

Kumppanuusavustushakemus 2025-2027

Avustuksen hakija tiedot

Savon Sydänalue ry
Haapaniemenkatu 21 A, 2. krs
70110 Kuopio
Y-tunnus: 0214832-4

Yhteyshenkilö
Tarja Kristiina Ikonen
tarja.ikonen@sydan.fi
0500574642

28 päivää ilman -palvelutoiminnan toimintasuunnitelma

Kuvaus avustettavasta toiminnasta ja sen tavoitteista

1. Digitaalisen www.28paivaailman.fi nikotiiniverkkovieroitus palvelun vakiinnuttaminen hyvinvointialueen palvelutoimintaan. Toiminnan kohdentaminen uusien nikotiinituotteiden käyttäjäryhmille (mm. sähkösavukkeita ja nikotiinipusseja käyttävät henkilöt). 28 päivää ilman -verkkotapaamisten toteuttaminen alueen väestölle.

www.28paivaailman.fi -palvelu sisältää viisi teemoitettua tukitapaamista. Tapaamisen teemat ovat:

1. Tapa, tottumus vai riippuvuus? Miten nikotiini ohjaa päivää. Riippuvuuden monet muodot.
2. Mikä tukee lopettamista? Korvaushoitotuotteiden ja lääkehoidon oikea käyttö.
3. Jaksanko jatkaa? Eroon vieroitusoireista. Miten valmistaudun arkeen ja luon uutta tilalle.
4. Huolenaiheet ja itsepetokset. Omien tunnetaitojen tunnistaminen.
5. Nikotiinin tulevaisuus. Vertaistukea vieroittautumisen polulla

2. 28 päivää ilman -ohjaajakoulutuksen järjestäminen soteammattilaisille nikotiinivieroitusosaamisen ja 28 päivää ilman -toimintamallin tukemiseksi. Koulutusta toteutetaan yhteistyössä Pohjois-Savon Syöpäyhdistys ry:n ja Filha ry:n kanssa.

Kuvaus kohderyhmästä jolle toiminta kohdentuu

Toiminnan kohderyhmänä ovat Pohjois-Savon hyvinvointialueen nikotiiniriippuvuutta sairastavat henkilöt, jotka ovat motivoituneita muutokseen. Uusina kohderyhminä ovat nuoremmat sähkösavuke- ja nikotiinipussikäyttäjät. Toimintaa kehitetään yhteistyössä Pohjois-Savon hyvinvointialueen ja alueen oppilaitosten kanssa.

Erityiskohderyhmänä leikkaukseen/toimenpiteeseen menevät tupakoivat potilaat, nuoret aikuiset joiden nikotiiniriippuvuuden hoito vaatii keskustelutukea. Toiminta kohdistuu varhaisen vaiheen tukeen, terveyshaasteita kohdanneisiin ja pitkään nikotiinia käyttäneisiin henkilöihin.

Nikotiini vieroituksen haasteet poltettavien savukkeiden käytön osalta ovat vuosien varrella vähentyneet. Saamaan aikaa uudet nikotiinituotteet ovat luoneet entistä vaikeamman haasteen nikotiinivieroituksen toteutukseen. Uusista tuotteista erityisesti sähkösavukkeiden ja nikotiinipussien käyttö voimistaa nikotiiniriippuvuutta. Myös nuuskan käyttö ja nikotiinivieroitukseen tarkoitettujen tuotteiden väärinkäyttö lisäävät nikotiiniriippuvuutta.

Kuvaus toiminnan laajuudesta

Toiminta tapahtuu koko Pohjois-Savon hyvinvointialueelle. www.28paivaailman.fi -palvelu toteutetaan digitaalisena palveluna alueen asukkaille. Myös lähiryhmät ovat mahdollisia erityisryhmille.

Vuosittain tuotetaan 4 kpl [www.28paivaailman](http://www.28paivaailman.fi) -tukiryhmäkokonaisuutta. Tukiryhmäkokonaisuus sisältää 5 tapaamiskertaa, vuodessa tuotetaan yhteensä 20 tukitapaamista.

Ohjaajakoulutusta tuotetaan 2 kertaa vuodessa. Koulutukseen liittyy kerran kuussa toteutettava tukiklinikkatoiminta, jolla varmistetaan ja tuetaan toiminnan toteutumista.

Kuvaus kuinka kattavasti kohderyhmän henkilöitä toiminnalla voidaan tavoittaa

Pohjois-Savossa tupakointi ja muiden nikotiinituotteiden käyttö on edelleen valtakunnallisesti korkealla tasolla kaikissa ikäryhmissä. Tupakka tuotteiden käyttö on suurempaa matalan koulutuksen omaavilla. Lähde Pohjois-Savon laaja hyvinvointikertomus ja -suunnitelma 2021-2025: OSA 1: Hyvinvointikertomus.

Kuvaus millaista hyvinvoinnin, terveyden ja/tai turvallisuuden edistämistä toiminnalla voidaan tavoittaa

Tavoitteena on digitaalisten nikotiinivieroitus tukipalveluiden tuottaminen ja toimintamenetelmän jalkauttamiskoulutus Pohjois-Savon hyvinvointialueella. Pitkäaikaistavoitteena on tupakoinnin ja muiden nikotiinituotteiden käytön vähentäminen sekä väestön sairastuvuuden väheneminen.

28 päivää ilman vaikuttavuusseurannan mukaan 94 % (n 203) vastaajista koki saaneensa tukea tupakkatuotteiden käytön lopettamiseen. 1 ja 6 kuukauden seurannassa halukkuus nikotiiniriippuvuudesta eroon pääsyyn ja usko omaan onnistumiseen vahvistuivat. Lähde Savuton Kunta 2019/Ikonen.

Kuvaus toiminnan toteuttamiseen tarvittavasta resurssista

www.28paivaailman.fi -palvelu tuotetaan digitaalisena palveluna Savon Sydänalueen henkilöstön työpanoksella tai yhteistyössä hyvinvointialueelle koulutetun ohjaajan kanssa.

Kuvaus millaisilla menetelmillä toiminnan tavoitteita seurataan ja arvioidaan

28 päivää ilman -toiminnan mittareina ovat:

- toteutuneiden ryhmien määrä ja osallistujamäärä
- koulutustilaisuuksien määrä ja osallistujien määrä

- koulutettujen soteammattilaisten toteuttamat ryhmät
- mistä asiakas oli saanut tiedon palvelusta

Toiminnassa seurataan toteutuneiden ryhmien ja ilmoittautuneiden asiakkaiden määrää sekä ikäjakaumaa. Asiakkailta kysytään myös mistä asiakas on saanut tiedon palvelusta. Lisäksi seurataan koulutuspäivien ja niihin osallistuneiden soteammattilaisten määrää sekä koulutuksessa olleiden ohjaajien toteuttamien ryhmien määrää.

www.28paivaailman.fi -palvelun vaikuttavuuden seuranta tapahtuu massatasolla. Palvelussa on automaattinen vaikuttavuuden arviointi. Palvelun verkkosivuilla on palautelomake, jolla voi antaa palautetta tukitapaamisista. Lomakkeessa pyydetään osallistujalta palautetta, miten he kokivat tapaamisen ja tukiko tapaaminen tupakkatuotteiden käytön lopettamista.

Kuvaus toteutettavan toiminnan aikataulusta

Aikataulu

Vuonna 2025

4 kpl www.28paivaailman.fi -tukiryhmäkokonaisuutta (1 ryhmä sisältää 5 tapaamista) vuodessa, 2 keväällä, 2 syksyllä.

2 kpl terveydenhuollon ammattilaisten ohjaajakoulutusta, toinen keväällä ja toinen syksyllä.

Vuonna 2026

4 kpl www.28paivaailman.fi -tukiryhmäkokonaisuutta (1 ryhmä sisältää 5 tapaamista) vuodessa, 2 keväällä, 2 syksyllä.

2 kpl terveydenhuollon ammattilaisten ohjaajakoulutusta, toinen keväällä ja toinen syksyllä.

Vuonna 2027

4 kpl www.28paivaailman.fi -tukiryhmäkokonaisuutta (1 ryhmä sisältää 5 tapaamista) vuodessa, 2 keväällä, 2 syksyllä.

2 kpl terveydenhuollon ammattilaisten ohjaajakoulutusta, toinen keväällä ja toinen syksyllä.

Viestintä ja markkinointi

Viestintää ja markkinointia tehdään yhteistyössä Pohjois-Savon hyvinvointialueen kanssa potilasryhmäkohtaisissa toimijaverkostoissa sekä järjestökumppaneille suunnatussa yleisessä järjestöviestinnässä. Palvelu yhdenmukaistaa alueen asiakkaiden saamaa palvelua sekä antaa tukea ja tavoittaa äärialueilla asuvat.

www.28paivaailman.fi -palvelua markkinoidaan Savon Sydänalueen viestintäkanavissa, sydan.fi -tapahtumakalenterissa, Facebookissa ja Cardu mobiilimarkkinointi palvelussa. Sydänalueen toiminta on esillä myös lähellä.fi - ja hyvinvointitarjotin.fi -alustoilla.