

## Raportti hyvinvointisuunnittelun toteuttamisesta 2020

### Kuntalaisten hyvinvoinnin edistäminen

Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen tavoitteena on kaikkien kuntalaisten hyvinvoinnin ja osallisuuden vahvistaminen sekä eriarvoisuuden ja sosiaalisten ongelmien väheneminen. Hyvinvoivat kuntalaiset mahdollistavat elinvoimaisen kunnan, jossa asukkaat ovat aktiivisia ja arki sujuvaa. Hyvinvoinnin ja terveyden edistämistä ohjataan Espoo-tarinasta johdetuilla eri ikäryhmien hyvinvointisuunnitelmilla, jotka linjaavat hyvinvointityön painopisteet ja tavoitteet valtuustokaudelle. Kuluvalla valtuustokaudella hyvinvointityön kehittämistä on tukenut Hyvinvoiva Espoo -kehitysohjelma.

Koronaepidemia on vaikuttanut merkittävästi joidenkin suunniteltujen toimenpiteiden toteuttamiseen. Mahdollisuuksien mukaan hyvinvointia tukevaa toimintaa on kuitenkin järjestetty eri tavoin, kuten esimerkiksi etävastaanoitoilla, etätilaisuuksilla, rajoitetuilla kokoonpanoilla ja ulkona tapahtuvalla toiminnalla.

Seuraavassa kuvataan hyvinvointisuunnitelmien ja kehitysohjelman mukaisten toimenpiteiden toteutumista vuonna 2020. Toimenpiteet on jaettu seuraaviin osa-alueisiin:

1. Viihtyisät ja turvalliset kaupunkikeskukset
2. Toimivilla kulkuyhteyksillä tuetaan arjen sujumista
3. Lasten ja nuorten hyvinvointityö
4. Työikäisten hyvinvointityö
5. Ikääntyneiden hyvinvointityö
6. Hyvinvoiva Espoo -kehitysohjelma mielen hyvinvoinnin edistäjänä

#### 1. Viihtyisät ja turvalliset kaupunkikeskukset

Asuinalueiden monimuotoisuuden edistäminen ja alueiden eriytymisen torjunta ovat keskeisiä toimenpiteitä asukkaiden hyvinvoinnin näkökulmasta. Näihin vaikutetaan monipuolisella ja kohtuuhintaisella asuntotuotannolla ja monimuotoisella asukasrakenteella. Sekä vapaarahoitteinen että valtion tukema asuntotuotanto sijoittuu eri puolille kaupunkia ja asuinalueiden uusiin kortteleihin.

Aloitettujen asuntojen määrä kipusi Espoossa koronasta huolimatta uuteen ennätykseen vuonna 2020. Uusia asuntoja aloitettiin rakentamaan 6 159 kpl ja asuntomäärä kasvoi edelliseen vuoteen verrattuna 1 500 asunnolla. ARA-vuokra-asuntoja aloitettiin 965 asunnon verran, mikä ylitti kirkkaasti Espoon tavoitteen (660 asuntoa). Näistä opiskelija-asuntoja oli 165 asuntoa ja nuorille suunnattuja asuntoja 56. Yksinäisten asunnottomien määrä on laskenut vuodesta 2018 lähtien. Vuonna 2020 hyväksytty valtion ja kuntien välinen maankäytön, asumisen ja liikenteen (MAL) -sopimus vuosille 2020-2031 määrittelee seudun yhteiset tavoitteet yhdyskuntarakenteen kehittämiseksi, asuntotuotannolle sekä kestävästä liikkumisesta ja liikennejärjestelmää kehittäville toimenpiteille.

Kaupunki- ja kuntapalvelututkimuksessa 2020 asuinalueen turvallisuutta piti Espoossa vastaajista 93 % hyvin hoidettuna. Osuus on vertailuryhmän keskiarvoon nähden korkea. Edellisestä tutkimuskerrasta tyytyväisten osuus on noussut kolme prosenttiyksikköä. Puistojen ja viheralueiden hoitoon tyytyväisten osuus on kasvanut 5 % vuodesta 2019. Kuntoratojen ja ulkoilureittien sekä ulkoilualueiden ja puistojen hoitoon tyytyväisiä oli 88 % vastaajista.

Rakennetun kaupunkiympäristön turvallisuuskävelyiden toimintamallia kehitetään yhteistyössä Laurea ammattikorkeakoulun kanssa. Vuoden 2020 aikana turvallisuuskävelyn kohdennettu pilotointi toteutettiin Iivisniemen koulussa yhdelle 5. luokalle. Kävelyn toteutti Laurean turvallisuusalan 2 opiskelijaa opinnäytetyönään. Kävely toteutettiin supistetusti johtuen Covid-19 pandemian aiheuttavista rajoituksista. Opiskelijat tuottivat oppaan opettajille turvallisuuskävelyn toteuttamiselle. Oppaan laajempaa käyttöönottoa

ja turvallisuuskävelyiden kehittämistä kohdennetuille asukasryhmille jatketaan vuonna 2021 Covid-19 tilanne huomioiden.

Kaupunkitapahtumien tuottamiin avoimiin yleisötapahtumiin on vuonna 2020 osallistunut n. 123 000 asukasta eri puolilla Espoota. Kera-kollektiivin toiminta elävöittää Keran aluetta. Espoo-päivä toteutui korona-aikana yli 100 etä- ja lähitapahtuman voimin vastuullisesti. Kulttuuritalot ja Tapiola Sinfonietta järjestivät streamattuja konsertteja varmistaen taide- ja kulttuuripalveluiden saavutettavuuden myös poikkeustilanteessa. Konsertit tavoittivat yli 460 000 katsojaa. Myös KAMU Espoon kaupunginmuseo on tarjonnut ketterästi uusia digisisältöjä ja verkkopalveluja. Asukaslähtöisiin tapahtumiin ja taidehankkeisiin myönnettiin 81 kulttuuriavustusta. Hankkeet jakautuivat Espoon eri kaupunkikeskuksiin tarjoten osallistavia kulttuurikokemuksia lähellä arkea.

## **2. Toimivilla kulkuyhteyksillä tuetaan arjen sujumista**

Toimivilla kulkuyhteyksillä voidaan helpottaa arjen sujumista ja lisätä näin asukkaiden hyvinvointia. Joukkoliikenne on tässä avainasemassa. Joukkoliikennepalveluiden käyttö väheni koronan vaikutuksesta. Kaupunki- ja kuntapalvelut -tutkimuksessa (syksy 2020) julkista liikennettä piti Espoossa vastaajista 67 % hyvin hoidettuna. Edellisestä tutkimuskerrasta tyytyväisten osuus on noussut viisi prosenttiyksikköä. Tyytyväisimmät kuntalaiset asuvat Leppävaarassa ja Tapiolassa.

MAL-sopimukseen kirjattu päätös kaupunkiradan, Raide-Jokerin ja Länsi-Metron jatkeen toteuttamisesta edistävät merkittävästi Espoon viiden kaupunkikeskuksen kestäväää kehittämistä ja on tärkeä etappi matkalla kohti päästötöntä liikkumista. Espoon kaupunkirata, Länsi-Metron jatke ja Raide-Jokeri ovat osa pääkaupunkiseudun joukkoliikennejärjestelmän kehittämistä ja toteutuessaan parantavat Espoon lähiliikenteen palveluja ja täsmällisyyttä. Raideratkaisut parantavat Keilaniemi - Otaniemi, uudistuvan Espoon keskuksen ja voimakkaasti kasvavan Leppävaaran joukkoliikennedyhteyksiä entisestään tukien myös Keran ja Finnoon alueen muutosta.

Kaupunki- ja kuntapalvelut -tutkimuksessa 2020 liikenneoloja jalankulkijan kannalta piti 88 % vastaajista ja pyöräilijän kannalta 69 % vastaajista hyvin hoidettuna. Tyytyväisten jalankulkijoiden ja pyöräilijöiden osuus on kasvanut 3 % vuodesta 2019.

## **3. Lasten ja nuorten hyvinvointityö**

Vuoden 2020 osalta koronan aiheuttamat poikkeusolot vaikuttivat lasten ja nuorten hyvinvointityön toteuttamiseen monella tavalla. Neuvola ja koulu- ja opiskeluterveydenhuollossa palveluita supistettiin ja henkilöstöä siirrettiin toisiin tehtäviin, mikä vaikutti palveluiden toteuttamiseen. Asiakastyössä etäkontaktien ja -vastaanottojen määrät lisääntyivät merkittävästi. Perusopetuksessa ja toisella asteella siirryttiin osittain etäopetukseen. Etäopetuksessa onnistui pääsääntöisesti hyvin. Kaikille oppilaille pystyttiin tarjoamaan kouluruokailu poikkeusjärjestelyin, mikä on hyvinvoinnin näkökulmasta tärkeää.

Poikkeusoloista huolimatta lasten ja nuorten hyvinvointityötä toteutettiin toimialoilla painopisteinä hyvinvoinnin vahvistaminen ja varhainen tuki erityisesti lapsen ja nuoren omassa kehitysympäristössään. Lapsiperheiden palveluissa keskityttiin yhteisten toimintamallien maastouttamiseen. Länsi-Uudenmaan Tulevaisuuden sotekeskus-hanke käynnistyi. Hankkeessa jatketaan perhekeskustoiminnan kehittämistä sekä systemisen toimintamallin laajentamista lastensuojelusta myös laajemmin lapsiperhepalveluihin.

Neuvolassa otettiin käyttöön äideille raskauden aikainen masennusseula. Masennuksen seulontaa synnytyksen jälkeen laajennettiin myös puolisoille. Aikuisten mielenterveyspalveluiden ja neuvolan välillä käynnistettiin koko Espoon kattava konsultaatiomalli, mikä mahdollistaa asiakkaille tukea ja apua nopeasti ja matalla kynnyksellä.

Kevään 2020 poikkeusolot vaikuttivat varhaiskasvatuksessa ja esiopetuksessa olevien lasten osallistumisasteeseen. Varhaiskasvatukseen ja esiopetukseen osallistui vain noin 20% kaikista lapsista. Osa lapsista oli yhtäjaksoisesti pois jopa viisi kuukautta varhaiskasvatuksen ja esiopetuksen parista. Tällä oli erityisesti vaikutusta eri kieli- ja kulttuuritaustaisten lasten suomen/ruotsin kielen oppimiseen ja kehittymiseen sekä kehitykselleen tukea tarvitsevien lasten oppimiseen. Suomenkielinen varhaiskasvatus julkaisi keväällä netissä sivuston Toimintaa kotona oleville lapsille. Sivustolla julkaistiin uutta tekemistä eri ikäisille lapsille parin päivän välein.

Kouluterveyskyselyn tulosten pohjalta on kehitetty etenkin lasten ja nuorten mielenterveyspalveluita, palveluihin ohjausta sekä tehostettu yhteistyötä nuorisopalveluiden ja opiskeluhuollon kanssa. Ulkomaalaistaustaisten koululaisten tulosten pohjalta käynnistettiin Sito- Sotet-tasoinen työryhmä pohtimaan valmennusta kouluihin, esimerkiksi miten nuorten osallisuuden kokemusta, kiusaamista ja yksinäisyyttä voitaisiin helpottaa.

Koulujen ja oppilaitosten hyvinvointityön tavoitteena oli vahvistaa toimintakulttuuria, joka tukee kaikkien opiskelijoiden yhteisöllisyyttä ja osallisuutta. Kouluterveyskyselyssä (2019) oppilaiden ja opiskelijoiden kokemus luokkaan tai ryhmään kuulumisesta sekä yksinäisyyden kokemukset olivat huolestuttavia ja loivat pohjaa yhteisöllisen opiskeluhuollon kehittämiseksi. Opiskeluhuollon psykologit ja kuraattorit tavoittivat opiskelijoita hyvin myös kevään 2020 etäopiskelun aikana, ja asiakasmäärät kasvoivat. Opiskelijoita on tuettu etäyhteyksien lisäksi esimerkiksi kävelytapaamisina. Opiskeluhuollon moniammatillista yhteistyötä kehitettiin luomalla suomenkieliseen opetukseen uusi toimintamalli, jossa monialainen tiimi hoitaa opiskelijan mielenterveysongelmia hänen omassa oppilaitoksessaan. Elämä edessä -toimintamallia pilotoitiin Omnian Leppävaaran toimipisteessä, jossa opintojensa keskeyttäneiden opiskelijoiden määrä laski merkittävästi. Yleisimmät syyt opintojen keskeyttämiselle ovat mielenterveyden ongelmat ja päihteiden käyttö, mikä saattaa laukaista syrjäytymisen kierteen. Lisäksi aloitettiin HUS:n kanssa *Terapiat etulinjaan*- yhteishanke, jossa opiskeluhuollon työntekijät saavat koulutusta nuorten masentuneisuuden ja ahdistuneisuuden tukemiseen.

Oppilaiden osallisuutta, oppimista ja liikkumista tukevaa Liikkuva koulu -hanketta jatkettiin. Myös Hansa-pilotti jatkoi toimintaansa vuonna 2020. Pilotissa lapsen ja perheen tarvitsema monialainen tuki viedään lapsen kehitysympäristöön eli kouluun. Pilotin loppuraportin odotetaan valmistuvan vuoden 2021 aikana. Koukku-toiminnalla / Närvaroteam tuettiin oppilaita, jotka olivat jääneet pois koulusta, takaisin kouluun.

Lasten ja nuorten harrastustoiminta oli covid-19 –tilanteesta johtuen tauolla maaliskuun puolivälistä toukokuun loppuun saakka. Kesäaikana toteutettiin osa suunnitellusta toiminnasta huomioiden pienemmät ryhmäkoot. Syksyllä harrastustoiminta käynnistyi rajoitetusti, ja kaikki kaupungin tiloissa toteutettava toiminta keskeytettiin uudelleen marraskuun lopussa. Harrastustoiminnan puutteella on ollut merkittäviä lasten ja nuorten hyvinvointia alentavia vaikutuksia. Pelkästään urheiluseuratoiminnan piiristä, eli liikuntaharrastuksista on jäänyt pois korona-aikana n. 3000 lasta tai nuorta.

Vieraskielisten lasten ja nuorten määrä lisääntyy Espoossa. Vuonna 2020 neuvolan asiakkaista oli vieraskielisiä 20,7%, varhaiskasvatuksen 26 %, perusopetuksen oppilaista noin 22 % ja lukio-opetuksessa 9 % oli vieraskielisiä. Monet vieraskieliset lapset, nuoret ja heidän perheensä tarvitsevat tukea löytääkseen tarvittaessa palveluiden pariin nykyistä nopeammin. Tähän tarpeeseen on vastattu esim. neuvoloiden vieraskielisille perheille suunnatun Moniku-palvelun sekä arabiankielisille nuorille ja perheille tarkoitetun Haya-verkkopalvelukokeilun kautta. Loppuvuodesta 2020 käynnistyi maahanmuuttajien ohjaus- ja neuvontahanke. Edetään Espoossa- hankkeessa on kehitetty vieraskielisten oppilaiden ja huoltajien osallisuutta vuoden.

Vieraskielisten lasten ja nuorten hyvinvointierot kantaväestöön verrattuna ovat keskeinen haaste kaikissa palveluissa. Kouluterveyskyselyn mukaan vieraskielisistä alakoulun oppilaista viidennes kertoo kokevansa fyysistä uhkaa, yläkoulujen ulkomaalaistaustaiset pojat jäivät helposti ilman ystävää ja he tulevat kiusatuksi

selkeästi useammin kuin muut. Masennusoireilu on ulkomaalaistaustaisilla yläkoulun pojilla 3 kertaa yleisempää kuin suomalaisilla pojilla. Alle 30-vuotiaille suunnatussa

Ohjaamotalossa laadittiin vuonna 2020 yhteensä 238 aktivointisuunnitelmaa pitkään työttömänä olleille nuorille. Töihin menneitä, koulutuksen, työkokeilun ja kuntouttavan työtoiminnan aloittaneita aktivointisuunnitelman laatineita nuoria oli 84. Heistä lähes puolet sijoittui kuntouttavaan työtoimintaan. Terveyspalveluille oli aktivoitujen nuorten keskuudessa suuri tarve: noin viidesosassa aktivointisuunnitelmissa sovittiin hakeutumisesta terveydenhuollon tai mielenterveyden palveluihin.

#### 4. Työikäisten hyvinvointityö

Espoon työttömyysaste oli marraskuun 2020 lopussa 11,3% (2019: 7,7% ja 2018: 7,9 %). Alkuvuonna 2020 hyvässä kehityksessä ollut työttömyysaste nousi rajusti koronakriisin myötä. Pääkaupunkiseudulla on paljon nimenomaan palvelualan työpaikkoja, joiden kohdalle kriisi osui pahiten.

Työllisyyden kuntakokeilun alkamiseen (1.3.2021) valmistauduttiin rekrytoinneilla, perehdytyksellä ja toimintamallien ja organisaation suunnittelulla. Työllisyyden kuntakokeilussa TE-toimistolta on siirtymässä työllisyyden kuntakokeilun vastuulle n. 18 000 (12/2020 tilanne) asiakasta. Kokeiluihin ohjataan kokeilualueilla ne työttömät ja työvoimapalveluissa olevat työnhakijat, jotka eivät ole oikeutettuja ansiopäivärahaan. Lisäksi kohderyhmään kuuluvat kaikki alle 30-vuotiaat työnhakijat sekä kaikki maahanmuuttajat ja vieraskieliset, jotka ovat joko työttömänä tai työvoimapalveluissa kokeilualueiden TE-toimistoissa. Kokeilun tarkoituksena on vahvistaa kuntien roolia työllisyyspalveluiden järjestäjänä sekä mahdollistaa entistä sujuvampi monialainen palvelu työnhakijoille yhteistyössä sosiaali- ja terveystoimen kanssa.

Nuorten ekosysteemityö alkoi laajoilla verkostotyöpajoilla, joiden tarkoituksena oli etsiä ratkaisuja nuorisotyöttömyyteen. Työskentelyn tavoitteena on puolittaa nuorisotyöttömyys löydettyjen ratkaisujen avulla, mm. verkostotyötä vahvistamalla ja tehokkaammalla palveluohjauksella. Korkeakoulutettujen maahanmuuttajien työllistymisen edistämisen hanke (Koske) on aloittanut toimintansa rekrytoinneilla, verkoston rakentamisella ja palveluprosessien suunnittelemisella.

Työkykyhankkeelle saatiin rahoitus. Hankkeeseen valmistautuminen aloitettiin marraskuun lopussa. Hankkeen tarkoituksena on tuottaa työttömille toimiva sote-palveluprosessi kytkemällä työllisyyden kuntakokeilu- ja tulevaisuuden sote-keskushankkeet yhteen ja tunnistamalla työttömien sosiaali- ja terveyspalveluiden tarpeet nykyistä varhemmin. Hankkeen käytännön työ alkaa alkuvuodesta 2021 jolloin työttömien terveystarkastusta ja ohjausta tehostetaan. Käyttöön otetaan mm. Sähköinen terveystarkastus tukemaan perinteistä terveystarkastusta.

Korona -pandemian myötä reagoitiin nopeasti ja joustavasti muuttuneeseen tilanteeseen organisoimalla kuntalaisille ruoka-apua. Järjestöjen ja aikuisten sosiaalipalveluiden koordinoiman ruoka-apuverkoston toimintaan saatiin lisäresursseja mm. sivistystoimesta turvaamaan riskiryhmissä olevien ruokahuoltoa. Ruoka-apujärjestöjen asiakaskontakteja oli vuoden aikana kaiken kaikkiaan noin 119 000 kpl. Pitkälti vapaaehtoisten varassa toimivien järjestöjen rooli työssä oli suuri. Heidän kauttaan järjestettiin myös vähävaraisten ja haavoittuvassa asemassa olevien ilmaisten kasvomaskien jako, joka jatkuu edelleen. Maskeja on jaettu keskimäärin noin 50 000 kpl viikossa. Korona vauhditti myös vieraskielisten palveluiden kehittämistä. Kevään aikana kehitettiin nopealla aikataululla ja monialaisesti (eri toimialat, järjestöt) vieraskielisten korona -info.

Espoo sitoutui hallituksen tavoitteeseen puolittaa asunnottomuus vuoteen 2023 mennessä tekemällä oman asunnottomuuden puolittamisen suunnitelman. Siihen liittyen aikuisten sosiaalipalvelut sai Stm:n rahoituksen asumistaloussosiaaliryöy hankkeeseen, joka aloitettiin loppuvuonna 2021. Hanke liittyy vahvasti tulevaisuuden sote -keskuskehittämiseen.

Espoon ehkäisevän mielenterveys- ja päihdetyön (empt) rakenteita vahvistettiin, kun huhtikuussa 2020 aloitti kaupungin ensimmäinen kaupunkitasoinen ehkäisevän mielenterveys ja päihdetyön asiantuntija. Osana eptyötä otettiin käyttöön Pakka. Se on paikallisten alkoholi-, tupakka- ja rahapelihaittojen ehkäisyyn kehitetty menetelmä. Syksyllä toteutettiin päihdetilannekysely kuntalaisille (n=2 012), josta saadaan tietoa asuinalueiden päihdetilanteesta, koetusta turvallisuudesta ja ikärajavalvonnasta. Suunnitelma AVI:n lupalausuntoprosessin jalkauttamiseksi aloitettiin. Lupalausunto antaa asukkaille mahdollisuuden ilmaista mielipiteensä anniskelu- tai vähittäismyyntipaikkojen sijainnista.

Sote-sektorille suunnatun alkoholin käytön puheeksioton ja mini-intervention jalkauttamisen taustamateriaalin kerääminen ja suunnittelu aloitettiin. Osana taustoitusta teetettiin soten palvelualueille kysely mini-intervention käytöstä ja tilastoinnista. Kyselyn perusteella havaittiin, että mini-interventiota ei juurikaan käytetä ja tilastointia menetelmän käytöstä tehdään vielä harvemmin, josta johtuen päätettiin alkaa suunnitella mini-intervention jalkauttamista uudelleen tulevien lähivuosien aikana. Selvitettiin digitaalisten oma-apukeinojen sekä varhaisen tuen menetelmien ja työkalujen mahdollista hyödyntämistä kaupungin sote-palveluissa. Kaupunkitasoista empt-yhteistyötä vahvistettiin kaupungin eri toimialojen ja yksiköiden kanssa. Empt osallistui erilaisiin sote-hankkeisiin. LU-hankkeessa vahvistettiin yhteistyön tiivistämistä EMPT-työtä tekeviin LU-kuntiin.

Työikäisten kuntalaisten hyvinvointia edistettiin järjestämällä matalan kynnyksen liikuntaryhmiä yhteistyössä liikunta- ja urheiluseurojen ja yhdistysten kanssa. Lisäksi tarjottiin kohdennettuja liikuntaryhmiä synnyttäneille, maahanmuuttajanaيسille ja työttömille. Avoimia ulkoliikuntaryhmiä lisättiin ja annettiin vinkkejä ulkoiluun, kävelyyn ja sauvakävelyyn. Perheille järjestettiin Perhetöpinöitä kaikilla suuralueilla. Henkilökohtaista liikuntaneuvontaa tarjottiin peruspalveluna aktivoiden terveytensä kannalta liian vähän liikkuvia liikunnan ja terveellisen elämäntavan pariin. Perheille tarjottiin kivaa tekemistä koululaisten loma-ajoille yhteistyössä kumppaneiden kanssa. Liikuntaa ja painonhallintaa –kurseja järjestettiin kaksi, joista toinen jouduttiin keskeyttämään koronarajoitusten vuoksi.

Kulttuuripalveluissa on edelleen kiinnitetty huomiota vieraskielisten asukkaiden ja yhteisöjen hyvinvointiin. Yksikkö on ollut mukana mm. Kaikilla on oikeus kotiseutuun -hankkeessa, jossa kehitettiin kulttuurisesti moninaista kotiseututyötä. Uudistunut Kannusali Espoon keskuksessa panostaa palveluiden saavutettavuuteen ja voitti Vuoden esteetön teko -palkinnon. Kulttuurikansalainen-ohjelmaa Suomen kansalaisuuden saaneille espoolaisille päivitettiin kohderyhmää ja toimijoita osallista. Espoonlahden alueen tulevaa aluekirjastoa ja kulttuuripalveluita suunnitellaan asukkaiden kanssa yhteiskehittämisen menetelmin. Yhdistysten valmiutta pysyä aktiivisena koronapandemian aiheuttamassa tilanteessa tuettiin vuosiaavustusten ns. peruutussuojalla sekä kumppanuustapaamisilla. Kotiseutuyhdistykset ja kulttuuriyhdistykset järjestivätkin vuoden aikana yli 1200 tilaisuutta asukkaille.

## 5. Ikääntyneiden hyvinvointityö

Vuoden alkupuolella ikääntyneiden hyvinvointia ja terveyttä edistävät toiminnot ja palvelut sujuivat edellisen vuoden tapaan ja niitä oli tarjolla runsaasti. Korona -virustilanne ja siihen liittyneet säädökset vaikuttivat maaliskuun puolesta välistä alkaen rajusti varsinkin ikääntyneiden mahdollisuuksiin liikkua kodin ulkopuolella ja osallistua. Keväällä yli 70 -vuotiaita suositeltiin välttämään ulkona liikkumista ja varsinkin asiointia kaupoissa ja muissa julkisissa tiloissa. Moni ikääntynyt jäi etäyhteyksien ja internet -palvelujen ulkopuolelle. Uusia keinoja tavoittaa ikääntyneitä yritettiin löytää. Keväällä lähetettiin kaikkiin espoolaisiin talouksiin julkinen tiedote. Tiedotteessa kerrottiin poikkeustilan aikaisista palveluista, kuten ikääntyneiden mahdollisuudesta saada ruokatarvikkeita kotiin. Lisäksi tiedotteen mukana lähetettiin kuvitettu liikuntaohje omatoimiseen harjoitteluun ja myös kehoitettiin liikkumaan sisällä kotona ja yksinäisyyden torjumiseksi olemaan yhteydessä esimerkiksi puhelimitse läheisiin tai vapaaehtoisiiin. Ikääntyneiden ruokatarvikkeiden hankkimiseksi kehitettiin yhteistyötä EJY ry:n vapaaehtoistoiminnan, seurakunnan ja Nestorin kesken. EJY ry:n vapaaehtoiset auttoivat 115 ikääntynyttä ja toimittivat tilastojen mukaan noin 800 ruokatarvatoimitusta ikääntyneille. Hätäapuna ikääntyneet saattoivat saada kaupungin ruokahuollosta valmiin ruokatarvikekassin kotiin kuljetettuna.

Palvelukeskukset suljettiin 16.3.2020 kevään ajaksi kokonaan, kesällä korona -virustilanteen hieman helpottaessa saatettiin ottaa asiakkaita ajanvarauksella fyysisen suorituskyvyn harjoitteluun Tapiolan, Kaukalahden ja Espoon keskuksen palvelukeskuksiin. Espoon Keskuksen, Tapiolan ja Kaukalahden palvelukeskusten kuntosaleilla ajalla 3.8- 23.10.2020 rekisteröitiin yhteensä 1324 ikääntyneiden kuntosalikäyntiä. Kaukalahdessa kävi noin 30 eri asiakasta, Espoon Keskuksessa 48 ja Tapiolassa 53. Syksyllä palvelukeskukset taas suljettiin kokonaan epidemiatilanteen huononnutta. Palvelukeskusten henkilökunnasta osa siirtyi koronaviruksen torjuntaan liittyviin tehtäviin ja osa keskittyi elä ja asu -seniorikeskusten asukkaiden toimintakykyä ylläpitävään toimintaan. Elä ja asu -seniorikeskukset olivat suljettuja ulkopuolisilta kuten läheisiltä useita kuukausia. Palvelukeskuksissa rakennettiin etätoimintaa yhteistyössä Laurea AMK:n ja liikuntatoimen kanssa.

Osa ryhmätöihin pystyi siirtymään etäkokoontumisiin. Esimerkiksi kaupungin yhteistyöhankkeessa Parempaa Elämää Lähi-toimintana siirryttiin Porinaporukka -etäryhmiin, joista on saatu hyviä kokemuksia. SPR:n alueyhdistys toteutti soittorinkejä kotihoidon asiakkaille yhteistyössä kotihoidon ja Nestorin kanssa. Liikuntapalveluissa tuotettiin uusia liikuntaohjeita ikääntyneille: jumppa, tuolijumppa, tasapaino ja venyttely. Jakelukanavana olivat esim. Espoo liikkuu -lehti, Länsiväylä, Elinvoimaa ikääntyville -liite, sekä eri yhteistyökumppanit ja Espoon ruokakassijakelu. Liikunnanohjauspalveluita senioreille käynnistettiin myös sähköisinä palveluina, senioreiden omatoimiliikuntaa tukeva palvelusivu internetissä [www.espooliikkuu.fi/omatoimiliikunta](http://www.espooliikkuu.fi/omatoimiliikunta). Näitä olivat mm. jumppavideot yhteistyössä Omnian kanssa, liikuntavinkkejä sekä LIVE-jumppalähetyksiä (yhteistyössä esim. Fressi ja Vantaan kaupunki). Seniorit liikkeelle - luontoliikuntatapahtuma toteutettiin Teamsin kautta. Tapahtumassa oli asiantuntijaluento, tietoiskut ja liikuntaosuus.

Korona-ajan sisäliikuntaryhmien ohjauksessa toimenpiteinä olivat mm. ryhmäkoon pienentäminen, hygieniaohjeiden korostaminen, riittävät turvavälit ja turvalliset pukuhuonekäytännöt, toimintaohjeet salitoiminnan sujuvoittamiseksi, maskisuositukset, aikataulumuutokset, eli ryhmien jakaminen eri päville/ryhmien välisten taukojen kasvattaminen, sekä kulkumuutoksia salille tulossa ja poistumisessa. Ohjattua koronaturvallista parvekejumppaa palvelutaloissa toteutettiin keväällä, kesällä ja alkusyksyllä (toteutus yhteistyössä palvelutalojen ja hoivakotien kanssa). Syyskauden palvelutarjontaan lisättiin huomattavasti koronaturvallisuuden huomioivaa ohjattua ulkoliikuntaa senioreille. Esim. lokakuussa oli tarjolla 68 viikoittaista ohjattua ulkoliikuntaryhmää senioreille. Toimintaa järjestettiin kaikilla Espoon suuralueilla ja kaikki toiminta oli maksutonta ja avointa. Uusina liikuntaryhminä olivat esim. ulkojumppa senioreille, jota toteutettiin esim. puistoissa, jalkapallokentillä ja uimarannoilla, yhteiskävelyt senioreille, kauppakeskuskävelyt ulkona ja ulkokuntosali senioreille.

Ikääntyneiden kotona asumisen tukemiseksi jatkettiin Kotona asumista tukevien palvelujen kehittämissuunnitelmaa 2019-2021. Ohjelmassa saatiin valmiiksi kotiutusprosessi -projekti ja arvokas elämän loppuvaihe -projekti, joissa kehitettyjä toimintoja vakiinnutetaan ja kehitetään edelleen.

## **Hyvinvoiva Espoo -kehitysohjelma mielen hyvinvoinnin edistäjänä**

Valtuustokauden hyvinvointisuunnitelmia valmisteltaessa tunnistettiin eri ikäryhmiä koskeva yhteinen tarve mielen hyvinvointia edistävälle työlle. Hyvinvoiva Espoo -kehitysohjelma on pyrkinyt vastaamaan tähän tarpeeseen viestimällä mielen hyvinvoinnin merkityksestä ja keinoista tämän edistämiseksi sekä asukkaille että kaupunkiorganisaatiolle ja kumppaneille. Ohjelman aikana (v. 2017-2021) on myös vahvistettu henkilöstön ja asukkaiden mielen hyvinvointiin liittyvää osaamista sekä luotu asukkaille mahdollisuuksia edistää omaa hyvinvointiaan.

Projektien ja toimenpiteiden toteutusta sopeutettiin koronarajoitusten mukaisesti ja toteutettiin niitä vaihtoehtoisilla tavoilla. Koronatilanne hankaloitti erityisesti kulttuurihyvinvoinnin edistämiseen liittyvien projektien toteutusta. Niiden toteutus jatkuu vuonna 2021. Ohjelman toimenpiteet on raportoitu tarkemmin

## Tilinpäätös 2020

ohjelman seurantaraportissa (31.7.2020) sekä ohjelman loppuraportissa. Seuraavassa kuvataan ohjelman keskeisiä toimenpiteitä vuonna 2020, joka on ohjelman viimeinen toimintavuosi.

Mielen hyvinvointiin liittyvää viestintää toteutettiin vuonna 2020 mm. jatkamalla Voi hyvin -luentoja. Kaksi luentoa toteutettiin etäluentoina verkossa ja ne keräsivät noin 300 kuulijaa. Toinen luennoista oli ruotsinkielinen. Ohjelma oli mukana viiden keinon teemalla myös senioreille ja työnhakijoille suunnatuissa yleisötapahtumissa.

Mielenterveys elämäntaitona (MTEA1®) -koulutuksia toteutui vuoden aikana neljä. Kolme näistä Espoon mielenterveysyhdistys järjesti mielenterveyskuntoutujille ja yksi järjestettiin perusopetuksen opettajille. Koulutus toteutuu parhaiten lähikoulutuksena ja vuoden aikana niiden järjestäminen oli rajoitettua. Vuoden aikana järjestetyissä koulutuksissa nousi esiin se, että tarve mielenterveyden vahvistamiseen on kasvanut korona-aikana ja koulutusten toteutusta jatketaan mahdollisuuksien mukaan vuonna 2021.

Hyvän mielen kunta -tarkistuslista julkaistiin alkuvuodesta 2020. Ohjelma oli Mieli ry:n kehittäjäkumppanina listan kehittämisessä muutaman muun Terve Kunta -verkoston kunnan kanssa. Lista auttaa tunnistamaan kunnan toimijoiden ja sen kumppaneiden roolia mielenterveyden edistämässä ja kehittämään mielenterveyden edistämistyötä kunnassa. Mieli ry ei saanut rahoitusta tarkistuslistan rinnalle toteutettavan sähköisen työkalupakin kehittämiseksi, mutta rahoituksen etsiminen jatkuu.

Arabiankielisille nuorille ja heidän vanhemmilleen suunnattu Hayat-verkkopalvelukokeilu tavoitti kohderyhmää hyvin: puolen vuoden aikana verkkosivustolla vierailtiin 3684 kertaa. Kokeilun tavoitteena oli herättää nuoria kiinnittämään huomiota hyvinvointiinsa ja tarjota tukea ennaltaehkäisevästi. Verkkopalvelussa pystyi tekemään huolikartoituksen, tutustumaan hyvinvointiaiheisiin videoihin ja keskustelemaan tilanteestaan chatissa ammattilaisen kanssa. Kokeilu oli osa Espoon monikielistä ja -kanavaista koronaneuvontaa ja vastasi myös nopeasti kasvaneeseen digitaalisten palvelujen tarpeeseen. Kokeilu toteutettiin osana Espoon Digiagenda.

Luonnon terveysvaikutusten edistämiseksi järjestettiin henkilöstölle ja järjestöille suunnattu Terveismetsä-verkkoluento. Luento tarjosi tietoa luonnon terveysvaikutusten hyödyntämisestä asiakastyössä ja ryhmien toiminnassa ja se keräsi noin 60 osallistujaa. Tämän lisäksi järjestettiin senioreille suunnattu luento luonnon terveysvaikutuksista yhdessä Liikuntapalvelujen ja Ikäinstituutin kanssa. Ohjelma teki tiivistä yhteistyötä ympäristökeskuksen Health and Greenspace URBACT -hankkeen kanssa. Hankkeessa kirjoitetaan auki ohjelmassa vuonna 2019 toteutetun Olarin terveysluontopolun syntyprosessi, mikä tukee mallin skaalautumista muualle Espooseen, Suomeen tai ulkomaille.

Kulttuurineuvola lapsiperheiden tukena -projektissa on tavoitteena kehittää Kulttuurineuvola-konseptia sekä vahvistaa terveydenhoitajien ja perhetyöntekijöiden kulttuurihyvinvoinnin osaamista. Projektissa kokeillaan pienten lasten perheille suunnattua ryhmämuotoista toimintaa musiikin keinoin, minkä tavoitteena on vahvistaa vanhemman ja lapsen vuorovaikutusta. Pilottiryhmiä suunniteltiin vuoden aikana ja terveydenhoitajien etäkoulutus toteutettiin syksyllä 2020. Ryhmiä ei päästy toteuttamaan neuvolan asiakkaiden kanssa haastavan koronatilan vuoksi. Yhteistyö ja toteutus jatkuu perhesosiaalityön kanssa keväällä 2021.

Espoon sairaalan kulttuurihyvinvoinnin kehittäminen -projektissa on suunniteltu kolmea erityyppistä kulttuurihyvinvoinnin toteutusta. Music for life -konseptin pilotointi (sairaalamuusikkoryhmä) suomalaisessa konseptissa infektio-osastolla, laulupiirtäminen menetelmänä psykogeriatrialla osastolla sekä sairaalaklovnit aikuispotilaiden tukena. Kokeilut päätettiin toteuttaa etänä. Sairaalamuusikoiden toiminta alkoi syksyllä ja ne sekä muut kokeilut jatkuvat keväällä 2021. Kokeiluissa saadaan kokemuksia etätoteutuksista sairaalaympäristössä sekä menetelmien soveltuvuudesta Espoon sairaalaan sekä niiden hyvinvointivaikutuksista potilaisiin ja henkilöstöön.