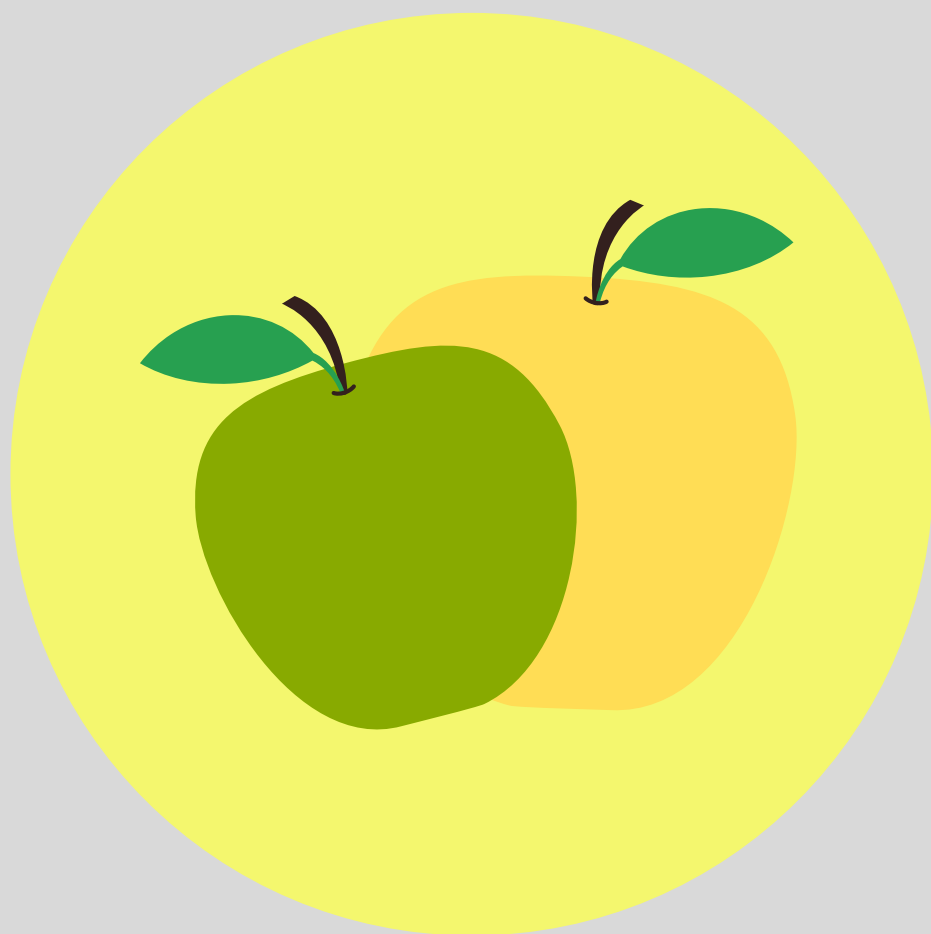




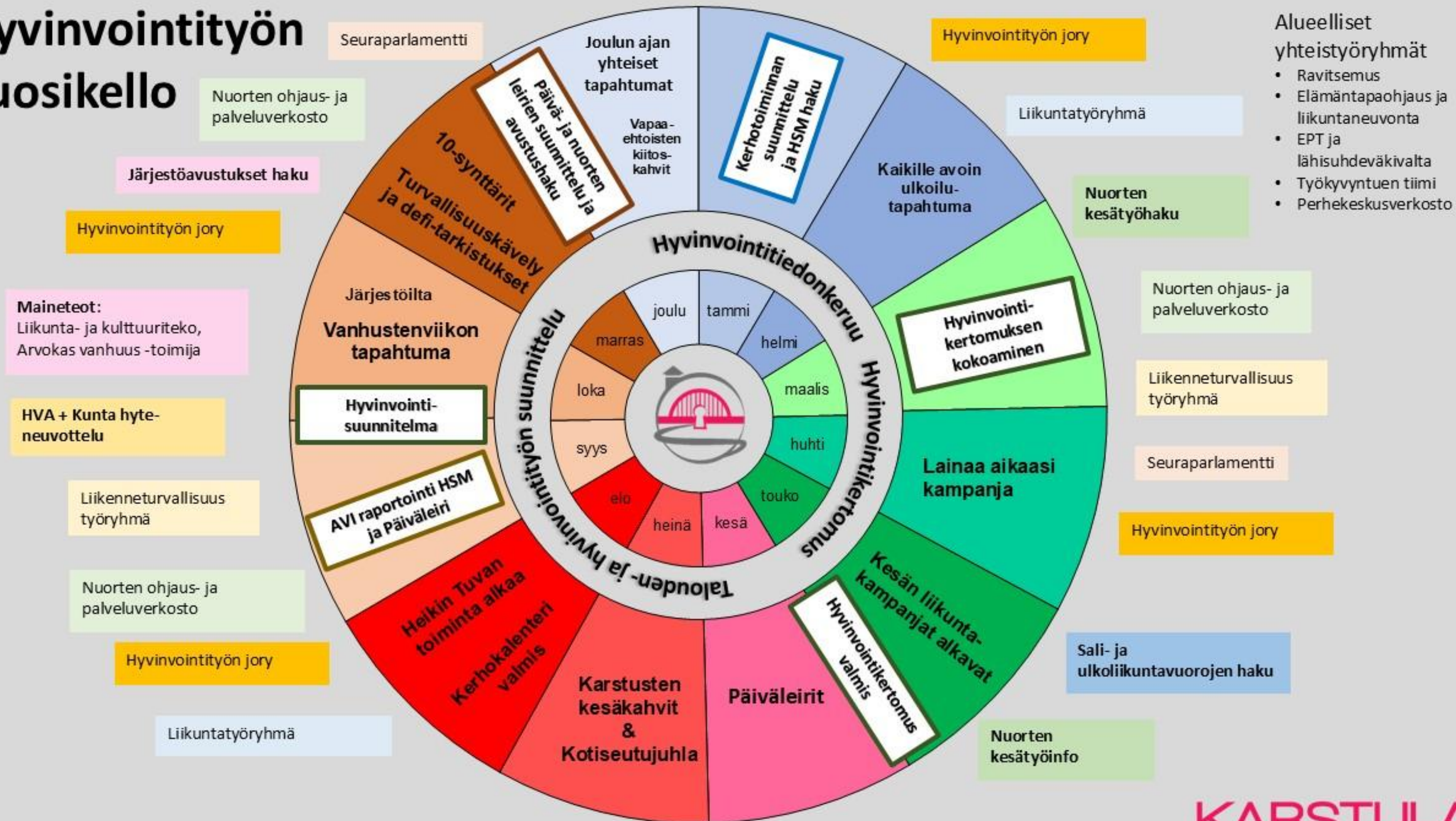
KARSTULA

Hyvinvointisuunnitelma 2026-2029

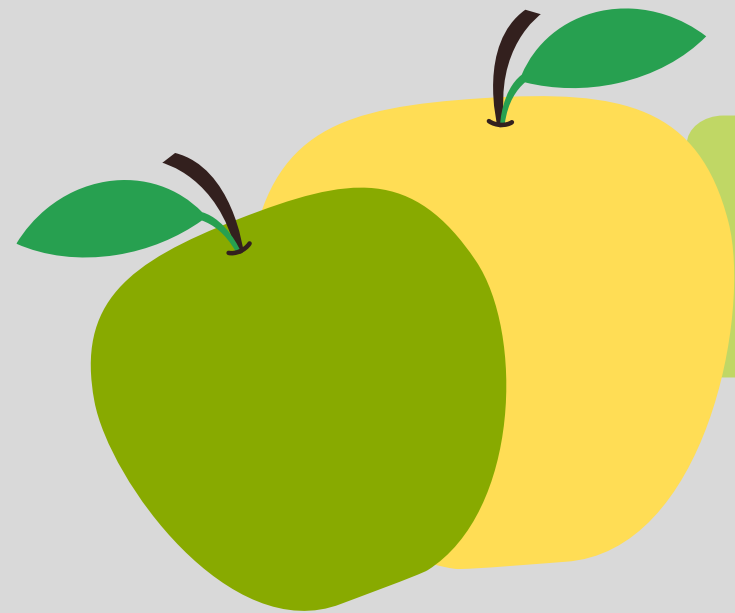


**Lisätään tähän uuden
Karstula-strategian
huoneentaulu
tai keihäänkärjet!**

Hyvinvointityön vuosikello

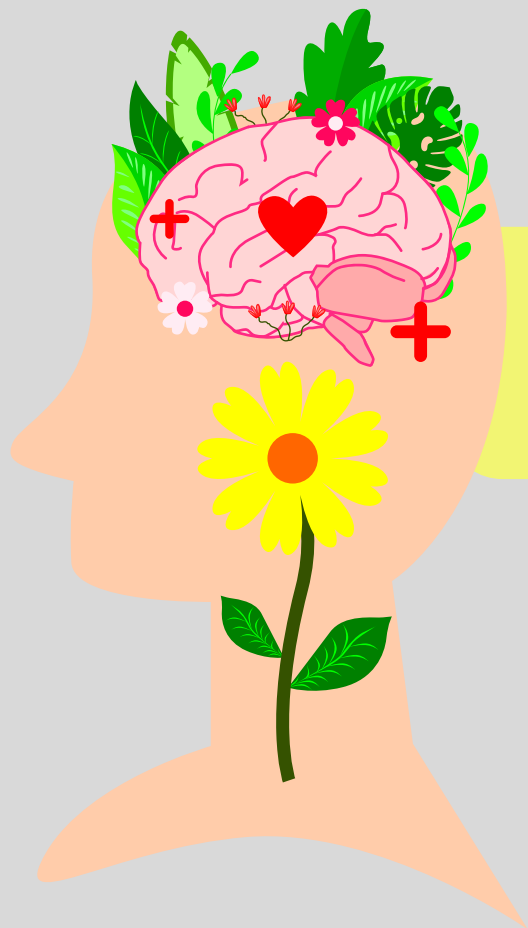


Hyvinvoinnin keihäänkärjet



Terveelliset elämäntavat

Hyvä arki



Mielenhyvinvointi

Turvallisuus



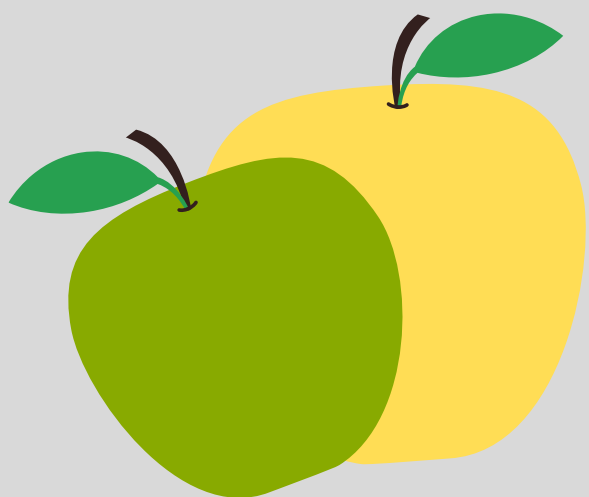
TERVEELLISET ELÄMÄNTAVAT

Hyvinvointisuunnitelmassa korostetaan **terveellisten elämäntapojen merkitystä kuntalaisten hyvinvoinnin perustana**, jossa keskeisinä osa-alueina ovat ravitsemus, liikunta ja päihteettömyys. Näihin liittyvät tavoitteet ja toimenpiteet on määritelty konkreettisesti ja mitattavasti.

Kunta sitoutuu mahdollistamaan **ravitsemussuositusten** mukaisen ruokailun kaikissa ikäluokissa ja noudattamaan maakunnallisia tavoitteita. Yhdessä syömiseen kannustetaan ja suositellaan, että terveyttä edistävä lämmin ateria toteutuu päivittäin. Ravitsemussuunnitelma ja ruokakasvatus jalkautetaan ja vakiinnutetaan osaksi palvelukeskusten toimintaa.

Kaikenlaisen **aktiivisuuden ja liikunnan edistäminen** on tärkeää. Karstulassa halutaan, että lapset liikkuvat ja leikkivät, nuoret innostuvat liikunnasta ja liikkuminen lisääntyy kaikissa ikäryhmissä. Monipuoliset liikuntamahdollisuudet ja liikkumiseen kannustava ympäristö ovat keskeisiä. Lasten ja nuorten vapaa-ajan liikuntaa tuetaan, ja liikuntapalveluita kehitetään vastaamaan eri ikäisten tarpeita.

Päihteettömyys on tärkeä osa turvallista ja terveellistä elämää. Tavoitteena on vähentää päihteiden käytöstä johtuvia terveys- ja turvallisuushaittoja sekä vahvistaa päihteettömyyttä arvostavaa asenneilmapiiriä. Ehkäisevästä päihdetyöstä ja päihdepalveluista tiedotetaan ja matalan kynnyksen toimintaa sekä vertaistukea kehitetään.



HYVÄ ARKI



Hyvän arjen edistäminen on suunnitelman yksi keskeisimmistä tavoitteista. Suunnitelmassa korostetaan kuntalaisten aktiivista osallistumista, yhteisöllisyyttä, palveluiden saavutettavuutta sekä **arjen palveluiden** sujuvuutta ja niiden kehittämistä. Erityisesti lapsille ja nuorille halutaan tarjota vahva kokemus **osallisuudesta** omissa arkiympäristöissään ja yhteiskunnan jäsenenä.

Kaikille kuntalaisille pyritään mahdollistamaan **mielekäs vapaa-aika**, harrastaminen sekä **kulttuurielämyksiin osallistuminen**. Ikäihmisten aktiivisuutta ja digitaalisia taitoja tuetaan. **Yhteisöllisyys** sekä me-henki nähdään voimavarana, joka auttaa myös uusien asukkaiden **kotoutumisessa** kuntaan.

Kunta mahdollistaa erilaisia **tapahtumia**, joissa eri-ikäiset kuntalaiset voivat kohdata toisiaan. Heikin Tuvan toimintaa kehitetään edelleen matalan kynnyksen kohtaamispaikkana. Karstulan monimuotoiset kulttuuripalvelut, tukevat kaikkien väestöryhmien yhdenvertaista toimijuutta ja osallisuutta sekä parantavat elämänlaatua ja kokonaisvaltaista hyvinvointia.

Kulttuurin, liikunnan, nuorisopalveluiden, **kansalaisopiston** ja vapaan sivistystyön yhteistyötä tiivistetään sekä kehitetään kaikenikäisten kuntalaisten **harrastustoimintaa**. **Kirjaston** sekä **Käsityötalon** toimintaa ja palveluita kehitetään.

Lasten ja nuorten osallistumisen mahdollisuudet turvataan heitä koskevissa asioissa. Perheiden sekä varhaiskasvatuksen ja koulun välistä yhteistyötä edistetään.

Työllisyyden edistämisessä tehdään joustavaa yhteistyötä paikallisten yritysten, työnantajien, järjestöjen ja hyvinvointialueen sekä työllisyyspalveluiden kanssa.

Palveluiden saatavuus ja saavutettavuus varmistetaan parantamalla **tiedottamista ja viestintää**. Hanketoiminnan resursseja vahvistetaan ja järjestöjen toimintaa tuetaan. Heikin Tuvan toiminnan turvaamiseen ja kehittämiseen varataan tarvittavat resurssit. Kuntalaisten **osallistumisen mahdollisuuksia kasvatetaan** esim. kuntalaisiltojen ja kyselyjen avulla.



KARSTULA

kuuluu kaikille

avuliaisuus
yhteiset tapahtumat
tasavertainen kohtelu
laadukkaat palvelut
osallisuus
monipuolisuus
ennakkoluulottomuus
yhteen hiileen puhaltaminen
avoimuus
yhteisöllisyys
yhteenkuuluvuus
ystävällisyys
= ME-henki

VIESTINTÄ JA NÄKYVYYS

Viestintä ei ole vain tiedon jakamista. Selkeä ja ajantasainen viestintä rakentaa yhteisöllisyyttä ja sitoutumista.

Hyvä viestintä lisää luottamusta ja rohkeasevaa ilmapiiriä.

TURVALLINEN TOIMINTAYMPÄRISTÖ

Turvallisuuden tunne syntyy, kun kokee olevansa nähty ja kuultu. Turvallinen ilmapiiri rakentuu yhdessä tekemisestä ja jaetusta ilosta.

Viihtyisä, turvallinen ja hyvinvoiva elinympäristö kuuluu kaikille.

KOHTAAMISET JA TAPAHTUMAT

Tervehdi, kiitä, kysy, auta.

Yhteisöllisyys vahvistuu mahdollistamalla erilaisia tapahtumia, joissa eri-ikäiset voivat kohdata toisiaan.

Yhteiset projektit toimivat siltoina ja yhdistävät ihmisiä.

AVOIMUUS JA LUOTTAMUS

Lisäämme osallisuutta ja mahdollisuuksia vaikuttaa yhteisiin asioihin.

Karstula on kaikille avoin. Otetaan uusi vastaan uteliaasti ja innostuneesti.



MIELENHYVINVOINTI

Mielenhyvinvoinnin edistäminen on tärkeää kaikissa ikäluokissa ja se vaatii monialaista yhteistyötä sekä pitkäjänteisiä toimenpiteitä. Erityisesti lasten ja nuorten mielialaan liittyvä oireilu, kuten **ahdistuneisuus ja masennusoireet** ovat yleistyneet. Samalla **koulukiusaamisen** kokemukset, **koulupudokkuus** sekä **väkivallan ja häirinnän kokemukset** ovat lisääntyneet. Haasteet ovat merkittäviä ja vaativat jatkuvaa huomiota.

Mielenhyvinvoinnin edistämiseksi tehdään työtä monella tasolla. Peruskoulun ja lukion lisäksi nuorisopalvelut ja nuorten työpajatoiminta ovat keskeisiä toimijoita.

Matalan kynnyksen palveluita kehitetään, vertaistukea ja ryhmätoimintaa lisätään sekä perheitä ja vanhemmuutta tuetaan.

Kunnan ja hyvinvointialueen **yhteistyö** on tärkeää, jotta **palveluketjut ovat sujuvia** ja **apua on saatavilla oikea-aikaisesti**. Lisäksi panostetaan **ennaltaehkäisevään työhön, tunnetaitojen vahvistamiseen ja yhteisöllisyyden lisäämiseen** kouluissa ja vapaa-ajalla.

Tavoitteena on vähentää mielialaan liittyvää oireilua ja päihteiden käyttöä, lisätä turvallisuuden tunnetta sekä vahvistaa keskusteluyhteyksiä nuorten ja aikuisten välillä.



TURVALLISUUS

Turvallisuus ymmärretään laajana käsitteenä ja se kattaa **fyysisen, psyykkisen** ja **sosiaalisen turvallisuuden** lisäksi **arjen sujuvuuden** kaikissa ikäryhmissä.

Turvallisuuden edistäminen on moniammatillista ja poikkihallinnollista yhteistyötä.

Turvallisuuden edistäminen perustuu **ennakoivaan päätöksentekoon** ja **tiiviiseen yhteistyöhön** eri toimijoiden välillä. Kunnan päätöksenteossa huomioidaan turvallisuuden liittyvät näkökulmat, ja **palveluketjut** pyritään rakentamaan saumattomiksi, jotta kuntalaisten turvallisuuden tunne vahvistuu.

Varhaiskasvatuksessa, koulussa ja nuorisopalveluissa **panostetaan välittävään ja turvalliseen ilmapiiriin**, ja kuntalaisille tarjotaan **riittävästi tietoa** oman turvallisuutensa parantamiseksi ja ennakoimiseksi. **Koulukiusaamiseen puuttumisen toimintamalli** on kuvattu ja otettu käyttöön koulun arjessa. **Turvallisuuskasvatusta vahvistetaan** sekä opetussuunnitelman että varhaiskasvatussuunnitelman puitteissa. Edistetään **liikenneturvallisuutta** ja turvallista koulumatkaa.

Huomioidaan eri ikäisten kuntalaisten **erilaiset tarpeet** ja erityisesti ikääntyneiden mielekäs, toiminnallinen ja turvallinen arki turvataan.

Kunnan toimitilojen ja asuinympäristöjen turvallisuus ja **esteettömyys** varmistetaan säännöllisillä vaarojen ja riskien kartoituksilla. Lisäksi turvataan **asioimisen mahdollisuudet** myös sivukylien asukkaille ja lisätään **tiedotusta** asumisen ennakointiin, korjausrakentamiseen ja kotona asumisen mahdollistavaan tekniikkaan liittyen.

Turvallisuuden edistämisen onnistumista seurataan mm. elinolojen ja hyvinvoinnin jakautumisella, lastensuojelun asiakasmäärällä sekä kouluterveyskyselyjen tuloksilla. Myös ikääntyneiden kokemukset väkivallasta ja asumisen turvallisuudesta ovat seurannan kohteina.

Kunnassa on ajantasaiset toimintaohjeet kriisi- ja poikkeustilanteiden varalle sekä toimipistekohtaiset pelastus- ja turvallisuussuunnitelmat.



Seuranta ja toteutus

Karstulan hyvinvointisuunnitelma tarjoaa selkeät tavoitteet ja konkreettiset toimenpiteet terveellisten elämäntapojen, hyvän arjen, mielenhyvinvoinnin ja turvallisuuden edistämiseksi.

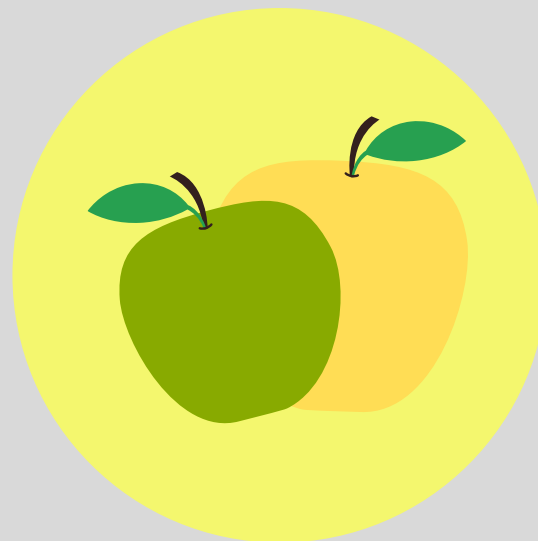
Suunnitelman toteutumista seurataan monipuolisilla mittareilla, ja sen onnistuminen edellyttää koko kunnan, hyvinvointialueen, yksilöiden, perheiden ja järjestöjen yhteistyötä.

Hyvinvointisuunnitelma toimii keskeisenä strategisena työkaluna, jonka avulla asetetaan tavoitteet ja seurataan toimenpiteiden vaikuttavuutta ajantasaisen tilannekuvan pohjalta.

Hyvinvointisuunnitelma tarjoaa selkeät tavoitteet ja konkreettiset toimenpiteet terveellisten elämäntapojen ja hyvän arjen edistämiseen.

Mielenhyvinvoinnin edistäminen nähdään laaja-alaisena ja jatkuvana prosessina, jossa tavoitteena on vähentää mielialaan liittyvää oireilua ja päihteiden käyttöä, lisätä turvallisuuden tunnetta sekä vahvistaa keskusteluyhteyksiä nuorten ja aikuisten välillä.

Turvallisuustyö Karstulassa perustuu ennakointiin, yhteistyöhön ja kuntalaisten tarpeiden huomioimiseen. Sen tavoitteena on luoda turvallinen, viihtyisä ja hyvinvoiva elinympäristö kaikille kuntalaisille.





KARSTULA