



Euroopan unioni

Euroopan sosiaalirahasto

Valintaesitys

Kestävää kasvua ja työtä 2014–2020
Suomen rakennerahasto-ohjelma



Elinkeino-, liikenne- ja
ympäristökeskus

Hankkeen julkinen nimi Digillä terveystalvannusta	
Hakemusnumero 107486	Kokouksen päivämäärä 18.1.2022
Saapumispäivämäärä 25.10.2021	Diaarinumero EURA 2014/12587/09 02 01 01/2021/POPELY
Käsittelijä Taina Viitasalo	Viranomainen Pohjois-Pohjanmaan elinkeino-, liikenne- ja ympäristökeskus
Hakijan virallinen nimi Diakonia-ammattikorkeakoulu Oy	
Osatoteuttajat Oulun Diakonissalaitoksen Säätiö sr	
Toimintalinja 9. REACT-EU:n ESR-toimenpiteet	
Erityistavoite 12.3. Digitaalisten taitojen parantaminen	
Tukimuoto	
Alkamispäivämäärä 1.3.2022	Päätymispäivämäärä 31.8.2023

Hankkeen sisältö

Raskausajan diabetes on oleellisesti lisääntynyt, ja hyvinvointikeskusten sekä neuvoloiden asiakkaat tarvitsevat lisävalmiuksia ja lisää ohjausta omasta terveydestä ja hyvinvoinnista huolehtimiseen. Olemassa olevaa digitaalista materiaalia, digitaalisia sovelluksia ja alustoja ei osata käyttää oman terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseksi ja ylläpitämisessä ilman riittäviä digitaalisia taitoja ja ohjausta. Hyvinvointikeskusten ja neuvoloiden hoitohenkilöstö tarvitsee puolestaan lisää valmiuksia erityisesti digitaalisten välineiden monipuoliseen hyödyntämiseen terveystalvannuksessa ja etänä toteutuvassa ohjauksessa. Digillä terveystalvannusta -hanke on ajankohtainen ja sille on selkeä tarve, koska sosiaali- ja terveydenhuollon palvelut digitalisoituvat, ja tästä johtuen asiakkaan ja ammattilaisen välinen suhde ja tiedon jakamisen käytännöt muuttuvat.

Hankkeen tavoitteena on edistää hyvinvointikeskusten ja neuvoloiden asiakkaina olevien äitien valmiuksia ja taitoja hyödyntää turvallisesti, kattavasti ja tehokkaasti olemassa olevia digitaalisia alustoja, sovelluksia ja materiaaleja oman terveytensä ja hyvinvointinsa edistämiseksi ja ylläpitämisessä. Hanke edistää raskausdiabetekseen sairastuneiden äitien motivaatiota ja sitoutumista omahoitoon. Lisäksi hankkeen tavoitteena on vahvistaa terveydenhuoltohenkilöstön digitaalisia valmiuksia ja digitaalista osaamista erityisesti etänä toteutuvaan terveys- ja elintapavalvannukseen liittyen.

Hankkeen toteutus on jaettu työpaketteihin. Kaikissa työpaketeissa huomioidaan osallistujien digiosaamisen ja digivälineiden avulla tapahtuvan työskentelyosaamisen vahvistaminen (itsenäinen, vuorovaikutuksessa jonkun toisen kanssa tai ryhmätilanteissa tapahtuva työskentely). Työpaketeissa panostetaan digitaalisten ja etäpalveluiden tehokkaaseen hyödynnettävyyteen ja näiden palvelujen tarjoajien sekä käyttäjien digitaalisten taitojen parantamiseen. Lisäksi kaikessa toiminnassa huomioidaan se, että verkossa tapahtuvat luennot, tiedotustilaisuudet, moniammatilliset ja monialaiset palvelut sekä asiointin helppous vaativat erityisen huolellista suunnittelua, jotta ne tavoittavat

Vipuvoimaa
EU:lta
2014–2020

Hankkeen nimi: Digillä terveystalvannusta

kohderyhmän, ovat turvallisia ja huomioivat kohderyhmän erityistarpeet. Työpakettien sisältöteemoja ovat digitaalinen turvallisuus, digitaalinen ohjausosaaminen, hyvinvoinnin ja työllisyyden sekä työhön palaamisen tukeminen ja digiosallisuuden vahvistaminen.

Hankkeen tuloksena osallistujien digitaidot lisääntyvät ja kohderyhmät hyödyntävät tehokkaammin erilaisia digitaalisia terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseen liittyviä alustoja. Digimateriaaleja ja -palveluja on helpommin saatavilla ja hyvinvointikeskusten ja neuvoloiden asiakkaat tunnistavat luotettavan terveystiedon. Neuvolan asiakkaiden motivaatio ja osaaminen oman hyvinvoinnin edistämässä ja ylläpitämässä paranee digitaalisen terveystalvannuksen avulla ja uudenlaisten digitaalisten terveystalvannusmenetelmien ansiosta. Kynnys ottaa käyttöön erilaisia hyvinvointia ja terveellisiä elintapoja tukevia digitaalisia sovelluksia ja välineitä madaltuu. Hankkeen myötä terveydenhuoltohenkilöstön osaaminen digitaalisten menetelmien hyödyntämisessä lisääntyy, jolloin ohjaus tehostuu. Uudenlaiset digitaalisesti hyödynnettävät materiaalit ja menetelmät tukevat asiakkaana olevien äitien aktiivista omahoidon toteutusta tapaamisten välillä. Sitoutuminen omahoitoon ja mahdollisuudet vertaistuen antamiseen sekä saamiseen paranevat. Raskausajan diabetekseen sairastuneiden äitien elämäntalvanninta ja sitoutuminen terveellisten elintapojen noudattamiseen paranee.

Pitkällä aikavälillä työntekijät ja asiakkaat ottavat omakseen digitaalisen vuorovaikutuksen mahdollisuudet ja käytänteet. Henkilökunta ja asiakkaat oppivat käyttämään digitaalisia etävälineitä, kehittyvät niiden käytössä ja sitä myöten toiminta siirtyy terveystalvannuksen ja elämäntalvannohjauksen sisältöön välineiden käytön harjoittelun sijaan. Digitaalisesta vuorovaikutuksesta tulee osa normaalia toimintaa, ja näin vähennetään matkustamiseen käytettävää aikaa. Asiakkaat voivat jatkossa valita etäyhteydet tai käymisen joko hyvinvointikeskuksessa, neuvolassa tai terveystalvannuksessa. Haasteelliset ja vähemmän motivoituneet asiakkaat saadaan matalammalla kynnyksellä vuorovaikutukseen, kun ei tarvitse tulla paikan päälle. Terveydenhuollon työtavat ja toimintakulttuuri kehittyvät digitalisoituvassa yhteiskunnassa. Pitkällä aikavälillä erityispalvelujen käyttöaste vähenee ja terveystalvannomenojen kustannukset vähenevät.

Hankkeessa kehitetyt toimivat käytännöt ja ohjausmenetelmät juurtuvat osaksi hankkeeseen osallistuvien hyvinvointikeskusten ja neuvoloiden toimintaa. Hankkeen toimintaan osallistuvat neuvoloiden ja hyvinvointikeskusten asiakkaina olevat äidit saavat hankkeen aikana valmiuksia, tietoa ja tehostettua ohjausta omasta hyvinvoinnista huolehtimiseen. Hankkeessa tuotettu materiaali jää hankkeeseen osallistuneiden käyttöön. Hankkeessa kehitetyt tuotteet (erilaiset koulutusmateriaalit, aineistot, artikkelit) ovat hyödynnettävissä hankkeen päättymisen jälkeen. Diak voi käyttää koulustalvanninnassaan hankkeen tuloksia, ja ODL hyödyntää hankkeen tuloksia ja kehitettyjä palveluita omassa toiminnassaan. Diakin monipuolisten viestintäkanavien ja verkostojen kautta myös hankkeen tuloksia voidaan levittää kansallisesti ja kansainvälisesti laajasti.

Kohderyhmä: Hyvinvointikeskusten ja neuvoloiden asiakkaana olevat naiset, joilla on todettu raskausajan diabetes tai joilla on kohonnut riski sairastua diabetekseen, ja jotka tarvitsevat erityistä tukea sekä ohjausta. (Oulussa arvioidaan vuositasolla olevan n. 390 raskausajan diabetekseen sairastunutta äitiä.) Lisäksi kohderyhmänä on hyvinvointikeskusten ja neuvoloiden hoitohenkilökunta.

<input checked="" type="checkbox"/> Hankkeen toiminta kohdistuu yhden maakunnan alueelle	<input type="checkbox"/> Hankkeen toiminta kohdistuu usean maakunnan alueelle	<input type="checkbox"/> Hankkeen toiminta on valtakunnallista
Maakunnat Pohjois-Pohjanmaa		
Seutukunnat Oulun		
Kunnat Oulu, Kempele, Liminka, Tyrnävä		

Lisätietoja hakemuksesta

Hankkeen nimi: Digillä terveystalvannusta

- Osallistujia 296 (työttömät 35, koulutuksessa olevat 55, työssä olevat 190 ja työmarkkinoiden ulkopuolella olevat 16)
- Hanketta on valmisteltu yhteistyössä Oulun kaupungin hyvinvointikeskusten terveydenhuollon ammattilaisten ja ODL:n kanssa.

Konkreettiset toimenpiteet:

TP1. Digitaalinen turvallisuus (toteutuksesta vastaavat Diak ja ODL yhdessä):

Sisältö suunnitellaan niin, että se palvelee sekä hyvinvointikeskusten ja neuvoloiden asiakkaiden että henkilöstön tarpeita. Työpaketin alustava sisältö: Tutkitun ja luotettavan tiedon hankkiminen, erilaisten terveys- ja hyvinvointiteknologiasovellusten hyödyntäminen, terveyslukutaidon kehittyminen, turvallinen ja eettisesti kestävä digitaalisten välineiden sekä alustojen käyttö, yksityisyyden suoja. Työpaketin suunnittelu ja toteutus käynnistyy tammi-helmikuussa 2022. Toteutuksessa huomioidaan kohderyhmän tarpeet sekä tarkemmat toiveet työpaketin sisällöstä, yksittäisen tapaamisen kestosta ja kertojen lukumääristä sovitaan hankkeen käynnistyessä. Toteutuksessa hyödynnetään ensisijaisesti etätapaamisia.

TP2. Digitaalinen ohjausosaaminen (toteutuksesta vastaa Diak ja ODL osallistuu):

Suunnataan hyvinvointikeskusten ja neuvoloiden hoitohenkilökunnalle. Toteutuksessa huomioidaan erityisesti paljon palveluja ja erityistä ohjausta sekä tukea tarvitsevien asiakkaiden ohjaaminen. Etäyhteyksin toteutuva digitaalinen vuorovaikutus asiakkaan/potilaan ja ammattilaisen välillä mahdollistaa palvelunsaannin ja tarjoamisen myös kaukana asuville. Digitaaliset välineet mahdollistavat kotiin tuotavan ohjauksen ja asiakkaan/potilaan kohtaamisen niillekin, joille matka ammattilaisen luo on pitkä. Etävälinein toteutuva ohjaus ja terveystalvannus saattavat motivoida asiakkaita kohti parempia elämäntapoja ja etäohjaus voi olla mahdollisuus tai vaihtoehto sille, että asiakas ja hoitaja tapaavat hyvinvointikeskuksessa. Koulutusten sisällöt tarkentuvat hankkeen käynnistyessä, ja koulutuksia suunnitellaan yhdessä kohderyhmän kanssa.

Alustavia sisältöjä ovat mm. tiedon ja osaamisen vahvistaminen erilaisten olemassa olevien ohjelmien, sovellusten ja alustojen hyödyntämisestä ja käyttämisestä työssä (perusvalmiudet, harjaantuneemmat taidot), motivoiva haastattelu, hoitoon sitoutumisen tukeminen, digitaalinen hyvinvointi, digitaalinen vuorovaikutus, etäohjaus, digitaalinen dokumentointi, erilaiset digitaaliset välineet etäohjauksessa. Koulutus toteutetaan etänä. Toteutuksessa hyödynnetään monipuolisesti erilaisia digitaalisia ohjausmenetelmiä ja esim. ohjausvideoita. Koulutuksesta kerätään palautetta koko ajan, ja sisältöjä sekä toteutustapaa muokataan tarvittaessa palautteen mukaan. Työpaketti käynnistyy huhtikuussa 2022.

TP3. Hyvinvoinnin ja osallisuuden tuki

Työpaketti kohdennetaan hyvinvointikeskusten/neuvoloiden asiakkaina oleville äideille. Toimenpiteissä hyödynnetään ensisijaisesti etätoteutusta ja erilaisia digitaalisia alustoja sekä menetelmiä, mutta tarpeen mukaan toimintaa järjestetään myös kasvokkaisina tapaamisina.

TP3.1. Äidin ja perheen terveyttä ja hyvinvointia tukeva elintapaohjaus (toteutuksesta vastaa ODL ja Diak osallistuu):

Tavoitteena on motivoida ja kannustaa naisia omaksumaan terveyttä edistäviä elintapoja ja antaa erilaisia välineitä ja menetelmiä oman hyvinvoinnin seuraamiseen. Toimintojen myötä naisten ymmärrys terveellisten elintapojen merkityksestä vahvistuu ja heidän arkiset valintansa tukevat hyvinvointia ja lapsiperheiden hyvää arkea. Lisääntynyt ymmärrys omien valintojen merkityksestä perheen hyvinvoinnille sekä vertaistuen saamisen mahdollisuus ja yhteisöllisyys ovat keinoja motivoida äitejä ja perheitä terveellisten elintapojen valitsemiseksi osaksi oman perheen arkea. Työpaketti sisältää kohderyhmälle luotua, tarvelähtöistä, naisten elämäntilanteen huomioivaa sisältöä erilaisten koulutusten sekä yksilö- ja ryhmäohjauksen muodossa. Kaikissa työpaketin toiminnoissa käytetään digitaalisia

Hankkeen nimi: Digillä terveystalvammennusta

ympäristöjä, sovelluksia ja mittareita. Toteutuksessa hyödynnetään sekä avoimia digiympäristössä toteutettavia luentokokonaisuuksia että työskentelyä pienryhmissä sekä yksilöohjausta. Yksilö- ja ryhmätoiminnoissa hyödynnetään erilaisia digitaalisia sovelluksia ja alustoja, esim. Sportive, SportTracker, Yazio, Sulamo, Fineli, MealTracker, mielenterveystalo.fi -verkkovalmennukset, Verkkopuntari jne. Hankkeessa hyödynnetään myös aktiivisuutta ja palautumista arvioivia mittareita. Käytettävät sovellukset ja mittarit valitaan kohderyhmä- ja tarvelähtöisesti. Sovellusten ja mittareiden sekä yksilö- ja ryhmätoimintojen avulla naiset motivoituvat ja aktivoituvat arvioimaan ja muuttamaan elintapojaan ja seuraamaan niiden toteutumista. Äitien elintapojen ja motivoitumisen muutosta seurataan sekä objektiivisilla mittareilla että validoiduilla kyselyillä. Yksilöohjauksia toteutetaan monimuotoisissa ympäristöissä, joko lähiohjauksina tai etäohjauksena. Myös chat-muotoista yksilöohjausta. Yksilöohjattavia äitejä on 50, ja kukin nainen saa yksilöohjausta 1-3 kertaa. Yksilöohjauksissa naisen elämäntilanne voidaan huomioida yksilöllisesti, ja ohjauksessa äitiä voidaan ohjata valitsemaan itselleen sopivia digitaalisia hyvinvointisovelluksia. Hankkeelle muodostetaan oma verkkosivusto, jossa äideillä on mahdollisuus tutustua hankkeen materiaaleihin ja sisältöihin ja olla vuorovaikutuksessa keskenään ja saada vertaistukea ja kannustusta. Sisältöjä tuotetaan sellaiseen muotoon, että vanhempi voi osallistua niihin esimerkiksi vaunulenkin aikana. Toteutusmuotoja ovat esimerkiksi etätoteutus, materiaalit yhteiselle digialustalle, koulutukset etänä tai osana äitien muita kohtaamisia kuten perhekerhoja tai podcastit kuunneltavaksi vaunulenkeille, jolloin äidit saadaan ulkoilemaan ja liikkumaan. Hankkeessa toteutetaan viisi erisisältöistä kaikille avointa webinaaria, jotka julkaistaan hankkeen Youtube-kanavalla ja ovat asiakkaiden katsottavissa itselleen sopivina aikoina. Ryhmien sisällöt suunnitellaan äitien tarpeista lähtien. Työpaketti käynnistyy maaliskuussa 2022.

TP3.2. Työllisyyden ja työhön palaamisen tuki (toteutuksesta vastaa Diak ja ODL osallistuu):

Sisältö tarkentuu kohderyhmän tarpeiden pohjalta, mutta alustavat sisällöt ovat: Olemassa olevien digitaalisten taitojen ylläpitäminen ja digiosaamisen vahvistaminen (perustaidot ja vaativampi osaaminen), urasuunnittelun tuki, vanhemmuuden ja työelämän yhteensovittamisen kysymykset, ajanhallinta, digietiketti, työhön palaamisen valmiudet/edellytykset. Arjen ja ajanhallinta osana työhyvinvointia. Osallistujat saavat valmiuksia vanhemmuuden taitojen soveltamisessa osaksi työelämävahvuuksia. Pitkään kotona olleet äidit voivat tarvita erityistä tukea työhön paluuseen ja työvalmiuksien ja taitojen päivittämiseen. Heille voidaan muokata erillistä osallistujalähtöistä sisältöä. Toteutuksessa hyödynnetään hybridimallin mukaista toimintaa ja ryhmässä toteutuvaa työskentelyä. Työpaketti käynnistyy toukokuussa 2022.

TP3.3. Digiosallisuuden vahvistaminen (toteutuksesta vastaavat Diak ja ODL yhdessä):

Vertaistuki, kokemusten jakaminen ja digiosallisuuden vahvistaminen on tärkeää äideille erityisesti koronapandemiasta johtuen, ja tämä mahdollistetaan yhteisen keskustelualustan (esim. WhatsApp, suljettu Facebook- ja/tai Instagram-ryhmä) ja yhteisen ohjatun vertaisryhmätoiminnan avulla. Yhteisellä keskustelualustalla voi esittää kysymyksiä ja saada ohjausta hankehenkilöstöltä, joilla on digitalisaatioon sekä terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseen liittyvää osaamista. Ohjaajien osallistuminen keskusteluun edistää myös tutkitun ja turvallisen tiedon välittämistä keskustelualustalla. Osallistujien määrää ei etukäteen päätetä. Osallistujat itse päättävät omalta kohdaltaan, miten kauan kokevat tarpeelliseksi keskustelussa mukana olemisen. Ohjattu vertaisryhmätoiminta (Zoom, Teams, Instagram) toteutuu etänä, ja jokainen osallistuja voi nostaa keskusteluun teemoja sekä tuottaa aineistoja ja sisältöä alustalle. Vertaisryhmän alussa voi olla erilaisia tietoisuuksia tai lyhyitä alustuksia ja jokaisella kerralla voi olla tietty teema (esim. Digiarki, digityö, digiterveys, digiarkuus, digiluovuus, pelillisuus, teknologian lisäarvo elämänlaadulle, ym.) mistä keskustellaan. Alustajana, tiedon tuottajana voi toimia hankehenkilöstön edustaja tai kohderyhmään kuuluva. Vertaisryhmään voidaan kutsua mukaan myös asiantuntijavierailijoita. Toiminnassa hyödynnetään mm. kulttuuriin liittyviä digitaalisia alustoja ja erilaisia digitaalisia välineitä. Ohjattuja vertaisryhmiä voi olla yksi tai useita riippuen osallistujien määrästä. Toiminta käynnistyy helmikuussa 2022.

TP4. Viestintä (toteutuksesta vastaa Diak ja ODL osallistuu):

Hankkeen viestintäsuunnitelma laaditaan hankkeen käynnistyttyä ja toiminnallista viestintäsuunnitelmaa tarkennetaan määräajoin. Viestintää toteutetaan laaditun suunnitelman mukaisesti koko hankkeen ajan. Hankkeen tuloksina valmistuu erilaisia koulutusmateriaaleja, artikkeleita sekä opiskelijoiden oppimistehtäviä, joista tiedottaminen ja markkinointi on osa työpaketin sisältöä. Hankkeen tuotoksia ja tuloksia viestitään ja markkinoidaan monipuolisella viestinnän keinovalikoimalla, kuten some-näkyvyys, verkkosivusto, mediaviestintä, asiantuntijaviestintä, julkaisutoiminta, markkinointimateriaalit, uutiskirjeet ja muut hallinnoijan ja osatoteuttajien käytössä olevat viestintäkanavat. Lisäksi mahdollisuuksien mukaan toteutetaan visualisointeja, infograafeja ja/tai videoita hankkeen tuloksista työpaikoille työmenetelmien ja neuvonnan tueksi. Toteutus: Joulukuu 2021- elokuu 2023.

Kustannusarvio ja rahoitussuunnitelma

Kustannukset	Yhteensä €	Rahoitus	Yhteensä €	Osuus nettokustannuksista (%)
1 Palkkakustannukset	245 154	1 Haettava ESR- ja valtion rahoitus	262 026	80,00
2 Ostopalvelut	37 000	2 Kuntien rahoitus	0	0,00
3 Muut kustannukset	3 700	3 Muu julkinen rahoitus	40 879	12,48
4 Flat rate	41 678	4 Yksityinen rahoitus	24 627	7,52
Kustannukset yhteensä	327 532	Rahoitus yhteensä	327 532	100,00
5 Tulot	0			
Nettokustannukset yhteensä	327 532			

Kustannukset	Yhteensä €	Rahoitus	Yhteensä €
6 Kunnat	0	5 Kuntien rahoitus	0
7 Muu julkinen	0	6 Muu julkinen rahoitus	0
Yhteensä	0	Yhteensä	0

Kustannusarvio yhteensä	327 532	Rahoitussuunnitelma yhteensä	327 532
--------------------------------	----------------	-------------------------------------	----------------

Rahoittajan arvio hankkeesta

Hankkeessa tuotetaan lisäarvoa olemassa oleviin palveluihin ja toimintamalleihin kehittämällä uudenlaisia ratkaisuja hyödyntäen digitaalisia menetelmiä. Hankkeessa vahvistetaan kohderyhmiin kuuluvien digitaalista osaamista, jolloin digitaalisten välineiden ja sovellusten hyödyntäminen terveystalvannuksessa monipuolistuu ja neuvolan asiakkaiden diabeteksen omahoitoon sitoutuminen paranee. Pohjois-Pohjanmaan koronatoimenpidesuunnitelma (2020-2021) painottaa uudenlaisten digitaalisten menetelmien kehittämistä, digitaalisten välineiden ja menetelmien hallintaosaamista ja teknologisten ratkaisujen tuottamista asiakastyöhön. Hanke tukee Pohjois-Pohjanmaan maakuntaohjelmaa erityisesti digitalisaation ja hyvinvoinnin teemojen osalta. Hanke edistää digiosallisuutta, aktiivista toimijuutta ja lisää työllistymisvalmiuksia. Hanke on erityistavoitteen 12.3 mukainen.

Rahoittajan esitys

Rahoittajan esitys
<input checked="" type="checkbox"/> Hakemus esitetään hyväksyttäväksi <input type="checkbox"/> Hakemus esitetään hylättäväksi

Ratkaisun mahdolliset perustelut ja jatkotoimenpiteet

Pohjois-Pohjanmaa MAKO Digitalisaatio, Covid 19 -pandemia.

Käsittelyt:

Pohjois-Pohjanmaan ELY-keskuksen Elinkeino- ja luonnonvara -teemaryhmä 13.12.2021

Pohjois-Pohjanmaan ELY-keskuksen EURA-ryhmä 15.12.2021

Pohjois-Pohjanmaan maakunnan yhteistyöryhmän sihteeristö 18.1.2022