Hyvaks * Ravitsemusterapiayksikkö * Ravitsemustyöryhmä, Hyvaks   **Hyvaks:**   * Neuvola * Kouluterveydenhuolto * Suun terveydenhuolto | * **Toteutetaan luotettavaa, myönteistä ravitsemusviestintää (perheiden käyttämät kanavat, saavutettavuus)** * **Palveluista on saatavilla tietoa maakunnan ja kunnan tasolla** |  |  |  |  |
|  | **Kunta:**   * Sivistystoimi   **Yhteistyö:**   * Koulutusorganisaatiot * Ruokapalveluiden tuottajat * Kolmas sektori   **Hyvaks:**   * Koulutuspalvelut * Oppiportti * Ravitsemusterapiayksikkö | * **Varmistetaan työntekijöiden riittävä ravitsemusohjauksen ja ruokakasvatuksen osaaminen** |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Tavoite** | **Vastuutaho / yhteistyö** | **Toimenpiteet**   * Esimerkkejä käytännön toimenpiteistä ohje -liitteessä * Toimenpide-esitykset viedään ikäryhmän toteutustaulukkoon | **Toimenpiteiden eteneminen** (**K**yllä / **O**sittain / **E**i / **S**uunnitelma ja aikataulu) | | | |
| K | O | E | S ja aikataulu |
| 4. Tarjotaan **käytännönläheistä ohjausta ja tukea** hyvinvointia edistävän ruokailun toteutumiseksi | **Kunta:**   * Perhekeskukset * Perhekerhot * Avoin päiväkoti * Ruokapalvelut * Varhaiskasvatus * Perusopetus   **Yhteistyö:**   * Ravitsemusterapiayksikkö * Kolmas sektori, srk   **Hyvaks:**   * Neuvola * Kouluterveydenhuolto * Varhaisen tuen palvelut * Suun terveydenhuolto * Kuntoutus ja terapiatyö * Ravitsemustyöryhmä | * **Saatavilla on eri toimijoiden järjestämää ohjausta ja palveluita** * **Käytännönläheinen yhteisesti sovittu malli, ohjaus ja tuki erityistä tukea tarvitsevien lasten ja perheiden ruokailuun** |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Tavoite** | **Vastuutaho / yhteistyö** | **Toimenpiteet**   * Esimerkkejä toimenpiteistä ohje -liitteessä * Toimenpide-esitykset viedään ikäryhmän toteutustaulukkoon | **Toimenpiteiden eteneminen** (**K**yllä / **O**sittain / **E**i / **S**uunnitelma ja aikataulu) | | | |
| K | O | E | S ja aikataulu |
| 5. Varmistetaan, että ravitsemus ja hyvinvointia tukeva ruokailu kuuluvat **osaksi elämäntapaohjausta ja hoitoa.**  Ohjauksessa käytetään **vaikuttavia menetelmiä ja hyviä käytännön toimintamalleja** eri ikäryhmien ohjaukseen | **Kunta:**   * Perhekeskukset * Perhekerhot * Avoin päiväkoti * Ruokapalvelut * Varhaiskasvatus * Perusopetus * Liikuntapalvelut, liikuntaneuvonta, harrastustoiminta   **Yhteistyö:**   * Ravitsemusterapiayksikkö * Kolmas sektori, srk   **Hyvaks:**   * Neuvola * Kouluterveydenhuolto * Suun terveydenhuolto * Kuntoutus ja terapiatyö * Ravitsemusterapia * Varhaisen tuen palvelut | * **Perheiden, ammattilaisten ja kolmannen sektorin toimijoiden käytössä on yhteiset, vaikuttavat elämäntapaohjauksen sekä ruokakasvatuksen aineistot ja toimintamallit.** |  |  |  |  |

Toteutustaulukko kunnassa sovittujen toimenpiteiden kokoamiseen ja vuosisuunnitelman tekoon. Kohderyhmä: lapset ja lapsiperheet (varhaiskasvatus- ja alakouluikäiset)

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Tavoite: 1–5** | **Valitut toimenpiteet** | **Koordinointi ja yhteistyö** | **Mitä voimme tehdä ja miten toteutamme?** | **Milloin toteutamme?** | **Kuka vastaa?** | **Mahdolliset haasteet** |
|  |  |  |  |  |  |  |

Vaikuttavuuden seurantataulukko kunnassa ja hyvinvointialueella sovittujen toimenpiteiden vaikuttavuuden seurantaan. Kohderyhmä: lapset ja lapsiperheet.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Tavoite** | **Yhteiset mittarit tavoitteille 1–5** | **Mittari**  kunta- / aluetaso | **Mittarin arvo ja seuranta** | **Tavoitetaso** |
| **Lasten ja lapsiperheiden terveyttä edistävän ruokailun ja ravitsemuksen toteutuminen** | | * KUNNAN HYVINVOINTIKERTOMUKSEN VÄHIMMÄISTIETOSISÄLTÖ, Asetusluonnos 3.10.2022. **\*\***Mittari perustuu kunnan hv-kertomuksen vähimmäistietosisältöön. * HYTE-kerroin, kunnat. **\***Mittari perustuu kuntien HYTE-kertoimeen * HVA:n HYVINVOINTIKERTOMUKSEN VÄHIMMÄISTIETOSISÄLTÖ, Asetusluonnos 3.10.2022. **\*\***   [Sotkanet](https://sotkanet.fi/sotkanet/fi/haku) *(ohje: valitse ’vapaasanahaku’ ja kirjoita indikaattorinumero)* | | | |
| **Ruokailun ja ruokakasvatuksen nykytilan arviointi** **varhaiskasvatuksessa ja perusopetuksessa** | [Nykytila.fi](https://nykytila.fi/kunnat/ruokakasvatuksen-yhteistyo/)  Toteutetaan vuosittain/joka toinen vuosi |  |  |
| **Ei syö aamupalaa joka arkiaamu, %**   * + 4. ja 5. lk. (\*\*8. ja 9. lk kuuluu vähimm.tietosisältöön)   **Ei syö hedelmiä, marjoja ja kasviksia joka pvä, %**   * + 4. ja 5. lk. | [Sotkanet](https://sotkanet.fi/sotkanet/fi/haku)  **4820**  **4821** Lähde: kouluterveyskysely |  |  |
| **\*\*Lihavuuden yleisyys (%) 2–16-vuotiailla**   * + 2-6 v, 7-12 v | [Sotkanet](https://sotkanet.fi/sotkanet/fi/haku)  **\*\*3232, 3234**  Lähde: Perusterveydenhuoltotilasto (THL). |  |  |
| **\*,\*\*Koulussa noudatetaan Valtion ravitsemusneuvottelukunnan kouluruokailusuositusta koululounaan ja välipalojen järjestämisessä**  [Oppilasmäärällä painotettu keskiarvo kunnan peruskouluista, joissa noudatetaan kouluruokailusuositusta (2008, 2017) koululounaan ja välipalojen järjestämisessä.](https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/131834/Syo%c2%a6%c3%aada%c2%a6%c3%aaa%c2%a6%c3%aan_ja_opitaan_yhdessa%c2%a6%c3%aa_korjattu_5.2017_WEB.pdf?sequence=1&isAllowed=y)  *Kouluruokailussa lapsille ja nuorille opetetaan terveyttä, ruokailutapoja sekä suomalaista ruokakulttuuria. Kouluruokailu ajoitetaan ja porrastetaan siten, että kaiken ikäisille oppilaille tarjoutuu mahdollisuus oikea-aikaiseen ja rauhalliseen syömiseen. Makeisia, virvoitusjuomia tai sokeroituja mehuja ei ainakaan kouluaikana ole säännöllisesti tarjolla. Oppilaan yksilölliset ravitsemukseen tai sairauden hoitoon liittyvät tarpeet sovitaan yhteistyössä oppilaan, huoltajan, ruokailusta vastaavan henkilöstön ja kouluterveydenhuollon kanssa. (7.), (8), (9.)* | [Sotkanet](https://sotkanet.fi/sotkanet/fi/haku)  **5317**  Lähde: TEAviisari (THL). |  |  |
| **\*\*Terveyden ylläpitoon liittyvä ravitsemusohjaus, % perusterveydenhuollon asiakkaista**  *Perusterveydenhuollon avoterveydenhuollon* [*SPAT-toimenpiteet*](https://sampo.thl.fi/pivot/prod/fi/avo/perus08/summary_spat01?alue_0=11810&alue_1=&alue_2=&palvelumuoto_0=33780&k%C3%A4vij%C3%A4ryhm%C3%A4_0=131318&ammattiryhm%C3%A4_0=30664&ik%C3%A4luokat_0=109987&sukupuoli_0=11936&mittari_0=131425&drill-toimenpide=26) *(THL): Valitse oma alueesi, tuorein vuosi ja katso listasta ’OAB75 Terveyden ylläpitoon liittyvä ravitsemusohjaus’* | [SPAT-toimenpiteet](https://sampo.thl.fi/pivot/prod/fi/avo/perus08/summary_spat01?alue_0=11810&alue_1=&alue_2=&palvelumuoto_0=33780&k%C3%A4vij%C3%A4ryhm%C3%A4_0=131318&ammattiryhm%C3%A4_0=30664&ik%C3%A4luokat_0=109987&sukupuoli_0=11936&mittari_0=131425&drill-toimenpide=26) |  |  |
| **\*\*Tervehampaiset 12-vuotiaat, %** **vastaavan ikäisistä suun terveydenhuollon tarkastuksessa käyneistä**  **Hampaiden harjaus harvemmin kuin kahdesti päivässä, %**   * 4. ja 5. lk | [Sotkanet](https://sotkanet.fi/sotkanet/fi/haku)  **5022**  **4819** Lähde: Perusterveydenhuoltotilasto (THL). |  |  |
| **Ravitsemuskysely, Keski-Suomi,** (suunnitteilla, 2023)   * Lapsiperheet ja alakoululaiset (kunnat, Hyvaks) * Ravitsemukseen liittyvät elintavat ja palveluiden käytön seuranta kunnan sisällä ja kuntien välillä * Kerätään sovituin välein esim. kerran valtuustokaudessa. *Saatava tieto esim perheiden yhteinen ruokailu, vapaa-ajan ja muun toiminnan yhteydessä tapahtuva ruokailu* |  |  |  |

**Mittarit:**

**Asetus vähimmäistietosisällöksi (luonnos)**

* <https://www.lausuntopalvelu.fi/FI/Proposal/Participation?proposalId=05207c33-daf9-44f8-9362-a14c0fbb09ab>

**Hyvinvointialueiden HYTE-kerroin**

* <https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/hyvinvointijohtaminen/alueellinen-hyvinvointijohtaminen/hyte-kerroin-kannustin-hyvinvointialueille>

**HYTE-kerroin kunnille**

* <https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/hyvinvointijohtaminen/hyvinvointijohtaminen-kunnassa/hyte-kerroin-kannustin-kunnille>

**Elintapaohjauksen tarkistuslista**

* [https://valtioneuvosto.fi/-//1271139/elintapaohjauksen-tarkistuslista-julkaistu](https://valtioneuvosto.fi/-/1271139/elintapaohjauksen-tarkistuslista-julkaistu)

**Sotkanet**

* <https://sotkanet.fi/sotkanet/fi/index>

**Kouluterveyskysely**

* <https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/kouluterveyskysely>