

Svar på fullmäktigemotionen om stärkande av motions- och livsstilsrådgivningen i Österbottens välfärdsområde

Sektionen för främjande av välbefinnande och hälsa samt kontaktytor 07.09.2026

ÖVPH/3776/00.02.00/2026

Beredare Kotanen Heidi
Krooks Tiia, koordinator för främjande av välfärd och hälsa
Heinonen Susanna, specialsakkunnig
Tilläggsuppgifter: telefonnummer: 06 218 1111 (växel), fornamn.efternamn@ovph.fi

Samlingspartiets fullmäktigegrupp har vid fullmäktiges sammanträde den 8 juni 2026 lämnat in en motion om att motions- och livsstilsrådgivningen i Österbottens välfärdsområde bör stärkas. Samlingspartiets fullmäktigegrupp föreslår i sin motion att en enhetlig servicekedja för motions- och livsstilsrådgivning ska utvecklas. Tillsammans med kommunerna och organisationerna har rollerna och ansvaret i anslutning till verksamhetsmodellen definierats klart och tydligt. I motionen önskas att välfärdsområdesfullmäktige ska rapportera om hur de fastställda måtarna och målen har uppnåtts och hur verkningsfulla de varit samt om resultaten i verksamheten.

Samarbetet mellan välfärdsområdet, kommunerna och organisationerna har utvecklats sedan välfärdsområdet grundades. Arbetet med att främja välfärden och hälsan koordineras av enheten för delaktighet och kontaktytor som bistår anställda i frågor som berör dokumentation, arbetsmetoder och samarbetet mellan olika aktörer. Koordinatorerna för främjande av hälsa och välfärd träffar regelbundet kommunernas välfärds koordinators och välfärdsdirektörer för att främjandet av hälsa och välfärd i hela regionen ska ske på ett enhetligt och likvärdigt sätt. Dessutom förs årliga HYTE-förhandlingar med kommunerna i samband med kommunrundorna. Kommunerna och organisationerna i området är representerade i sektionen för främjande av välbefinnande och hälsa samt kontaktytor, och sektionen deltar bland annat i beredningen av de mål och åtgärder som hänför sig till främjandet av välfärden och hälsan i servicestrategin.

Välfärdsområdet har undertecknat ett samarbetsavtal med den organisationsdelegation som fungerar som representant för organisationerna i regionen. I avtalet fastställs principer för genomförandet av samarbetet, och en representant för välfärdsområdet deltar som sakkunnig i organisationsdelegationens möten. Koordinatorerna för främjande av hälsa och välfärd vid enheten för delaktighet och kontaktytor samarbetar regelbundet med Österbottens föreningar och ordnar bland annat morgonkaffestunder samt årliga organisationsträffar. Dessutom bjuds organisationer in till regelbundna möten för att planera den praxis som hänför sig till samarbets- och organisationsunderstöd. På våren 2026 ordnades fyra dylika evenemang i Vasa, Närpes, Jakobstad och via webben.

Med välfärdsområdets organisationsunderstöd har man byggt upp fungerande partnerskap och stött verksamhet som kompletterar tjänster som främjar välfärd och hälsa samt förebygger marginalisering. Det organiserade frivilligarbetet som ordnas via OLKA har upplevts som viktigt och verksamheten har utvidgats till inte bara Vasa utan också Kristinestad, Närpes, Malax, Korsholm och Jakobstad. OLKA-volontärer finns förutom på centralsjukhuset även bland annat på de allmänmedicinska avdelningarna i Närpes och Jakobstad samt på intervallvårdsenheten Alvina. De temadagar som arrangeras på OLKA-punkterna ger organisationerna möjlighet att presentera sin verksamhet på social- och hälsocentralerna, och tillfällena har fått positiv respons av både klienter och personal.

Målet med planen för främjande av hälsa och välfärd är att stärka livsstilsrådgivningen och främja hela befolkningens möjligheter till motion och kultur. När det gäller tillhandahållandet av motion och kultur spelar kommunernas service en viktig roll. Mätare har fastställts för målen, och nationella indikatorer följs också regelbundet i välfärdsområdet. Resultaten av de mätare som är förknippade med den s.k. minimiinformationen publiceras årligen i samband med rapporten Hur mår Österbotten.

Dessutom används social rapportering (som fortfarande utvecklas i Österbotten) samt höranden av kommuner, organisationer och invånare i området som uppföljningsverktyg. Staten uppmuntrar till att vidta åtgärder som främjar välfärd och hälsa samt fastställer utgående från olika indikatorer en hyte-koefficient för kommunerna och välfärdsområdena. Koefficienten för hälsa och välfärd fungerar som ett ekonomiskt incitament som används för att belöna kommuner och välfärdsområden. Indikatorerna mäter både den förebyggande verksamheten och hur befolkningens välbefinnande utvecklas.

Vad har man gjort i välfärdsområdet?

Servicestigen för motionsrådgivning används i flera kommuner som har en kommunanställd motionsrådgivare. Servicekedjan för motionsrådgivningen utvecklades inom ramen för projektet Prima Botnia under åren 2023–2025. Kommuninvånarna kan använda sig av motionsrådgivningens tjänster beroende på de servicepaket och budgetmedel som kommunen fastställt för servicen. En del kommuner har lanserat mottagningar med de understödsanslag som beviljats av Tillstånds- och tillsynsverket (tidigare regionförvaltningsverket). Social- och hälsocentralernas anställda, i synnerhet personalen inom seniorrådgivningen, kan med klientens samtycke hänvisa klienten så att denne blir kontaktad av en skötare. Också fysioterapeuter kan ta kontakt med motionsrådgivaren per telefon eller e-post.

För närvarande är det oklart om SHM kommer att definiera motionsrådgivningen som en hälso- och sjukvårdstjänst. Om så sker bör ordnandet av den nuvarande motionsrådgivningen i Österbotten granskas noggrannare i fråga om exempelvis idrottsrådgivarnas kompetens, serviceansvar och tillsyn.

Motionsrådgivningen ingår för närvarande inte heller i grundutbildningen för yrkesutbildade personer inom hälso- och sjukvården, varför det för tillfället finns en särskild arbetsgrupp på SHM som bereder ett fortbildningspaket för anställda i välfärdsområdet samt en komplettering av utbildningsplanen för yrkesutbildade personer inom hälso- och sjukvården. Mer information om detta kommer under hösten 2026. Fram till dess anvisar Hyte-enheten personalen att hänvisa klienter som behöver motionsrådgivning för att främja en fysiskt aktiv livsstil till de kommunala tjänsterna med hjälp av exempelvis Österbottens välfärdsområdes välfärdsguide där föreningarnas och kommunernas motionstjänster finns sammanställda kommunvis. Kommunernas fritidstjänster spelar således en viktig roll i främjandet av invånarnas välbefinnande och hälsa, och samarbetet med välfärdsområdet är viktigt för att bistå invånarnas övergripande välbefinnande och för förebyggandet av sjukdomar.

I välfärdsguiden finns information om hur man kan främja den egna hälsan och välbefinnandet samt information om de tjänster som kommunerna, organisationerna och välfärdsområdena erbjuder. I guiden finns också bra självutvärderingsverktyg som kan användas för att bedöma den egna situationen och behovet av extra stöd. Förutom att invånarna kan använda sig av välfärdsguiden för att stödja sitt eget välbefinnande används guiden även som ett verktyg i välfärdsområdets och kommunernas verksamhet. Med hjälp av välfärdsguiden kan klienten hänvisas till kommunernas och organisationernas välfärdstjänster.

Framskridandet av livsstilsrådgivningens serviceprocess samt upprättandet och införandet av en digital vårdstig i välfärdsområdet

Under våren 2026 har serviceprocessen för livsstilsrådgivningen beskrivits i samarbete med välfärdsområdets mångprofessionella sakkunniga inom olika områden. I samband med kartläggningsarbetet definierades de centrala tyngdpunkterna i livsstilsrådgivningsprocessen (kost, motion, sömn, humör och beroende), de olika faserna i servicen, de sakkunnigas och aktörernas roller och ansvar samt hur klienten går framåt på servicestigen. Servicehelheten är densamma för alla invånare i välfärdsområdet.

Processbeskrivningen har fungerat som en grund för den digitala servicestigen och stöder implementeringen av en enhetlig modell för livsrådgivning i hela välfärdsområdet. Målet med verksamhetsmodellen är att identifiera de personer som är i behov av en livsstilsförändring och det delområde där förändring behövs, att göra det lättare att ta upp

frågan till diskussion samt att säkerställa att klienterna får en jämlik, högklassig och smidig livsstilsrådgivning oberoende av var de bor eller hur de söker sig till servicen. Utöver en enhetlig verksamhetsmodell är målet att skapa en smidig service, en bättre klientupplevelse samt att främja friska levnadsvanor och öka genomslagskraften i hela välfärdsområdet.

Den digitala livsstilsrådgivningen har byggts upp för att stöda denna enhetliga livsstilsrådgivningsmodell, men den beaktar samtidigt individens situation genom enkäter och mätare och fungerar i cykler utifrån individens behov. I stigen beaktas inte bara välfärdsområdets egna tjänster utan även det stöd som kommunerna, organisationerna och idrotts- och motionsaktörerna erbjuder för att man ska kunna anvisa klienterna till de tjänster och de verksamhetsformer som passar just den aktuella klientens behov.

Den digitala servicestigen för livsstilsrådgivningen stärker klientens ansvar för det egna välbefinnandet och stöder klientens egenvård genom att erbjuda information, handledning och måluppföljning i rätt tid, vilket har automatiserats. Uppföljningen i den digitala stigen bygger på förhand fastställda kontrolltider samt mätare för vikt och midjemått, mätare för fysisk aktivitet, kvalitets- och mängdmätare för sömn, kvalitets- och rytm-mätare för kost samt PROM-enkäter och livskvalitetsmätare som hänför sig till klientens känsla av välbefinnande, ork och tillfredsställelse. De som använder den digitala stigen får också grafisk feedback om sina resultat och sin utveckling, utifrån vilken de kan bedöma hur väl förändringen lyckats och vilken riktning det fortsatta arbetet bör ta. De kan också direkt ta kontakt med yrkespersoner via stigen samtidigt som yrkespersonerna kan följa med hur klienternas egenvård framskrider, identifiera eventuella utmaningar i ett tidigt skede och rikta stödet i rätt tid och på ett målinriktat sätt.

Tillgängligheten till servicen stärks genom att inrätta en mottagning för en välfärdshandledare (skötare) i varje kommun, dit invånarna själva kan boka tid med låg tröskel eller hänvisas till av andra yrkespersoner. Välfärdshandledarna kallar klienterna till den digitala vårdstigen, följer med utvecklingen och besvarar eventuella meddelanden. Den digitala vårdstigen kan också användas av en närstående eller anhörig till klienten vid behov.

Den digitala stigen har utarbetats under sommaren 2026 och tas i bruk på hösten 2026.

Välfärdsområdet spelar en viktig roll för rådgivningen, den tidiga identifieringen och stödet, men levnadsvanorna byggs upp under en längre tid i samarbete med kommunerna, föreningarna, närstående och personen själv.

Slutligen:

Välfärdsområdet stärker motions- och livsstilsrådgivningen som en del av det förebyggande arbetet och de enhetliga servicekedjorna. Målet är att invånarna i samarbete med kommuner, organisationer samt motions- och idrottsaktörer ska erbjudas ett jämlikt och lättillgängligt stöd i rätt tid för att främja deras hälsosamma levnadsvanor. Det är viktigt att välfärdsområdets anställda är medvetna om den motionsrådgivning som erbjuds i kommunerna i välfärdsområdet för att klienterna ska kunna hänvisas till den. Den digitala livsstilsrådgivningsstigen kommer att förenhetliga och förbättra den förebyggande rådgivningen och informationsspridningen.

Sektordirektör för äldre personer Kotanen Heidi

föreslår att sektionen för främjande av välfärd, hälsa samt kontaktytor beslutar att ge svaret på fullmäktigemotionen som redogörelse till välfärdsområdesstyrelsen. Välfärdsområdesstyrelsen föreslår för fullmäktige att motionen härmed är slutbehandlad.

Beslut:

Distribution