

Sysmän kunnan laaja hyvinvointisuunnitelma 2026-2029



Hyvinvointivaliokunta 9.6.2026
Kunnanvaltuusto 17.8.2026

Kunnanhallitus 13.7.2026

SYSMÄ

Hyvinvointisuunnitelma

on kunnan strateginen asiakirja, joka ohjaa tietoon perustuen päätöksentekoa ja toimenpiteitä kuntalaisten hyvinvoinnin, terveyden, turvallisuuden ja osallisuuden edistämiseksi.

Sysmän kunnan hyvinvointisuunnitelma noudattaa kuntastrategian arvolupauksia:

Yhdessä rohkeasti tehden.

Vastuullisesti ja luontoa arvostaen.



Yhdessä rohkeasti tehden. Vastuullisesti ja luontoa arvostaen.

STRATEGIAN ARVOLUPAUKSET

Rakennamme rohkeasti yhteistä Sysmää ja pysymme muutoksessa mukana. Edistämme yhteistyötä, keskinäistä luottamusta sekä kohtaamisia yli rajojen. Meillä jokainen voi kokea olevansa tervetullut.

Toimimme tasa-arvoisesti ja toisistamme välittäen; Sysmässä on turvallista olla.

Kannamme vastuuta kunnan asukkaista, yrityksistä, ympäristöstä ja taloudesta. Luonto on elinvoimamme kivijalka ja huomioimme sen kaikessa toiminnassa.

Päijät-Hämeen hyvinvoinnin kärjet

Päijät-Hämeen kunnat ja hyvinvointialue ovat hyväksyneet hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden painopistealueet eli HYTE-kärjet, joita on neljä:

- 1) Osallisuus ja yhteisöllisyys
- 2) Mielen hyvinvointi
- 3) Arjen turvallisuus
- 4) Päihteettömyys ja terveelliset elämäntavat

Alueen kärjet ja niille asetetut tavoitteet ohjaavat myös Sysmän kunnan hyvinvointisuunnitelmaa. Suunnitelmassa esitettyjä toimenpiteitä on pohdittu työpajoissa kunnanvaltuuston ja vanhus- ja vammaisneuvoston sekä perusopetuksen oppilaskunnan ja lukion opiskelijakunnan hallitusten kanssa.

Suunnitelmassa on huomioitu hyvinvointikertomuksessa 2021-2025 esiin nousseita asioita, joihin on pyritään vaikuttamaan esitettävillä toimenpiteillä.

Vuosittain tarkastellaan hyvinvointisuunnitelman toteutumista hyvinvointiraportilla ja suunnitelmaa päivitetään tarvittaessa.

Osallisuus ja yhteisöllisyys

Tavoitteet:

Osallisuus on vahvistunut
Yksinäisyys on vähentynyt
Työhön, kouluun ja koulutukseen
kiinnittyminen on vahvistunut

Vastuutahot:

Kunnan vapaa-aikapalvelut,
koulu, hyte-työ, järjestöt

Mittarit:

Tapahtumien, osallistujien,
toimijoiden ja avustusten määrät,
kyselyt



Osallisuus ja yhteisöllisyys - toimenpiteet

- Vahvistetaan kolmannen sektorin toimintaedellytyksiä tarjoamalla koulutusta, tiloja ja taloudellista tukea.
- Huomioidaan haja-asutusalueilla asuvien osallistumismahdollisuudet jo toiminnan suunnitteluvaiheessa ja järjestetään tarvittaessa kuljetukset.
- Kiinnitetään erityistä huomiota tiedottamiseen, ikäihmisille suunnatusta toiminnasta tiedotetaan myös kotihoidon ja terveyskeskuksen kautta.
- Kannustetaan eläkeläisyhdistyksiä ja muita järjestöjä jalkautumaan tapahtumiin sekä lisäämään toimintansa näkyvyyttä ja saavutettavuutta.
- Järjestetään tapahtumia ja tilaisuuksia, joissa lapset, nuoret, huoltajat ja vanhukset voivat kohdata.
- Hyödynnetään Sysmän luonnon ja luontoliikunnan tarjoamia mahdollisuuksia yhteisöllisyyden luomisessa.

Osallisuus ja yhteisöllisyys – toimenpiteet lapset ja nuoret

- Tarjotaan lapsille ja nuorille monipuolisia harrastusmahdollisuuksia eri ikäryhmät huomioiden.
- Nuorisotila on tärkeä nuorten kohtaamispaikka, joustavalla aukiololla mahdollisimman monet nuoret voivat osallistua toimintaan.
- Jatketaan Nuori työ –toimintaa ja sen avulla autetaan nuoria työllistymään kesällä.
- Tuetaan lasten siirtymiä vakan ryhmistä toisiin, esiopetuksesta alkuopetukseen.
- Tuetaan nuoria koulutuspolun nivelvaiheissa (perusopetuksesta toiselle asteelle) moniammatillisesti, hyödyntäen koulunuorisotyön, kuraattoripalveluiden ja etsivän nuorisotyön osaamista.
- Järjestetään koulussa välituntitoimintaa, kiinnitetään huomiota ryhmäyttämiseen, jolla torjutaan yksinäisyyttä, lisätään luokkien välistä yhteistyötä ja yhdessä tekemistä, jatketaan koulun yhteisöllisiä tapahtumia.
- Jatketaan vuosittaisia Mitä kuuluu –kyselyitä oppilaille. Kyselyllä kerätään tietoa oppilaiden ja luokkien hyvinvoinnista sekä koulun ilmapiiristä.
- Edistetään matalan kynnyksen harrastamista yhteistyössä urheiluseurojen kanssa, tarjotaan myös harrastelähtöisiä ja kilpailuttomia ryhmiä, jatketaan Harrastamisen Suomen malli –kerhotoimintaa.
- Tarjotaan liikuntaneuvontaa myös nuorille osana hyvinvoinnin edistämistä.
- Kannustetaan nuoria osallistumaan vaikuttamistoimintaan, kuten nuorisovaltuustoon.
- Varhaiskasvatuksessa lapsilla on mahdollisuus osallistua toiminnan suunnitteluun ja kehittämiseen sekä muokata oppimisympäristöä yhdessä kasvattajien kanssa.

Mielen hyvinvointi

Tavoitteet:

Psyykkinen kuormitus ja itsetuhoisuus ovat vähentyneet

Elämään tyytyväisyys on lisääntynyt

Vastuutahot:

Kunnan vapaa-aikapalvelut, varhaiskasvatus, koulu, hyte-työ, järjestöt

Hyvinvointialueen opiskelijahuolto ja sosiaali- ja terveyspalvelut

Mittarit:

Kouluterveyskyselyt, odotusajat, oppilasmäärä/ammattilainen, hoitoon pääsyn viive, kokemus tuen riittävydestä, varhaiskasvatuksessa seutukyselyt ja arjen havainnot sekä huoltajien kanssa käytävät varhaiskasvatussuunnitelmakeskustelut



Mielen hyvinvointi - toimenpiteet

- Edistetään yhteisöllisyyttä ja ehkäistään yksinäisyyttä järjestämällä matalan kynnyksen harrastus- ja ryhmätoimintaa eri ikäryhmille, erityisesti ikäihmisille.
- Tuetaan asukkaiden fyysistä aktiivisuutta ja mahdollistetaan hyvät olosuhteet liikkumiseen, tunnistaen fyysisen kunnon merkitys psyykkiselle hyvinvoinnille.
- Vahvistetaan omaishoitajien jaksamista tarjoamalla riittävää tukea, kuten vertaistukiryhmiä sekä mahdollisuuksia omaishoitajien vapaisiin, huolehditaan omaisten tukemisesta myös tilanteissa, joissa läheinen on ympärivuorokautisessa hoidossa.
- Kehitetään ja ylläpidetään saavutettavia ja esteettömiä tiloja, tapahtumia ja toimintaa, jotka tukevat erityisesti ikäihmisten osallisuutta ja hyvinvointia.

Mielen hyvinvointi – toimenpiteet lapset ja nuoret

- Kannustetaan hakemaan apua matalalla kynnyksellä sekä vahvistetaan taitoja huolehtia omasta hyvinvoinnista esim. liikunnan, levon ja sosiaalisten suhteiden kautta.
- Lisätään viestintää ja tiedottamista mielen hyvinvoinnin konkreettisista hyödyistä kuten jaksamisesta, oppimisesta ja arjen sujuvuudesta.
- Mahdollistetaan koulussa joustavat opetusjärjestelyt.
- Varmistetaan jatkossakin riittävät opiskeluhuollon palvelut.
- Jatketaan tunne- ja vuorovaikutustaitojen opetusta koulussa.
- Turvataan oikea-aikainen pääsy mielenterveyspalveluihin.
- Kehitetään paikallisia palveluja ja tukimuotoja, jotta tarvittaessa avun saa omalla paikkakunnalla.
- Varhaiskasvatuksessa painotetaan lapsen osallisuutta, kiusaamisen ehkäisyä ja tunnetaitojen harjoittelua sekä toteutetaan pienryhmätoimintaa, jolloin jokainen lapsi tulee aidosti kohdatuksi.

Arjen turvallisuus

Tavoitteet:

Arjen turvallisuus on vahvistunut, myös digitaalisissa ympäristöissä

Apua saa silloin, kun sitä tarvitsee

Elinvoima ja taloudellinen hyvinvointi ovat vahvistuneet

Muuttuviin olosuhteisiin varautuminen on vahvistunut

Vastuutahot:

Kunnan tekninen toimi, hyte-työ, kirjasto, hyvinvointialueen ensihoito ja pelastustoimi, järjestöt

Mittarit: Asukaskyselyt, palvelujen saatavuus, tapaturmatilastot, tapahtumien osallistujamäärät



Arjen turvallisuus - toimenpiteet

- Huolehditaan turvallisesta elinympäristöstä kehittämällä liikennejärjestelyjä, valaistusta ja infrastruktuurin kunnossapitoa.
- Vähennetään kodin tapaturmariskejä tarjoamalla kuntalaisille tietoa, neuvontaa ja ohjausta vaaranpaikkojen tunnistamiseen.
- Edistetään kuntalaisten yhdenvertaisuutta ja tasa-arvoista kohtelua kaikissa kunnan palveluissa sekä yhteisöissä.
- Kehitetään kunnan viestintää, jotta tieto palveluista, oikeuksista ja asiointitavoista on helposti kuntalaisten saatavilla.
- Lisätään väestönsuojeluun liittyvää viestintää ja vahvistetaan kotitalouksien tietoisuutta kotivaran merkityksestä poikkeustilanteissa.
- Vahvistetaan kuntalaisten digitaitoja ja digiturvallisuutta tarjoamalla maksutonta digiopastusta ja henkilökohtaista digitukea.
- Ehkäistään taloudellista turvattomuutta vahvistamalla neuvontaa, varhaista tukea ja palveluohjausta.
- Tuetaan järjestöjen toimintaa erityisesti täydentävien palvelujen tuottajina.
- Edistetään kunnan työllisyyttä tukemalla yritystoimintaa, yritysneuvonnan saatavuutta sekä yhteistyötä yrittäjäjärjestöjen kanssa.
- Turvataan ensihoidon ja pelastustoimen palveluiden saatavuus yhteistyössä alueellisten toimijoiden kanssa turvallisuuden tunteen ja toimintavalmiuden ylläpitämiseksi.
- Edistetään viranomaisten näkyvyyttä arjessa yhteistyössä poliisin kanssa.
- Varmistetaan haavoittuvassa asemassa olevien kuntalaisten huomioiminen kriisitilanteissa kehittämällä tukitoimia ja yhteistyömalleja.
- Ehkäistään lähisuhdeväkivaltaa ja sen eri ilmenemismuotoja varhaisen tunnistamisen ja tehokkaan viestinnän avulla. Tehdään tiedottamisessa aktiivista yhteistyötä hyvinvointialueen kanssa.

Arjen turvallisuus – toimenpiteet lapset ja nuoret

- Ohjataan lapsia ja nuoria tasapainoiseen sosiaalisen median ja digilaitteiden käyttöön sekä kerrotaan ruutuajan vaikutuksista hyvinvointiin.
- Opetetaan turvallista ja vastuullista tieteiden käyttöä osana koulujen opetusta, huomioiden tietosuojat, kriittinen ajattelu ja eettiset näkökulmat.
- Mahdollistetaan lapsille ja nuorille pääsy keskusteluun turvallisen aikuisen kanssa matalalla kynnyksellä kouluissa, nuorisotyössä ja muissa palveluissa.
- Turvataan pääsy terveydenhoitajan ja psykologin vastaanotolle nopeasti ja matalalla kynnyksellä, tarpeen vaatiessa saa myös jatkoapua (terapia).
- Lisätään talousosaamisen opetusta kouluissa, mukaan lukien arjen rahankäyttö, henkilökohtainen budjetointi ja taloudenhallinnan perustaidot.
- Huomioidaan lapsille suunnatussa kriisiviestinnässä pelon lieventäminen ja turvallisuuden tunteen vahvistaminen sekä luotettavan tiedon tarjoaminen ymmärrettävässä muodossa.
- Tarjotaan perheille ennaltaehkäisevää ja helposti saavutettavaa tukea kasvatustehtävässä, mm. kasvatuskumppanuus varhaiskasvatuksessa ja koulussa sekä hvan/Terveystalon tarjoama lapsiperheiden kotipalvelu.
- Kohdellaan kaikkia tasa-arvoisesti ja arvostaen.
- Varhaiskasvatuksessa on läsnä tutut ja turvalliset aikuiset.
- Varhaiskasvatus tekee moniammatillista yhteistyötä neuvolan, toimintaterapeutin, psykologin, puheterapeutin, koulun sekä yhteisen erityisopettajan kanssa perheiden tarpeet huomioiden.

Päihteettömyys ja terveelliset elämäntavat

Tavoitteet:

Hyvinvointia ja terveyttä edistävät elintavat ovat vahvistuneet

Elintapasairauksien ilmaantuvuus on pienentynyt

Terveyserot ovat kaventuneet

Vastuutahot:

Kunnan vapaa-aikapalvelut, koulu, hyte-työ, järjestöt

Hyvinvointialueen terveys- ja sosiaalipalvelut

Mittarit: Päihdetilannekysely, harrastusryhmien määrät ja osallistujamäärät, erilaiset terveystilastot esim. ylipaino, päihteiden käyttö, PYLL-indeksi



Päihteettömyys ja terveelliset elämäntavat - toimenpiteet

- Panostetaan ennaltaehkäisevään työhön.
- Kun kolmen aikaisemmin esitettyjen kärkien tavoitteet toteutuvat, niin silloin toteutuvat myös tämän kohdan tavoitteet.
- Sysmän ehkäisevän työn toimintasuunnitelmassa esitetään tavoitteet ja toimenpiteet, jotka tukevat päihteettömyyttä ja terveellisiä elämäntapoja.
- Varhaiskasvatuksessa harjoitellaan hygieniasta huolehtimista, sopivaa pukeutumista, monipuolisten ja terveellisten ruokien syömistä turvallisesti yhdessä kasvattajien kanssa.
- Varhaiskasvatuksessa tuetaan lasten itsetunnon ja itsesäätelyn kehittymistä, joka on ennaltaehkäisevää toimintaa.

Sysmän ehkäisevän työn toimintasuunnitelma 2026-2029

Ehkäisevä päihdetyö ja edistävä mielenterveystyö ovat osa kunnan lakisääteistä hyvinvoinnin ja terveyden edistämistä. Ehkäisevä työ on osa laajaa hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen kokonaisuutta. Ehkäisevän työn toimintasuunnitelma täydentää ja tukee Sysmän kunnan laajaa hyvinvointisuunnitelmaa ja alueellista ehkäisevän työn toimintasuunnitelmaa. Ehkäisevän työn toimintasuunnitelman tavoitteiden laatimisessa on hyödynnetty kouluterveys- (kevät 2025) ja päihdetilannekyselyn (syksy 2025) tuloksia.



Tavoite	toimenpide	seuranta	vastuutaho
Nuorten nikotiinituotteiden käyttö on vähentynyt	Erilaiset tapahtumat, tempaukset ja materiaalit	Tapahtumien määrä, someviestinnän määrä	Kaikki ammattilaiset ja järjestöt
	Päihdeputki	Osallistujien määrä	Nuorisopalvelut, koulu
	Puheeksiotto	Kouluterveyskysely, päihdetilannekysely	Kaikki ammattilaiset
	Harrastukset ja mielekäs tekeminen	Kouluterveyskysely, harrastajien määrä ryhmissä, tapahtumien määrä	Seurat, järjestöt, nuoriso- ja liikuntapalvelut, harrastamisen suomen malli
	Tuki käytön lopettamiseen		Kouluterveydenhuolto, Terveystalo

Tavoite	Toimenpide	seuranta	vastuutaho
Kuntalaisten osallisuus ja yhteenkuuluvuuden tunne on lisääntynyt	Yhteisölliset tapahtumat	Tapahtumien määrä, osallistujien määrä	Kunnan eri toimialat, järjestöt
	Osallistuva budjetointi, kunnan järjestämät keskustelutilaisuudet	Vastausten määrä, tilaisuuksien määrä ja osallistujien määrä	Kunnan eri toimialat
	Kaikkien yhteiskoulun luokkien mitä kuuluu- kyselyt	Vastausmäärät ja palautteiden käsittely	Koulu
	Hyvinvoinnin oppitunnit kaikille yhteiskoulun luokille	Oppituntien määrä	Koulu
	Yhteiskoulun ohjatut sisävalitunnit	Sisävalituntien määrä	Koulu
	Harrastusryhmät	Harrastusmahdollisuuksien määrä ja monipuolisuus	Yhdistykset, seurat, järjestöt
	Seikkaile Päijät-Hämeessä	Vastausten raportointi	Varhaiskasvatus