

Ravitsemusterveys talouspaineissa

16.9.2026
Kuntamarkkinat

Minna Lappalainen,
Asiantuntija, ateria- ja siivouspalvelut,
Päijät-Hämeen hyvinvointialue



Päijät-Hämeen
hyvinvointialue

Säde Rytönen
HYTE- ja osallisuuspalveluyksikkö, HYTE- ja
osallisuuspalveluyksikkö
Pohjois-Savon hyvinvointialue



Pohjois-Savon
hyvinvointialue

Miksi ravitsemuksesta on puhuttava juuri nyt

Asukkaiden arki

- Ylipaino näkyy kaikissa ikäryhmissä
- Taloudellinen epävarmuus lisää ruokavalion heikkenemisen riskiä
- Osa väestöstä kärsii yhtä aikaa sekä ylipainosta että ravitsemuksen heikosta laadusta
- Hyvinvointierot kasvavat

Vaikutukset hyvinvointiin

- Vajaa- ja virheravitsemus lisääntyvät.
- Toimintakyky heikkenee.
- Yksinäisyys ja osattomuus voivat lisääntyä.

Vaikutukset palvelujärjestelmään

- Palveluiden tarve kasvaa.
- Hoitokäynnit ja hoitokaksot lisääntyvät.
- Kustannukset kasvavat.



Suunnitelmien ja rakenteiden kautta vaikuttavaan tekemiseen

Hyvä ravitsemus ei synny pelkästään yksilön valinnoista, vaan sitä tukevista palveluista, toimintatavoista ja elinympäristöistä.



HYTE rakentuu yhteistyöstä ja toimivasta työnjaosta

Terveyttä edistävää/ ylläpitävää

= terveille ihmisille kohdistuvaa (esim. ruokakasvatus)

Ennaltaehkäisevää työtä ja varhaista tukea

= riskiryhmille, oirehtiville ja/tai sairauden alkuvaiheessa oleville kohdistuva toiminta (esim. elintapaneuvonta/ravitsemusohjaus)

Oireita ja haittoja vähentävää tai toimintakyvyn palautukseen liittyvää toimintaa (esim. ruokavalioiden suunnittelu, ravitsemushoito)

K
u
n
t
a

H
y
v
i
n
v
o
i
n
t
i
a
l
u
e

Pohjois-Savon HYTE-rakenne 2026

Toimintasäännön mukaisesti 25 edustajaa
+ 1 aluehallituksen nimittämä

Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen (HYTE) neuvottelukunta

1. Kuntien eri toimialojen edustus
2. Hyvinvointialueen eri toimialojen ja maakuntaliiton edustus
3. Työterveyshuollon, järjestörakenteen, oppilaitosten, työllisyysalueiden, poliisin, yrittäjien ja apteekkien edustus

HYTE- ja osallisuuspalvelu- yksikkö / "HYTE-tiimi" Hyvinvointitiedolla johtaminen

HYTE- ja osallisuuspäällikkö

Hyvinvointikoordinaattorit

- Ehkäisevä mielenterveys- ja päihdetyö
- Elintapaohjaus
- Tapaturma- ja väkivaltatyö, asiakaspalaute
- Osallisuus, ikäihmisten ja vammaisneuvosto
- Avustukset ja järjestöyhteistyö, ruoka-apuallianssi, OLKA-toiminta

Potilas- ja sosiaaliasiavastaavat

Kehittämishankkeet:

- Terveysteksti –hanke; elintapaohjaus
- Turvallisesti kotona -hanke
- Kulttuurista hyvinvointia ikäihmisille

OLKA-toiminnan palvelusihteeri

Nikotiiton sote -
työryhmä

AUDIT-C
työryhmä

Kulttuurihyvin-
vointi työryhmä

Järjestöyhdyshenkilöverkosto

Elintapaohjauksen
työryhmä

Osallisuus-
työryhmä

Hyvinvointialueen palvelutuotanto

Hyvinvointialueen HYTE-ryhmä
(hyvinvointialueen johtoryhmä)

Eri HYTE teemojen yhdyshenkilöt
(ravitsemus, kaatumisten ehkäisy, järjestö jne.)

Opiskelu-
huollon
alueellinen
yhteistyö-
ryhmä

Perhekeskus-
verkosto

Ikäntyneiden
palvelujen
yhteistyö-
verkosto

Ehkäisevän mielenterveys-
ja päihdetyön
koordinaattorien verkosto

HYTE-koordinaattorien
verkosto

Teemaverkostot

Osallisuus, ravitsemus,
liikunta, seksuaaliterveys,
mielenterveys- ja päihde,
kaatuminen, väkivalta,
järjestöyhdyshenkilöt

Pohjois-Savon
järjestöneuvosto

Pohjois-Savon
järjestöfoorumi

Ehkäisevän
mielenterveys- ja
päihdetyön
koordinaattori

Kunnan HYTE-
koordinaattori

Eri HYTE-teemojen
ja järjestö
yhdyshenkilöt

Kunnassa toimiva
järjestöfoorumi

Järjestö Järjestö

Kunta

EPT-
ryhmä

Ruoka-
kasvatus
työryhmä

Kunnan HYTE-
ryhmä

Muut
alaryhmät

Kunnan hyvinvointitoimijat

Varhaiskasvatus ja
opetus

Tekninen toimi

Liikunta- ja kulttuuri

Nuorisotoimi

Jne...

YTA-alue HYTE -
yhteistyö

mm. kaatumisten ehkäisy,
lähisuhdeväkivalta,
elintapaohjaus, yhdyspiirnat

Pohjois-Savon
nuorisovaltuusto

Pohjois-Savon
vammaisneuvosto

Pohjois-Savon
ikäihmisten neuvosto

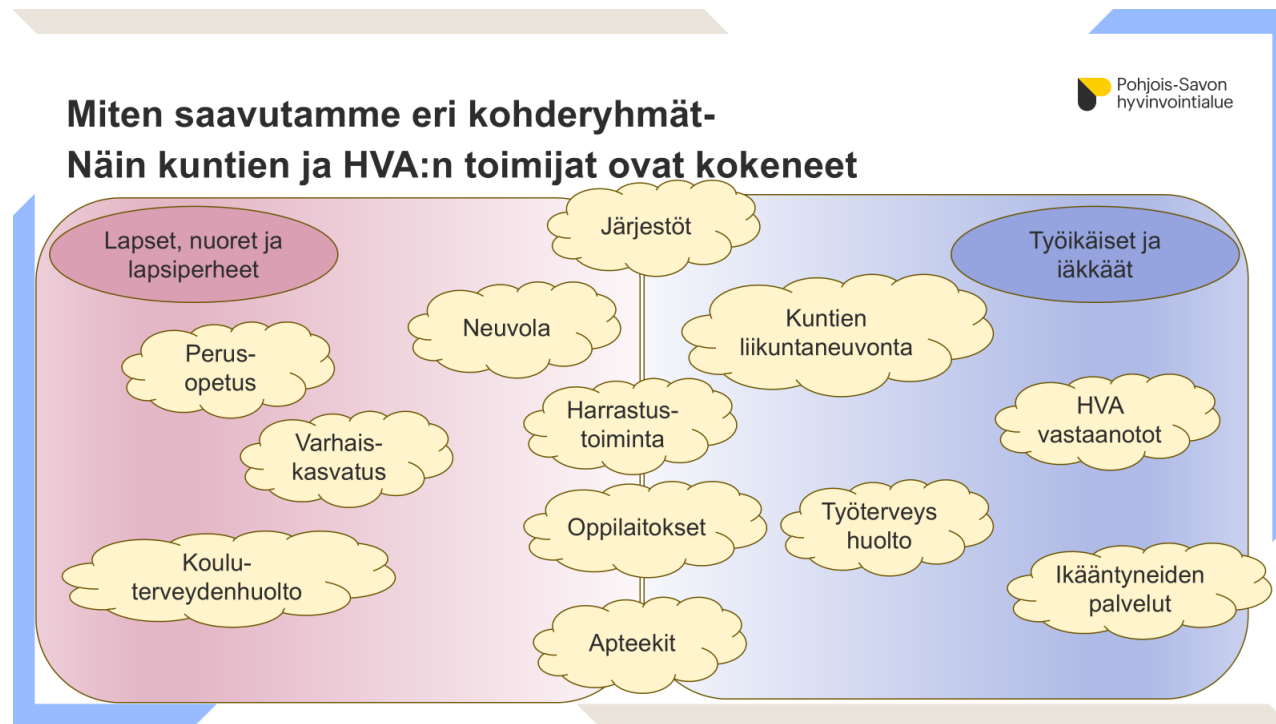
Asiantuntijatuki

Paikallinen edustus

Työterveys-
huolto /
apteekit

Seura-
kunnat

Ravitsemusterveyttä edistetään siellä, missä asukkaat ovat



Työryhmien kokoonpanoa ja ravitsemusterveyden edistämisen rakennetta tarkasteltiin erityisesti kohderyhmien kohtaamisen kautta, jotta työ olisi vaikuttavaa ja kustannustehokasta

- Missä kohtaamme asukkaat?
- Kuinka ja kenen toimesta ravitsemusterveyden edistämistä voi olemassa oleviin palveluihin sisällyttää?

PSHVA:n ravitsemusterveyden ja -hoidon rakennekuva

Pohjois-Savon hyvinvointisuunnitelma ja –kertomus, jonka osana ravitsemusterveyden edistäminen

PSHVA ravitsemusterveyden ja –hoidon suunnitelma

Ravitsemusterveys

Ravitsemushoito



Pohjois-Savon lasten, nuorten ja lapsiperheiden ravitsemusterveyden edistämisen työryhmä

(mukana mm. kunnat, PSHVA, järjestöt)

Pohjois-Savon liikunnallisen elämäntavan ja ravitsemusterveyden edistämisen työryhmä

Työikäiset, ikääntyneet

(mukana mm. kunnat, PSHVA, järjestöt)

PSHVA:n elintapa-ohjauksen työryhmä

Kaikki ikäryhmät

PSHVA Ravitsemushoitotyöryhmä

Kaikki ikäryhmät

HYTE- ja osallisuusyksikön koordinoimat monialaiset verkostot
(mukana mm. kunnat, PSHVA, järjestöt)

PSHVA palvelutuotanto

PSHVA ravitsemusvastuuhenkilöverkosto

Ravitsemusterveyden edistämiseen ja ravitsemushoitoon osallistuvat ammattihenkilöt omissa toimipaikoissaan

Yhteinen tavoite- jaetut kustannukset

- Tunnistetaan yhteistyökumppanit
- Sovitaan työnjaosta
- Huomioidaan asukkaan näkökulmasta saumaton palvelupolku

→ Enemmän hyvinvointia kustannuksia kasvattamatta

Rakenteet - HYTE - Pohjois-Savo
(pshyvinvointialue.fi)

-> ks sivun alaosa yhdyspinnat

Hyvinvointia edistävän ravitsemuksen yhdyspinnat

Yhteisenä tavoitteena myönteinen ruokapuhe ja hyvinvointia edistävät ruokatottumukset

Pohjois-Savon
hyvinvointialue

12/2023
Ravitsemuksen
työryhmä

	LÄHIYHTEISÖ	KUNTA	HALLINTO- JA TUKIPALVELUT (kunta tai hyvinvointialue)	HYVINVOINTIALUE	KUMPPANIT
	KOTI asukas, omaiset, läheiset	RUOKA- JA SIIVOUSPALVELUT ruokapalveluyritykset, siistijät	RUOKA- / RAVITSEMUSPALVELUT ruokapalvelupäällikkö, ravitsemusterapeutti, muut ravitsemuksen asiantuntijat	NEUVOLA OPISKELUTERVEYDENHUOLTO, VASTAANOTTOPALVELUT, TYÖTTÖMIEN TERVEYDENHUOLTO terveydenhoitajat, sairaanhoitajat, lähihoitajat, lääkärin, toiminta-, puhe- ja fysioterapeutit, psykologit, sosiaalityöntekijät ja muut asiantuntijat	JÄRJESTÖT, YHDISTYKSET JA SEURAKUNNAT nuorisolat, vanhempainyhdistykset, urheiluseurat, potilasjärjestöt, neuvontajärjestöt jne.
	• Säännöllinen ruokarytmi, napselujen välttäminen, monipuolinen ja värikäs ruokailu, satokaudet huomioiden.	• Hyvinvointia edistävien aterioiden valmistus ja tarjoaminen houkuttelevasti.	• Ravitsemussuositusten mukainen ja maukkaan ruuan toteuttaminen koordinoit.	• Arjen hallintaan liittyvää ohjausta terveelliseen ravitsemukseen.	• YRITYKSET hoivakodit, palveluasumisen yksiköt, kaupat, kotiteriapalvelut, kioskit esim. liikuntapaikkojen ja koulujen yhteydessä jne.
	• Poistivien ruokapuhe, mielittävien ruokailutapojen luominen.	• Palvelusta ja ajankohtaisista asioista tiedottaminen.	• Ruokapalvelusopimusten laatiminen niin, että ravitsemussuositusten noudattaminen on sopimuksen ehtona.	• Taloudellisen tuen tarpeen huomiointi ravitsemuksen toteuttamisessa.	• Työntekijä tukee työntekijöiden suositusten mukaista ruokailua.
	• Marjastus, sienestys, kotitarveviely.	• Tilojen terveydenhuollon huolehtiminen.	• Ravitsemuksen asiantuntija- ja henkilöstökoulutuksen järjestämiseen osallistuminen.	• OSASTOPALVELUT sairaanhoitaja, lähihoitaja, lääkärin, ravitsemusterapeutti, suuhygienisti, palveluohjaaja, fysioterapeutti, toimintaterapeutti, muut asiantuntijat	• Ravitsemusneuvottelu esim. työpaikalla, kassalla ja kotiteriapalvelussa - tarjolla olisi ainakin yksi suositusten mukainen vaihtoehto.
	• Pakkausmerkintöjen lukeminen (paremmat valinnat), kansalaistaidot, kotitaitoaidot.	TEKNINEN TOIMI	• Asiakastytytyydytyskysely.	• Monipuoliseen ravitsemukseen motivoiminen ja tukeminen.	• Tuuppaaminen esim. kaupan kassalla tarjolla jotain muuta kuin karkkia, buffett ruokailussa ruokien järjestys ohjaa lautasmaalin mukaiseen aterian ottamiseen, erikoisruokavaliot ja terveellisempiä vaihtoehtoja ovat merkityt selvästi.
		• Tilajärjestelyt, tilojen käytettävyyden.	• Yhteistyö esim. teemapäivissä ja erilaiset kyselyt.	• Kattavampi ravitsemusohjaus hoidon tarpeen arvioinnin perusteella.	• Ruuan valmistus ravitsemussuositusten mukaan ja asiakkaiden ohjaus hyvinvointia tukeviin ruokavaihtoehtoihin matalan kynnyksen ruokailussa.
		• Vuokrasopimuksissa huomioidaan tilojen monialainen käytettävyyden (esim. harrastustoiminnan järjestäminen ilta mahdollistuu).	• Ruoka- ja ravitsemuspalvelujen kehittäminen esim. reseptien, osallistavan ruokailun, ruokailun kannustavien ruokailutapojen osalta.	• SUUN TERVEYDENHUOLTO hammaslääkärit, suuhygienistit, hammaslääkärin.	• Järjestöjen asiantuntijakokoukseen hyvinvointia edistävien ravitsemuksen toteuttamiseen sekä erityyppisen ja ravitsemuksen haasteisiin, esimerkiksi verkossa, ryhmätoimintana sekä asiantuntijajärjestöjen kanssa.
		KANSALAISOPISTO, SIVISTYSTOIMI	HYTE JA OSALLISUUS HYVINVOINTIKOORDINAATTORI hyvinvointikoordinaattori, hyte-ryhmä, hyte-yhdyshenkilöt, alueellinen ravitsemustyöryhmä	• Monipuoliseen ravitsemukseen motivoiminen ja tukeminen.	• VIRANOMAISET mm. STM, THL, VRN
		• Kansalaisopistot tarjoavat kurseja suositusten mukaisesta ruoanvalmistuksesta. Myös tiedotusta esim. luentojen muodossa.	• Ravitsemuksen edistämiseksi viestiminen kuntapäättäjille, hyvinvointialueille, virkamiehille ja asukkaalle.	• Hoidontarpeenarvioinnin perustekijä, ravitsemusohjaus, suun oimahoidonohjaus.	• Suositukset ja täydennyskoulutukset.
		• Tiedotusta asukkaalle hyvinvointia tukevista ravitsemuksesta mm. luennot ja vanhempainiltoja (vanhempien tuki, ovat esimerkiksi lapsille ja pyssyt itse kunnossa).	• Nykytila- tietoa, hyvinvointianalyysit tiedolla johtamisen tueksi.	• Mahdollisten irrottavien hampaaprotesien korjaus tai uusiminen.	• Hankerahotukset ja avustukset.
		LIIKUNTAPALVELUT, VAPAA-AIKA- JA KULTTUURIPALVELUT	PÄÄTÖKSENTEKO	• IKÄÄNTYNEIDEN PALVELUT, KOTIHOITO, KOTISAIRAANHOITO, ASUMISPALVELUT sairaanhoitajat, lähihoitajat, kotihoidon lääkärin, ravitsemusterapeutti, suuhygienisti, palveluohjaaja, fysioterapeutti, toimintaterapeutti	• VANHUSNEUVOSTO, VAMMAISNEUVOSTO
		• Hyvään ravitsemukseen motivoiminen ja tukeminen.	• Käytäntöjen ja kokemusten jakaminen kuntien ja järjestöjen kanssa.	• Monipuoliseen ravitsemukseen motivoiminen ja tukeminen.	• Viestintä, päätöksenteko.
		• Ravitsemusohjaus osa liikuntaneuvontaa.	• Monialaisiin työryhmiin osallistumisen kautta ravitsemustiedon ja -toteutuksen jakautuminen.	• Ravitsemussuositusten mukainen ravitsemuksen ja suun terveyden arviointi ja ylläpitäminen. Omahoidon ohjaus.	• Palauteet, toiveet, tarpeet, ideat arjen sujuvuuteen asukkailla.
		• Urheilu- ja tapahtumapaikkojen yhteydessä olevissa kioskissa, kahvioissa tms. tarjolla hyvää ravitsemusta edistävää vaihtoehtoja.	• Hyvinvointisuunnitelman laatimisen ja toimeenpanon koordinoiminen ja tukeminen.	• Vajaa ravitsemuksen tai sen riskin arviointi ja ennaltaehkäisy. Tuen tarpeen huomiointi ja hoidon toteutus hoito- suunnitelman mukaisesti. Tarvittaessa jatkotoon ohjaus.	• OPPILAITOKSET
				• Vajaa ravitsemuksen hoidon, suu- ja hammassairauksien jatkotoon ohjaus ja mahdollisten irrottavien hampaaprotesien korjauksen/ uusimisen ohjaaminen.	• Hyvinvointia edistävän ravitsemuksen huomiointi monipuolisesti opintotilaisuuksissa ja opiskelijoiden terveydentilustien tukemisessa.
				• Ravitsemuksen varmistaminen ravitsemusneuvonnan seuranta, ostopöytäkirjojen monipuolisuus.	• Suositusten mukaisen ravitsemuksen toteuttamisen edistävät toimet yhdessä eri toimijoiden kanssa.
					• Opiskelijatyöryhmä tekevä yksilöllinen ja ryhmässä tapahtuva ravitsemusneuvonta Wellness Center Savonilla ja Savonin opintotilaisuuksissa.
					• APTEEKIT, SAIRAALA-APTEEKIT
					• Luotettavan tiedon jakaminen, ravitsemuksen ja lääkäreiden yhteisvaikutuksista kertominen.
					• Työryhmä ravitsemusneuvonnan tukemiseksi.

● Universaali toiminta
● Kehdennetty toiminta

Myönteinen ruokapuhe ja vastakkainasettelun vähentäminen, viestintä hyvästä ravitsemuksesta.

Hyvinvointialueiden, kuntien ja muiden toimijoiden välinen saumaton yhteistyö ravitsemusterveyden palvelupolun työstämisessä sekä kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin edistämisen suunnittelussa, kehittämisessä ja toteuttamisessa.

Hyvinvointisuunnitelmassa ravitsemus omana tavoitteenaan

Tavoite: Mahdollistetaan monipuolisen ravitsemuksen toteutuminen (erityisesti huoli 8. ja 9. lk tytöistä ja työikäisistä)

Perustuu tunnistettuun **hyvinvointivajeeseen**, missä meillä on heikoin tilanne?

Tunnistettu hyvinvointivajetta aiheuttavia juurisyitä.

Kohdennettu toimenpiteet juurisyihin vaikuttaviksi.

Valittu seurantamittarit mittaamaan aidosti toimenpiteiden toteutumista ja asukkaiden hyvinvointia.

**Lopputuloksena:
vajaa- ja virheravitsemuksen väheneminen**

Hyvinvointisuunnitelman tavoitteiden ja toimenpiteiden kuvauksen pohja

Tavoite: Mahdollistetaan monipuolisen ravitsemuksen toteutuminen (erit. tytöt, 8. ja 9. lk, työikäiset)	Toimenpiteet (vaikuttavat, konkreettiset menetelmät ja keinot) + vastuutahot	Seurantamittarit
Juurisyyt tavoitteena olevan asian taustalla	Esimerkiksi: Elintapoihin ja elämän hallintaan liittyvien haasteiden kasaantuminen (mielenterveys, taloustilanne, tunnetaidot) Ikääntyneiden ravitsemustilanteen haasteet (suun terveys, ruokailujen yksipuolisuus) Ruoka- ja kehosuhteen haasteet Ruokailukulttuurin ja arkirytmien muutokset, esim. yhdessä syöminen on vähentynyt, kiireisempi arki	
Asukkaiden oma toiminta tavoitteen edistämiseksi	Esimerkiksi: Aikuisten vastuu huolehtia lasten ja nuorten monipuolisesta ruokailusta	
Mitä Pohjois-Savon hyvinvointialueella (PSHVA) tehdään tavoitteen edistämiseksi	Esimerkiksi: Systemaattinen vajaaravitsemusseulojen käyttö ja kirjaaminen	
Kunnan asiantuntijatuki ja yhteistyö yhdyspinnoilla tavoitteen edistämiseksi hyvinvointialueen kanssa	Esimerkiksi: Kunnassa toimii ruokakasvatus-/ ravitsemusterveyden työryhmä tai oppilashuollollinen työryhmä, jossa mukana hyvinvointialueen asiantuntija	Yksittäisen tavoitteen saavuttamiseksi tarvitaan useita eri toimijoita, tekoja ja panoksia.
Pohjois-Savon hyvinvointialueen (PSHVA) asiantuntijatuki yhdyspinnoilla tavoitteen edistämiseksi muiden HYTE-toimijoiden (kunnat, järjestöt, seurakunnat, oppilaitokset, yritykset, apteekit, maakuntaliitto, poliisi) kanssa	Esimerkiksi: Lasten ja nuorten valikoivan syömisestä tunnistamista ja hoitoonohjausta kehitetään	
Järjestöyhteistyö yhdyspinnoilla tavoitteen edistämiseksi hyvinvointialueen kanssa	Esimerkiksi: Viestinnällinen tuki riittävän ruokailun /ruokarohkeuden edistämiseksi	
Seurakuntayhteistyö tavoitteen edistämiseksi hyvinvointialueen kanssa	Esimerkiksi: Ruoka-aputoiminnan kehittäminen ja toteuttaminen yhteistyössä ruoka-apuallianssin kanssa	
Oppilaitosten, työterveyshuollon, työllisyysalueiden, yritysten, apteekkien, maakuntaliiton ja poliisin yhteistyö tavoitteen edistämiseksi Pohjois-Savon hyvinvointialueen kanssa	Esimerkiksi: Laillistetut ravitsemusterapeutit ovat mukana suunnittelemassa ja toteuttamassa ravitsemuksen opetusta sosiaali- ja terveysalalla	Strategia ja suunnitelmat - <u>Pohjois-Savo</u>

Ravitsemusterveyden edistäminen hyvinvointialueella

Käytännössä tarvitaan kohdennettuja ja yhteneviä toimenpiteitä esimerkiksi

- Ravitsemussuositusten mukaiseen ohjaukseen ja neuvontaan
- Ravitsemusosaamisen vahvistamiseen (huomio erityisesti hyvinvointivajeita aiheuttaviin juurisyihin)
- Vajaaravitsemusseulojen systemaattiseen käyttöön
- Sujuviin prosesseihin- tunnetaan oman organisaation palvelut, lähetekäytännöt, ruokapalvelujen tilaukset yms
- Yhteistyöhön eri toimijoiden kanssa

Lisäksi PSHVA:n ravitsemusterveyden edistämisen toimintasuunnitelma, ravitsemushoidon toimintasuunnitelma, ravitsemuskäsikirja, elintapaohjauksen toimintamalli, OmaHyte-sivusto ja muut materiaalit tukemassa palveluja

Kokonaisuus on osiensa summa- esimerkkinä

Ruokapalvelut talouspaineiden ja ravitsemusterveyden tasapainottajina

Tavoite tarjota maistuvaa, vastuullista, taloudellista ja kotimaista ruokaa

- Ruokapalvelujen kohdentuminen tarpeenmukaisesti- ruokapalvelut huomioi eri asiakasryhmien palvelutarpeet
- Vastuullisuus- esim. raaka-aineiden valinta ja asiakaskohtaiset ruokatilaukset, joilla ruoka saadaan maistumaan ja ruokailu onnistumaan sekä hävikki pienenemään
- Osaaminen- tuetaan ammattilaisten tilaamista, jotta tarjottava ruoka kohtaa tarpeet -tukee ja mallintaa elintapoja hyvällä ravitsemuksella
- Vajaaravitsemuksen väheneminen- vajaaravitsemus on yllättävän yleistä, jolloin ruokapalvelut on tärkeässä roolissa esim. aterioiden rikastamisen ja erityisruokavalioiden tarjoamisen kautta

Ravitsemusterveyteen panostaminen vähentää palvelutarvetta ja kustannuksia

Käytännössä lopputuloksena

- vähemmän todettuja vajaa- tai virheravitsemuksia, enemmän tehtyjä vajaaravitsemusseuloja
- ruokapalvelujen tarkoituksenmukainen kohdentuminen
- hoidon tarpeen väheneminen tai viivästyminen, vähemmän osastopäiviä ja vastaanottoja
- vähemmän ylipainon ja lihavuuden hoitoa

Vajaaravitsemuksen seurauksia

- somaattisen sairauden hoitajaksoja ovat ka 3-8 vrk pidempiä
- aikuispotilaalla n. 2 900–6 564 euron kustannus/hoitajakso
- voi lisätä kaatumisriskiä jopa 1,5–3-kertaiseksi
- aiheuttaa suurempia kustannuksia kuin lihavuus



Kustannusten väheneminen

- Kustannukset kumuloituvat palveluketjun loppupäätä kohden.
- Kustannusten kannalta on vaikuttavampaa tunnistaa riskit varhain ja ehkäistä niiden syntyminen.

Kysymys ei ole siitä, onko meillä varaa panostaa ravitsemusterveyteen, vaan siitä, onko meillä varaa olla panostamatta.



Ravitsemusterveyttä edistetään yhteistyöllä

Päijät-Hämeen hyvinvointialueen malli



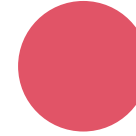
TUKIPALVELUT

- Hankinta
- Sopimushallinta
- Palvelun seuranta



RAVITSEMUSYKSIKKÖ

- Ravitsemushoito
- Ammattilaisten
asiantuntijatuki



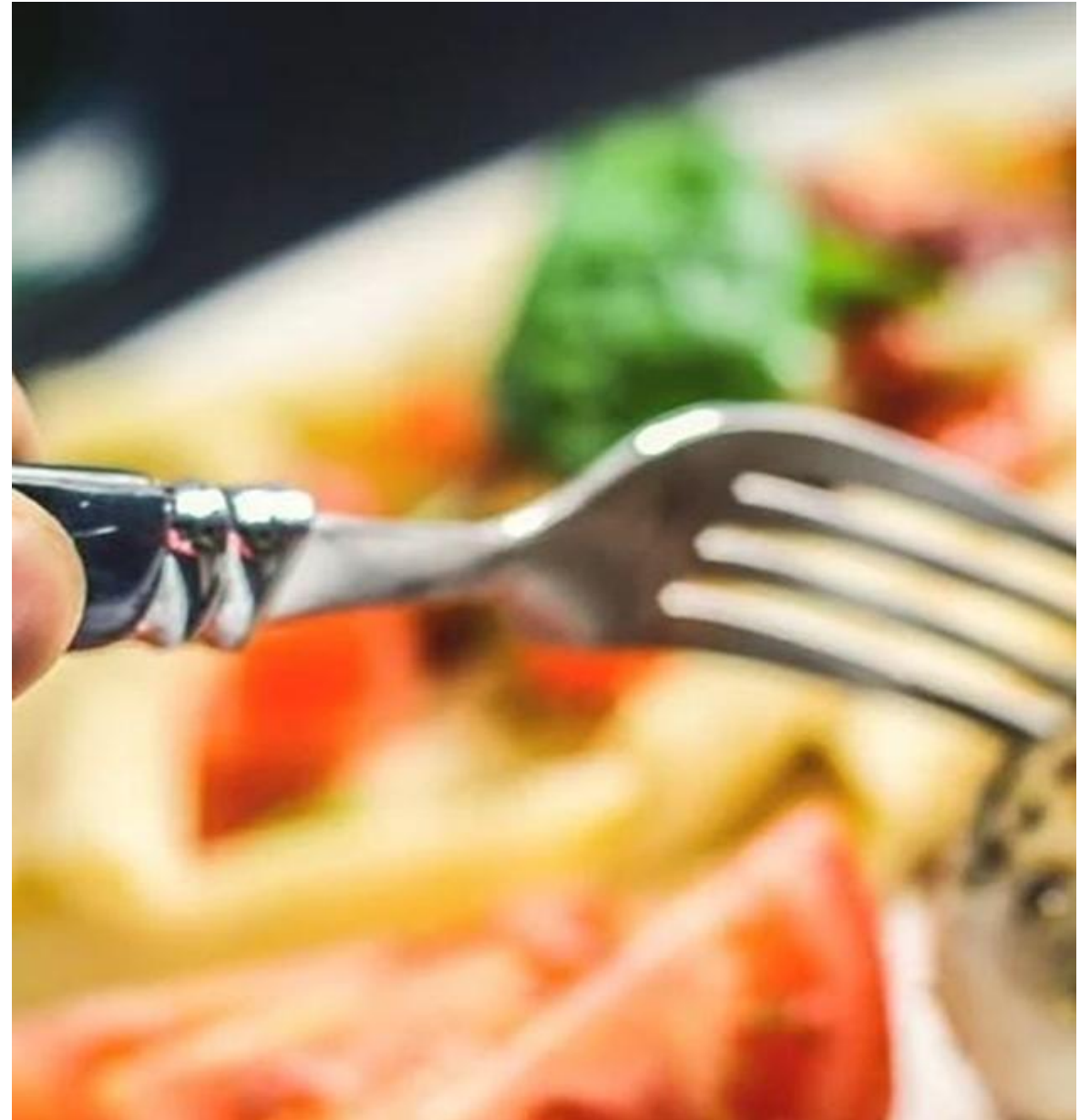
HYVINVOINNIN JA TERVEYDEN EDISTÄMISEN ASiantuntijayksikkö

- Ennaltaehkäisy
- Koordinointi
- Alueellinen yhteistyö



Ravitsemuslaatu rakennetaan jo hankinnassa

- Päijät-Hämeen hyvinvointialueen ateriapalvelut kilpailutettu 1.1.2022 alkaen
 - n. 3 milj. aterialla/vuodessa
 - n. 100 yksikköä
- **Ateriapalvelukokonaisuus sisältää aterioiden tuottamisen ja kuljettamisen:**
 - erikoissairaanhoidon
 - perusterveydenhuollon
 - asumispalveluiden
 - toimintakeskusten yksiköihin
 - henkilöstöateriat ja tilaustarjoilut



Asiakkaiden
kokonaisravitseemus on
turvattu ja palvelu on
maakunnallisesti
tasalaatuista

Hankinnan keskeinen tavoite

- *Tarkat ravitseemus- ja
laatuvaatimukset palvelu- ja
ateriakuvauksissa*



Hankinnan vaatimukset muutetaan arjen työkaluiksi

Päijät-Hämeen hyvinvointialueen ravitsemuskäsikirja

- ✓ Hankinnan yksi asiakirjoista
- ✓ Pohjautuu viimeisimpiin valtakunnallisiin ravitsemussuosituksiin ja omiin alueellisiin linjauksiin
- ✓ Ohjekirja ruokavalioiden toteuttamiseen hyvinvointialueen yksiköissä – *ammattilaisten tukeminen oikeanlaiseen aterioiden tilaamiseen ja tarjoilemiseen*
- ✓ Sisältää yksiköiden käytössä ja tilattavissa olevat ruokavaliot
- ✓ Kuvataan ruokavalioiden soveltuvuus sairaalassa ja hoivayksiköissä
- ✓ Kuvataan ruokavalioiden keskeiset periaatteet ja sisältö
- ✓ Ateriapalvelutuottaja suunnittelee tilaajan määrittelemien ruokavalioiden mukaisesti ruokalistat- ja ohjeet ja toimittaa ravintoainelaskelmat käsikirjan ruokavalioista



- **Ateriapalvelutuottajan malliannoskuvat tukevat yksiöitä aterioiden tilaamisessa, annostelussa ja tarjoilussa**

[illegible]

	XS	S	M	Energiatavara / wk Arvokas valittu ruokailija päättää: enegiatavaraa mukana
Alatien energiatavara	355-450 kcal	455-600 kcal	550-750 kcal	
Fätkäruokakäsitte	100 g / 1 di	120 g / 1,2 di	150 g / 1,5 di	XS 1400-1900 kcal
Purina -ja juurme	80 g / 1 di	100 g / 1,2 di	150 g / 1,7 di	
Lämmön käsitte	60 g / 0,9 di	80 g / 0,9 di	90 g / 1,1 di	S 1900-2900 kcal
Sonnala	60 g / 1,2 di	80 g / 1,2 di	90 g / 1,6 di	
Salaattika	14 g / 1,5 di	21 g / 1,5 di	21 g / 1,5 di	M 2200-2400 kcal
Maito / pilk	150 g / 1,5 di	180 g / 1,8 di	175 g / 1,75 di	

Vain syöty ruoka
ravitsee

- * Asiakkaiden palautteet*
- * Asiakastyytyväisyyskyselyt*
- * Hävikinseuranta*
- * Vajaaravitsemuksen
seulontojen tulokset*
- * Aterioiden
valinnanmahdollisuuden
kehittäminen*



Hyvä ravitsemus on taloudellisesti vaikuttavaa

Riittävä energian ja proteiinin saanti

- Auttaa ylläpitämään lihasvoimaa
- Tukee arjessa selviytymistä
- Erityisen tärkeää ikääntyneiden asiakkaiden hyvinvoinnille ja toimintakyvylle

Vajaaravitsemuksen ehkäisy

- Tukee toimintakykyä ja toipumista
- Vähentää sairauden aiheuttamia mahdollisia haittoja
- Voi vähentää lisähoidon tarvetta ja hillitä kustannuksia

Ruokahävikin vähentäminen

- Tehostaa raaka-aineiden käyttöä
- Tehostaa työpanoksen käyttöä
- Tukee vastuullista toimintaa ja taloudenpitoa
- Toimii osana toiminnan arviointia





***“ Kun ravitsemuslaatu
huomioidaan hankinnoissa ja
päivittäisessä toiminnassa,
samoilla resursseilla voidaan
lisätä hyvinvointia ja
saavuttaa vaikuttavampia
tuloksia”***



Kiitos!



Päijät-Hämeen
hyvinvointialue



Pohjois-Savon
hyvinvointialue

Minna Lappalainen

minna.lappalainen@paijatha.fi

Säde Rytönen

sade.rytkonen@pshyvinvointialue.fi