



Punainen Risti



Punaisen Ristin Terveyspiste

Toteutusohje

Terveyserojen kaventamista terveyskeskusteluilla ja kohtaamisilla

9.2025

SISÄLTÖ

Johdanto	3
1 Punaisen Ristin Terveyspisteet	4
Terveyspistetoiminnan tehtävä ja tavoite	4
Terveyspistetoiminnan perusta	4
Terveyspistetoiminnan aloittaminen	5
Vakuutukset	6
Yhteistyö kuntien ja hyvinvointialueiden kanssa	6
Oppilaitosyhteistyö ja joustava harjoittelu	7
Tiedonkeruu	7
Viestintä	7
Ensiapuvalmius	8
Terveyspistemallit	8
Terveyspisteiden esteettömyys ja saavutettavuus	8
Terveyspistetoimijoiden tehtäväkuvat	8
Terveyspistevastaava	9
Terveyspistevastaanottovapaaehtoinen	9
Terveyspistevapaaehtoinen	9
Terveyspistevapaaehtoisen koulutuspolku	10
2 Vastuunjako järjestöorganisaatiossa	11
Vapaaehtoisen oikeudet ja velvollisuudet	11
Järjestön oikeudet ja velvollisuudet	12
3 Kohtaamistyö Terveyspisteellä	13
Motivoivat terveyskeskustelut	13
Terveysmittareiden käyttö Terveyspisteellä	14
Osallisuuden tukeminen	14
Haastavat tilanteet	14
4 Terveyspisteet osa kokonaisvalmiutta	15
Liitteet	16

Johdanto

Punaisen Ristin terveyden edistämisen keskeiset tavoitteet ovat yhteisöterveyden vahvistaminen ja terveyserojen kaventaminen. Terveyspisteillä koulutetut vapaaehtoiset toimivat omissa yhteisöissään, muuttuvissa terveysympäristöissä käyden näyttöön perustuvia, motivoivia terveyskeskusteluita kohtaamiensa ihmisten kanssa. Kohtaamisten tavoitteena on havaita terveyteen liittyviä haasteita ajoissa ja tukea hyvinvointia lisäävää terveyskäyttäytymistä.

Terveyspistetoiminta on osa terveyden eriarvoistumista vähentävää työtä yhdessä muiden järjestöjen, kuntien ja hyvinvointialueiden kanssa. Toimintoja kohdennetaan eniten apua tarvitseville, esimerkiksi vaikeassa taloudellisessa tilanteessa oleville, ikääntyneille tai ihmisille, jotka eivät leimautumisen pelossa hakeudu virallisten terveyspalveluiden piiriin. Toiminta on järjestön toimintalinjauksen, arvojen ja periaatteiden mukaista ja noudattaa liiton terveyslinjausta Health Policy 2024.

Toimintaohjetta uudistetaan osana Terveyspisteiden kehittämistyötä. Toimintaohjeen sisällön laatimisessa on hyödynnetty piirien terveydenhuollon suunnittelijoille toteutetun kyselyn (2019) sekä vapaaehtoisille ja järjestön vapaaehtoisille ja työntekijöille toteutetun kyselyn (2024) tuloksia. Lisäksi kehittämistyöryhmän evästeet ja Terveyden edistämisen päivien (2024) työpajan tulokset on otettu huomioon ohjetta laadittaessa. Lisäksi järjestön terveyden edistämisen uuden suunnan skenaariotyön tulokset näkyvät niiden tämänhetkisessä muodossa tässä versiossa.

Suomen Punaisen Ristin (SPR) terveystoiminnan toteutusohje on luonteeltaan päivittyvä asiakirja, jonka hyväksyy SPR:n hallituksen nimeämä ensiapu- ja terveystoiminnan asiantuntijaryhmä. Tämä toteutusohje on käsitelty terveystoiminnan kehittämisryhmässä kesällä 2025 ja hyväksytty ensiapu- ja terveystoiminnan asiantuntijaryhmässä 15.9.2025. Seuraavan kerran toimintaohjetta käsitellään syksyllä 2026, kun terveystoiminnan kehittämisen kolmivuotiskausi on päättymässä.

Tämän ohjeen tavoite on tukea Punaisen Ristin osastoja toteuttamaan laadukasta Terveystoimintaa ja antoisia vapaaehtoistehtäviä. Piirit tukevat osastoja tehtävässä. Toteutusohjetta noudatetaan kaikilla Punaisen Ristin Terveyspisteillä.

15.9.2025
Suomen Punainen Risti
Keskustoimisto

1 Punaisen Ristin Terveyspisteet

Terveyspistetoiminnan tehtävä ja tavoite

Kasvavat terveyserot vaikeuttavat haavoittuvassa asemassa olevien ihmisten elämää. Vahvistamalla **heikommassa asemassa** olevien ihmisten voimavaroja ja tukemalla heitä huolehtimaan itsestään ja läheisistään lisäämme **terveyden tasa-arvoa**.

Terveet ja toimintakykyiset yhteisöt selviävät paremmin kriiseistä ja niistä palautumisesta. Autamme ihmisiä **erikokoisissa arjen kriisitilanteissa**. Toimintamme tukee **yksilöiden ja yhteisöjen kriisinkestävyttä**. Vahvistamme **terveysuhista** selviämistä varautumalla niihin.

Terveyspistetoiminnan perusta

Terveyspisteiden toiminnan keskeinen tavoite on vähentää terveyden eriarvoisuutta ja toimia terveyseroja kaventavasti. Toimintoja kohdennetaan **eniten apua tarvitseville**, esimerkiksi vaikeassa taloudellisessa tilanteessa oleville, ikääntyneille tai ihmisille, jotka eivät leimautumisen pelossa hakeudu virallisen terveystiedon pariin esim. paperittomille, päihteitä käyttäville tai mielenterveyden haasteiden kanssa eläville ihmisille. Toimintaa suunnitellaan hyödyntämällä Vahvempi, terveempi yhteisö- tarvearviointikartoitusmallia.

Suomen Punaisen Ristin Terveyspisteen toimintaa ohjaavat järjestön arvot ja periaatteet. Toiminnassa noudatetaan perusperiaatteita inhimillisyys, tasapuolisuus, vapaaehtoisuus, puolueettomuus, yleismaailmallisuus, ykseys ja riippumattomuus sekä turvallisemman tilan periaatteita. Terveyspisteelle tulemiseen on matala kynnys, sillä **maksuttomuuden** lisäksi Terveyspisteellä voi halutessaan asioida **nimettömänä**. Toiminta on **luottamuksellista** ja edellyttää vapaaehtoistoimijoilta vaitiolovelvollisuuden noudattamista. Jokainen vapaaehtoinen solmii salassapitositoumuksen. Terveyspisteillä noudatetaan järjestön eettisiä ohjeita sekä turvallisemman tilan periaatteita.

Terveyspisteillä tehtävä työ on **terveyttä edistävää, sairauksia ehkäisevää ja varhaiseen tunnistamiseen** painottavaa vapaaehtoistoimintaa; diagnooseja, lääkitysmuutoksia tai toimenpiteitä ei Terveyspisteillä tehdä. Tarvittaessa asiakas ohjataan Terveyspisteeltä esimerkiksi omalle terveysasemalle terveydenhuollon palveluiden piiriin. Toisaalta myös terveydenhuollosta on mahdollista ohjata asiakkaita Terveyspisteille vaikkapa verenpaineen mittausta, keskusteluapua tai vapaaehtoistoimintaan osallistumista varten. Toiminnan taustalla vaikuttaa **yhteisölähtöisen terveystyön ja kokonaisvaltaisen terveyden** käsitteet.

Terveyspistetoiminta tukee viranomaisten toimintaa ja lisää turvallisuutta yhteisöissä olemalla luotettava kumppani ja toimimalla hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistäjänä omalla alueellaan. Terveyspisteet sijoittuvat yhteisöihin osaksi kuntien hyvinvointityötä yhdessä muiden järjestöjen kanssa. Terveyden edistämisen työssä yhteistyötä tehdään myös hyvinvointialueiden kanssa. Terveyspisteillä tehtävä työ tukee kansallisia ja alueellisia terveys- ja hyvinvointiohjelmia sekä -suunnitelmia.

Terveyspisteissä jaettava tieto ja terveyskeskustelut pohjautuvat **näyttöön perustuvaan tietoon**, jolla tarkoitetaan parasta saatavilla olevaa, ajantasaista ja tutkittua tietoa sekä kansallisia Käypä hoito -suosituksia. Terveyspisteellä voidaan tarjota kohtaamispaikka ja tila käydä koulutetun vapaaehtoisen kanssa terveyskeskusteluja ja saada tukea arjessa

pärjäämiseksi. Toiminnan kohdentamiseksi ja ihmisten tavoittamiseksi hyödynnetään etsiviä ja jalkautuvia menetelmiä.

Vapaaehtoisen toteuttaman ohjauksen tukena käytetään vaikuttaviksi tunnistettuja menetelmiä ja toimintakäytäntöjä: motivoivaa haastatteluun perustuvaa **terveyskeskustelua** ja mini-interventiivisiä lähestymistapoja sekä palveluihin ohjaamista. Valittuihin menetelmiin koulutetaan vapaaehtoisia. Ohjauksessa ja keskustelujen tukena, erityisesti puheeksi otossa, voidaan käyttää myös terveysmittareita. Terveysmittareita, -seuloja ja -testejä käytettäessä on varmistettava, että vapaaehtoinen ymmärtää mitattavan aiheen ja osaa toimia tuloksen edellyttämällä tavalla. Kohtaamisissa aina tärkeintä on kohdatun kuulluksi tuleminen, ei mittaaminen.

Terveyspisteissä **ei tehdä hoitotyötä**. Kävijä ohjataan tarvittaessa hoitoon alueen terveyspalveluihin. Terveyspisteessä annetusta ohjauksesta ja terveyskeskusteluista ei tehdä potilasasiakirjoja tai pidetä potilasrekisteriä. Tilastointi tehdään säilyttäen asiakkaiden anonymiteetti. Terveyspisteillä ei kerätä henkilötietoja eikä muitakaan yhdisteltävissä olevia tietoja, joista kävijät voidaan tunnistaa. Kävijöistä ei saa jäädä myöskään paperisia tunnisteita vapaaehtoisille. Kävijöille itselleen voidaan antaa terveyskortille kirjatut tiedot tai kirjallinen ohjaus terveyspalveluihin.

Terveyspisteillä ei suositella vaihtoehtomuotoisia hoitoja eikä ohjata vaihtoehtohoitoihin. Vaihtoehtohoidot ovat hoitoja ja menetelmiä, jotka eivät perustu virallisen terveydenhuollomme lääketieteelliseen tietoon ja joiden tehoa tai turvallisuutta ei ole luotettavasti osoitettu. Terveyspisteillä ei tehdä tai ehdoteta diagnooseja. Terveyspisteillä ei myöskään puututa autettavan lääkehoitoon tai hoitosuunnitelmaan. Jos näissä havaitaan ongelmia, kävijä ohjataan hänen oman hoitotahonsa piiriin.

Teema- ja koulutuspäivät, erilaiset ryhmätoiminnan muodot sekä valtakunnallisten teemaviikkojen ja -päivien vietto on osa toimintaa. Terveyspiste voi toimia myös liikkuvana toimintapisteenä tai pop up -tyyppisinä pisteinä eri teemoilla alueelta nousevien tarpeiden mukaisesti. Tapaturmien ehkäisy on keskeisessä roolissa Terveyspisteissä toteutavissa Pop Up -tapahtumissa ja osana terveyskeskusteluja.

Verkkoauttaminen on osa terveyspistetoimintaa, mutta verkossa auttaminen toteutetaan tiiviissä yhteistyössä verkkovapaaehtoisten kanssa. Erillisiä verkkoterveyspisteitä ei toistaiseksi nähdä tarpeeseen perustuvana toimintana, koska julkiset terveyspalvelut laajentavat digitaalisia palvelujaan. Jos osasto tai piiri havaitsee tarpeen perustaa verkkoterveyspiste, on suositeltavaa toteuttaa se tiiviissä yhteistyössä keskustuomiston verkkoauttamisen tiimin kanssa. Verkkoauttamista ei ole mahdollista rajata maantieteellisiin rajoihin.

Terveyspiste on osa osaston valmiutta ehkäisemällä häiriötilanteiden syntymistä terveyttä lisäämällä, varautumalla paikallisiin häiriötilanteisiin (esimerkiksi pandemiat) ja vahvistamalla yhteisöjen kriisin kestävyyttä. Kolmivuotisen kehittämistyön kolmantena vuotena 2026 pureudutaan tarkemmin Terveyspisteiden rooliin ja tehtäviin osana järjestön kokonaisvalmiutta.

Terveyspistetoiminnan aloittaminen

Terveyspistetoiminta voi saada alkunsa vapaaehtoisten aloitteesta tai osaston jäsenten havainnoista alueellaan. Kuka tahansa voi esittää paikalliselle osastolle Terveyspisteen perustamista paikallisiin terveystarpeisiin vastaamiseksi. Osastossa voidaan havahtua terveyden edistämisen tarpeisiin esimerkiksi osana paikallisten avun tarpeiden kartoittamisen työtä (Vahvempi, terveempi yhteisö -malli). Kun yhteinen tahtotila on

olemassa, voidaan käynnistää toiminnan suunnittelu ja käynnistäminen osastossa. Terveyspisteen aloittaminen on osaston hallituksen päätös. Uuden toimintamuodon aloittamisen päätöksen yhteydessä on hyvä nimetä toiminnan vastuuvapaaehtoiset. Terveyspistetoiminnalle nimetään vähintään yksi vastuuvapaaehtoinen, jolla on terveydenhuollon ammattitaita. Toiminnan haavoittuvuuden vähentämiseksi voidaan harkita myös vastuutiimin nimeämistä.

Terveyspisteelle laaditaan toimintasuunnitelma osana osaston toimintasuunnitelmaa. Toimintasuunnitelman laatimisen kanssa laaditaan myös budjetti. Budjetissa määritetään, miten osasto tukee toimintaa taloudellisesti. Budjettia laatiessa kartoitetaan kunnan ja hyvinvointialueen järjestötuet ja tarvittaessa haetaan näitä. Uusille Terveyspisteille on tilattavissa aloituspaketti (liite 1.). Aloituspaketin hankkimisessa auttaa piirin Terveyspisteistä vastaava työntekijä.

Terveyspisteen toimintasuunnitelman laatimisessa suositellaan hyödynnettäväksi Vahvempi, terveempi yhteisö – mallin tarvekartoitusmenetelmää, Punaisen Ristin terveyden edistämisen ohjelmien tavoitteita ja sisältöjä sekä Terveyspistemallien vaihtoehtoja. Toiminnan tarkoitus on vastata osaston alueen terveyden edistämisen ja terveyden tarpeisiin.

Koska Terveyspisteen ydintehtävä on vastata paikallisiin terveystarpeisiin yhteistyössä alueen yhteistyökumppaneiden kanssa, on jokainen Terveyspiste ja toimintaryhmä erilainen. Olennaista on huolehtia, että kun Terveyspiste perustetaan, se noudattaa tätä toteutusohjetta ja vastaa asetukseen Suomen Punaisesta Rististä.

Toimintaryhmä

Vapaaehtoisia rekrytoidaan laajasti mukaan toimintaan ja kiinnitetään huomiota toimintaryhmän moninaisuuteen. Terveyspistetoiminnassa otetaan huomioon osallisuuden vahvistaminen ja esteettömyyden mahdollistaminen. Terveyspisteellä toimivat vapaaehtoiset muodostavat toimintaryhmän.

Toimintaryhmä luodaan vapaaehtoisten OMA -järjestelmään sähköisenä. Sähköinen toimintaryhmä mahdollistaa valtakunnallisten tiedotteiden saamisen, muille vapaaehtoisille omasta toiminnasta tiedottamisen, tulevalle sähköiselle järjestön nettisivuilla sijaitsevalle kartalle pääsyn sekä toiminnasta raportoinnin että mahdollisten toimintaympäristön havaintojen välittämisen järjestön tilannekeskukselle (osa kehittämissuunnitelman sisältöjä toteutuu v. 2026).

Toimintaryhmä voidaan perustaa yhdessä naapuriosaston kanssa tai toimintaryhmä voi koota yhteen kaikki terveyden edistämiseksi toimivat vapaaehtoiset yhteen. Heikommassa asemassa olevien ihmisten hyvinvointia voidaan edistää yhdessä ruoka-avun, päihdetyön, tapaturmien ehkäisytyön, ensiapuryhmätoiminnan tai muun toimintamuodon vapaaehtoisten kanssa.

Vakuutukset

Punaisella Ristillä on vapaaehtoisille ryhmätapaturmavakuutus ja vastuuvakuutus. Vapaaehtoisina toimiville terveydenhuollon ammattihenkilöille on oma potilasvakuutus. Vakuutusta vaativissa tapahtumissa on syytä aina olla yhteydessä piirin Terveyspisteistä vastaavaan työntekijään.

Yhteistyö kuntien ja hyvinvointialueiden kanssa

Terveyspistetoiminta voi tehdä yhteistyötä kunnan hyvinvointityön järjestöyhteistyössä. Terveyspisteiden promotiivinen toiminta tukee kuntien terveyden edistämisen velvoitteita ja hyvinvointisuunnitelmia sekä vastaa paikallisten yhteisöjen tarpeisiin.

Preventiivinen, varhaisen puuttumisen menetelmää hyödyntävä toiminta tukee hyvinvointialueiden hyvinvointisuunnitelmia. Hyvinvointialueen kanssa voidaan sopia yksittäisistä tukitehtävistä ja erityisesti toivottavaa on, että hyvinvointialueiden ammattilaiset tukevat järjestötoimijoiden lisäkouluttautumista ja huolehtivat järjestöjen tiedottamisesta terveydenhuollon muutoksissa.

Terveyspisteellä voi olla sopimuksia kuntien tai hyvinvointialueiden kanssa. Toiminnan sisällöt voidaan toteuttaa yhteistyössä muiden järjestöjen kanssa. Sopimusten laatimisessa käytetään Punaisen Ristin sopimus pohjia ja sopimukset tulee olla tiedossa omassa piirissä. Hyvinvointialueiden kanssa tehtävät sopimukset tehdään aina piiriyhteistyössä.

Oppilaitosyhteistyö ja joustava harjoittelu

Terveyspistevapaaehtoisen vuoroja voi tehdä hoitotyön harjoitteluna. Harjoittelut toteutetaan yhteistyössä oppilaitosten kanssa ja virallisten ohjeiden mukaan. Nuorten Turvataloilla kehitetty joustavan harjoittelun malli mahdollistaa sairaan- ja terveydenhoidon opiskelijoiden harjoittelun järjestöympäristössä. Harjoitteluista tehdään sopimukset ja jokaista opiskelijaa ohjaa järjestön työntekijä, jolla on terveydenhuollon pätevyys ja osaaminen. Helsingin ja Uudenmaan alueella paperittomien ohjelmassa pilotoidaan joustavan harjoittelun mallia.

Tiedonkeruu

Terveyspisteellä toteutuneesta toiminnasta on tärkeää raportoida vaikuttavuuden osoittamiseksi, rahoitusten turvaamiseksi sekä Terveyspisteiden näkyvyyden vahvistamiseksi.

Raportointi toteutetaan OMA -järjestelmän toimintaryhmään liitettävien lomakkeiden kautta. Terveyspisteen vastuuvapaaehtoinen mahdollisesti yhteistyössä osaston terveystoiminnan yhteyshenkilön ja OMA -ohjelmistoon pääkäyttäjän kanssa perustaa toimintaryhmän OMA-ohjelmistoon (liite3). Jokaisen terveyspistevapaaehtoisen on suositeltavaa kirjautua OMA- ohjelmaksi ja tehdä profiili. Vain kirjautuneena voi raportoida.

Terveyspisteiltä raportoidaan kävijäkyselyllä kävijöiden taustatiedot, pisteelle hakeutumisen syy ja se, saiko kävijä apua. Toisella lomakkeella raportoidaan tapahtumista ja tilaisuuksista. Tiedot raportoidaan täysin anonymisti ja vapaaehtoisen tekemän arvion mukaan. Tiedonkeruuta kehitetään ja tavoitteena on, että tulevassa jokainen Terveyspiste saa tilastoimensa tiedot käyttöön reaaliaikaisesti. Vuonna 2025 tiedot kerätään keskustuomistossa ja jaetaan piireihin.

Kävijäkyselyt toteutetaan puolivuositin. Kävijäkyselyn tavoite on kartoittaa kävijöiden avun saantia ja osallisuutta. Ensimmäinen kävijäkysely toteutetaan marraskuussa 2025.

Viestintä

Viestinnässä käytetään yhteistä ilmettä ja noudatetaan terveyden edistämisen viestintäsuunnitelman viestejä (liite 2.) sekä järjestön graafisia ohjeita ja valokuvia. Viestinnässä otetaan huomioon erikielisyys. Tavoitteena on tuottaa sisältöaineisto kolmella kielellä suomeksi, ruotsiksi ja englanniksi sekä mahdollisuuksien mukaan huomioida selkokielen tarve.

Keskustellessa henkilön kanssa ilman yhteistä kieltä, voidaan hyödyntää tulkkausohjelmia. Käytössä paperittomille ihmisille suunnatuilla Terveyspisteillä on Tulka -tulkkausohjelma, mutta käytössä on myös maksuttomia ohjelmia kuten Google Translator tai DeepL.

Tiedotusvälineiden kanssa tehtävässä yhteistyössä tarvittaessa tukevat järjestön viestinnän asiantuntijat ja keskustoilijien terveyspisteistä vastaava työntekijä.

Ensiapuvalmius

Auttamisvalmius myös ensiapua vaativissa tilanteissa kuuluu vapaaehtoisten perusosaamiseen ja on huomioitu aloituspaketin sisällössä. Terveyspisteillä toimivan vapaaehtoisen on hyvä hallita perusensiaputaidot. Suositeltavaa on käydä Ensiapu 1® -kurssi ja ylläpitää hätäensiaputaitoja. Terveyspisteen terveydenhuollollisen profiilin vuoksi useimmilla vapaaehtoisilla on ammatilliset valmiudet ensiapuun, mutta taitojen harjoittelu on hyvä varmistaa myös muuttuvissa olosuhteissa kliinisten toimitilojen ulkopuolella. Terveyspisteryhmässä voi olla ensiavusta vastaava vapaaehtoinen ja näin vähintään yhdellä ryhmästä olisi voimassa olevat hätäensiaputaidot.

Hoitotyötä ei tehdä, mutta kansalaistaitotasoisissa tapaturmissa, onnettomuuksissa tai sairauskohtauksissa autetaan aina. Tärkeintä on olla valmis auttamaan, estää lisätapahtumat ja hälyttää apua.

Terveyspistemallit

Iso osa Terveyspisteistä on kiinteitä sijaiten osaston tai yhteistyökumppanin tilassa. Osa Terveyspisteistä toimii liikkuvina Terveyspisteinä ja osa pop up -periaatteella. Terveyspistevapaaehtoiset osallistuvat myös kampanjointiin, markkinoille ja muihin tilaisuuksiin.

Toiminnan kohdentuessa yhä useammin heikommassa asemassa oleville ihmisryhmille, on liikkuvien ja etsivää työotetta hyödyntävien pisteiden määrä kasvussa. Lisäksi yhteistyössä järjestön muiden vapaaehtoisten kanssa järjestettävät Terveyspisteet ovat suositeltavia. Näistä esimerkkejä ovat mm. ruoka-apuvapaaehtoisten kanssa järjestettävät yhteisölliset ruokailut, yksinäisyys- tai maahanmuuttotyön vapaaehtoisten kanssa järjestettävät kohtaamispaikat, joissa Terveyspiste toimii jalkautuneena tai verkkoauttamisen ryhmät, joita on ohjattu yhdessä yksinäisyystyön vapaaehtoisten kanssa.

Terveyspisteiden esteettömyys ja saavutettavuus

Terveyspisteen sijaintia valitessa ja toimintaa suunnitellessa huomioidaan mahdollisuuksien mukaan esteettömyys ja saavutettavuus. Tällä toimintatavalla edistetään näin eri kävijäryhmien yhdenvertaisuutta ja turvallista mahdollisuutta osallistua toimintaan. Esteettömyyden osalta huomioidaan esimerkiksi liikkumisen esteettömyys (paikkaan on helppo saapua esimerkiksi rollaattorin tai pyörätuolin kanssa). Saavutettavuuden osalta huomioidaan esimerkiksi ymmärtämiseen ja kommunikaatioon liittyvät asiat ja esimerkiksi tiedotetaan terveyspisteen toiminnasta selkosuomella. Terveyspisteitä perustettaessa huomioidaan erityisesti kohderyhmä, joka on Terveyspisteen toiminnan ensisijaisena kohteena.

Terveyspistetoimijoiden tehtäväkuvat

Alun perin Terveyspisteillä toimineet vapaaehtoisina ovat olleet terveydenhuoltoalan ammattilaisia. Nykyisen toteutusohjeen mukaisesti Terveyspisteillä voivat toimia myös muut terveyden edistämisen vapaaehtoiset, osaamisensa ja koulutuksensa mukaisesti täydentämässä terveyspistevastaanottoja. Lisäksi terveyspistevapaaehtoisten on mahdollista toteuttaa terveysinfoja oman asiantuntijuutensa ja osaamisensa puitteissa.

Jokainen vapaaehtoinen kirjautuu OMA- ohjelmaan, luo vapaaehtoisprofiilin ja liittyy omaan Terveyspiste -toimintaryhmään. OMA- ohjelmassa toimii myös valtakunnallinen terveyspistevapaaehtoisten ryhmä, johon kaikki terveyspistetoiminnasta kiinnostuneet voivat liittyä.

Jokainen Terveyspisteellä toimiva allekirjoittaa salassapitositoumuksen ja sitoutuu toiminnassaan noudattamaan sitä. Samalla on suositeltavaa tutustua eettisiin ohjeisiin, joihin Punaisen Ristin vapaaehtoistoiminta perustuu.

Terveyspistevastaava

Terveyspistevastaavan tulee olla laillistettu tai nimikesuojattu terveydenhuoltoalan ammattilainen. Terveyspistevastaava vastaa ensisijaisesti terveysneuvonnan näyttöön perustuvuudesta. Muihin tehtäviin kuuluu Terveyspisteen toiminnan koordinointi ja toimintaryhmän toiminnan ohjaaminen. Yhteistyössä osaston terveystoimintojen yhteyshenkilön kanssa terveyspistevastaava vastaa toiminnan kiinnittymisestä osaston toimintaan ja kokonaisvalmiuteen sekä vapaaehtoisten koulutuspolkujen toteutumisesta. Terveyspistevastaava huolehtii Terveyspisteen toiminnan laadusta ja uusien vapaaehtoisten perehdytyksestä sekä osaamisen varmistamisesta kuhunkin tehtävään. Terveyspistevastaava varmistaa vapaaehtoisen soveltuvuuden tehtävään ja sopii vapaaehtoisten tehtävät kussakin Terveyspisteessä erikseen, riippuen teemasta tai annettavan neuvonnan luonteesta sekä taustakoulutuksen, muun koulutuksen ja perehdytyksen pohjalta.

Terveyspistevastaava huolehtii Terveyspisteen toiminnan laadusta ja uusien vapaaehtoisten perehdytyksestä sekä osaamisen varmistamisesta kuhunkin tehtävään.

Terveyspistevastaavan tehtävä on suositeltavaa toteuttaa työparina tai tiiminä. Tiimi jakaa vastaavan tehtävät kiinnostuksensa ja osaamisensa mukaan. Terveyspistevastaavaa tehtävässä tukee piirin terveystoiminnoista vastaava työntekijä.

Terveyspistevastaanottovapaaehtoinen

Vastaanottotyyppisesti terveyskeskusteluja käyvän vapaaehtoisen on hyvä hallita terveyden edistämisen sisältöjä ja menetelmiä sekä hallita terveydenhuollon tarpeen arviointi. Ammatillisen pätevyyden edellytys riippuu Terveyspisteen profiloitumisesta ja vapaaehtoisen yksilöllisestä kouluttautumisesta sekä osaamisesta. Mikäli toiminnassa käytetään terveysseuloja, on niiden hallinta varmistettava. Tehtävässä toimimista tukee sosiaali- tai terveydenhuollon ammatillinen tausta.

Verensokerin mittaaminen edellyttää terveydenhuollon koulutusta ja Verensokerin mittaaminen vapaaehtoistoiminnassa – kurssin suorittamista kurssivaatimusten mukaisesti.

Terveyspistevastaanottovapaaehtoisena voi toimia myös terveysalan opiskelijat, joilla on oikeudet toimia sairaanhoitajan tehtävissä terveydenhuollossa. Opiskelijat toimivat aina ohjaavien vapaaehtoisten tukemina ja varsinainen ohjausvastuu on piirien terveydenhuollon ammattilaistaustaisilla työntekijöillä.

Terveyspistevapaaehtoinen

Terveyspisteellä voivat toimia kaikki terveyden edistämisestä kiinnostuneet. Vapaaehtoiset, joilla ei ole terveydenhuollon koulutusta voivat tehdä tehtäviä, jotka eivät ole hoitotyöhön rinnastettavissa olevia tehtäviä. Kaikki vapaaehtoiset kohtaavat kävijöitä ja ovat läsnä kuuntelemissa. Kävijän kuulluksi ja nähdyksi tuleminen on yksi merkittävimmistä terveyspistevapaaehtoistyön tavoitteista. Muita tehtäviä voivat olla kahvituksen hoitaminen, viestintä, tilastoinnin/raportoinnin toteuttaminen/seuraaminen, ensiapuvastaavan tehtävät tai ajoneuvojen ajo. Kaikki terveyspistevapaaehtoiset sitoutuvat toimintaohjeeseen ja pisteillä jaettavan tiedon näyttöön perustuvuuteen.

Vapaaehtoisen vaatetus

Jokaisella vapaaehtoisella on vähintään vapaaehtoisen valokuvallinen vapaaehtoisen kortti ja järjestön avainnauha. Henkilökorttiin on kirjattu Terveyspiste ja osasto. Vapaaehtoisen kortti voidaan luovuttaa Terveyspistetoiminnan perusteet kurssin käymisen jälkeen. Korttien hallinnoista vastaa piiri. Korttien käytöstä voi tiedustella piirin terveystietotoiminnasta vastaavalta työntekijältä. Lisäksi toimintaryhmissä voidaan sopia myös liivien, huppareiden tai muiden järjestöasusteiden käytöstä toimintamuodon edellytysten mukaisesti. Vaatetus valitaan tehtävän mukaisesti; jalkautuessa käytetään päivystysliivejä, kiinteillä yhteistyökumppanipisteillä voidaan käyttää perusliivejä. Kun jalkaudutaan päivystysliiveissä, on vapaaehtoisten huolehdittava ensiapuvalmiudesta.

Terveyspistevapaaehtoisen koulutuspolku

Koulutus		Sisältö	Edellytykset
Terveysten edistämisen verkkoperehdytys	verkko	Tutustuminen Yhteiseen tarinaan ja Punaisen Ristin terveyden edistämisen ohjelmiin. Ohjaus luotettavan terveystiedon lähteille.	Tervetuloa yhteiseen tarinaan
Terveyspistetoiminnan perusteet	LÄHI / HYBRIDI	Terveyspistetoiminnan viitekehys Punaisen Ristin terveyden edistämisen vapaaehtoisena toimiminen Terveyspistetoiminnan käynnistäminen Asiakastyö Terveyspisteellä	Terveysten edistämisen verkkoperehdytys
Vuorovaikutuswebinaari	WEB	Motivoiva haastattelu – menetelmän soveltaminen Vapaaehtoisen ja kohdattavien turvallisuus Haastavien asioiden puheeksi ottaminen, muutokseen motivoiminen ja turvallinen kohtaaminen	Suosittelaa kaikille terveyden edistämisen vapaaehtoisille
Ensiapu 1®	LÄHI, HYBRIDI	Kurssi voidaan käydä joko osaston tai piirin toteuttamana tai Punainen Risti Ensiapu laitoksen kursseille osallistumalla	Suosittelaa kaikille terveyden edistämisen vapaaehtoisille
Terveempi yhteisö-malli	LÄHI	Paikallisten terveystarpeiden kartoitus ja tarvearviointi Terveyspistetoiminnan toteuttaminen tarveperustaisesti Toimintasuunnitelman teko	Täydentävä moduuli
Terveysmittareiden käyttö Terveyspisteillä	WEB	Toteutusohjeen mukaisten mittareiden sisältö - AUDIT, AUDIT 65 - Kaatumiseula - Yksinäisyys puheeksi - FINGER - T2DM riskitesti - Jaksaminen - VS, RR	Täydentävä moduuli ammattilaistautisille

<i>Palveluihin ohjaaminen vapaaehtoistoiminnassa</i>	WEB	<i>Palvelutietokantojen käyttö ja kävijöiden ohjaaminen sosiaali- ja terveyspalveluihin</i> PTV-ajokortti - Palvelutietovaranto haltuun ja hyötykäyttöön - eOppiva	<i>Täydentävä moduuli valmistuu syksy 2025</i>
<i>Liikkuvan toiminnan perehdytys (Va-Su)</i>	lähi	<i>Liikkuvan toimintamuodot erityispiirteet ja auton käsittelyn koulutus</i>	<i>Varsinais-Suomen piirin hankkeeseen sisältyvä koulutus</i>
<i>Paperittomien sosiaali- ja terveyspalvelut WEB</i>	WEB	<i>Paperittomien Terveyspisteillä toimimisen tuki</i>	<i>Täydentävä moduuli / Paperittomien ohjelma HUP</i>
<i>Mielenterveyden tukeminen Terveyspisteillä</i>	?	<i>Mielenterveyttä tukevat keskustelut ja kohtaaminen</i>	<i>Lapin ja Oulun piirin hankkeessa 2026 tuotettava täydennyskoulutus</i>
<i>Verensokerin mittaaminen vapaaehtoistehtävissä</i> <i>Vuolearning</i>	verkko	<i>Mittaamisen toteuttaminen</i> <i>Erytistilanteet ja tulosten tulkinta</i> <i>Veriälytysohje</i> <i>Vapaaehtoisen vastuu</i>	<i>Täydentävä</i> terveydenhuollon ammattilaistaustaisille
<i>Terveyden edistämisen päivät</i>	lähi / hybridi	<i>Vuosittain järjestettävä koulutus- ja kehittämistilaisuus ja verkostoitumismahdollisuus</i>	<i>Täydentävä kaikille terveyden edistämisen vapaaehtoisille</i>

Terveyspisteellä toimimisen tueksi suunnatut koulutukset.

2 Vastuunjako järjestöorganisaatiossa

Vapaaehtoisen oikeudet ja velvollisuudet

Vapaaehtoisella on oikeus osallistua taitojensa mukaisiin vapaaehtoistehtäviin Terveyspisteessä ja tehtävän mukaiseen perehdytykseen, koulutukseen, tietoon ja tukeen. Vapaaehtoiselle on tarjottava mahdollisuus toiminnan ohjaukseen ja haastavien tilanteiden purkuun ja jälkihuoltoon. Punaisen Ristin vapaaehtoiset kuuluvat vapaaehtoistoiminnan vakuutusten piiriin aina vapaaehtoistehtävissä toimiessaan.

Vapaaehtoisella on velvollisuus toimia Punaisen Ristin arvojen ja periaatteiden, Punaisessa Ristissä hyväksyttyjen suuntaviivojen ja sääntöjen mukaisesti. Vapaaehtoinen sitoutuu toiminnan ja tehtävän edellyttämään vaitiolovelvollisuuteen ja allekirjoittaa salassapitositoumuksen. Vapaaehtoistehtävään sitoudutaan, kuten tehtävä on sovittu

hoidettavaksi ja kuten vapaaehtoisesti vastuu on vastaanotettu. Vapaaehtoinen kouluttautuu tehtävään ja kieltäytyy tarvittaessa itselleen sopimattomasta tehtävästä esimerkiksi terveydellisestä syystä tai puutteellisesta perehdytyksestä johtuen.

Järjestön oikeudet ja velvollisuudet

Järjestöllä on oikeus valvoa toiminnan laatua ja päättää sen jatkamisesta, valita vapaaehtoistehtäviin tehtävän mukaisesti sopivia vapaaehtoisia ja lopettaa toiminta, jos se on Punaisen Ristin periaatteiden vastaista. Vapaaehtoisia kannustetaan jäsenyyteen.

Järjestön velvollisuutena on suunnitella, toteuttaa ja arvioida toimintaa vapaaehtoistoiminnan näkökulmasta. Järjestössä taataan vapaaehtoisen oikeuksien toteutuminen ja varataan vapaaehtoistoimintaan riittävät resurssit. Toimintaan otetaan vastaan kaikki toiminnasta kiinnostuneet ja etsitään heille heidän taitojensa mukaisia tehtäviä. Vapaaehtoisille tarjotaan tehtävässä tarvittava perehdytys, koulutus, ammatillinen tuki, ohjaus ja työvälineet toimintaan. Toteutusohjeessa määritellään vapaaehtoisen oikeudet ja velvollisuudet ja ohjataan toiminnan toteuttamiseen järjestön linjausten mukaisesti. Vapaaehtoisille tarjotaan mahdollisuudet kehittyä tehtävässään. Järjestö vastaa riittävän turvallisesta toimintaympäristöstä.

Järjestöä koskevista velvollisuuksista huolehditaan osastojen, piirien ja keskustoimiston välisen vastuun ja tehtävien jaon mukaisesti.

Osaston tehtävät

Osastossa sovitun vastuunjaon mukaisesti osasto

- ottaa yhteyttä piirin terveydenhuollon vastuuhenkilöön terveystestevastaavan nimeämiseksi, ohjeiden saamiseksi ja materiaalin sekä rahoituksen selvittämiseksi sekä laatii toimintasuunnitelman ja budjetin
- nimeää terveystestevastaavan piirin hyväksynnän jälkeen
- osaston hallitus käsittelee Terveystesteen perustamisen ja hyväksyy sen kokouksessaan
- neuvottelee ja sopii paikallisen sosiaali- ja terveydenhuollon kanssa Terveystesteen roolista ja tehtävistä paikkakunnalla
- rahoittaa Terveystesteen toimintaa ja vapaaehtoisten kouluttautumista mahdollisuuksien mukaan
- huolehtii toiminnan turvallisesta toteuttamisesta
- rekrytoi vapaaehtoisia toimintaan ja ohjaa heidät koulutukseen ja perehdyttää käytännön toimintaan
- seuraa vapaaehtoisten osaamisen tasoa ja huolehtii, että toiminta noudattaa toteutusohjetta ja täyttää laatuvaatimukset
- osallistuu kuntien hyvinvointityöhön ja järjestöyhteistyöhön
- perustaa Terveystesteen toimintaryhmän OMA -ohjelmaan ja raportoi toiminnasta
- liittää Terveystesteiden vapaaehtoiset valmiussuunnitelmaansa

Piirin tehtävät

Piirissä terveystestitoiminnan vastuuhenkilön tai muun piirin määrittämän työntekijän tehtävänä on

- tukea Terveystesteiden toimintaa ohjaamalla Terveystesteen vastuuhenkilöä (=terveystestevastaava) alueellisen tarpeen arvioon, toimintaperiaatteisiin ja välittämällä tarvittavaa tietoa terveystestevastaavalle
- tarkistaa Terveystesteen turvallisen toimintaympäristön ja toteutustavat
- tukee osastoa paikallisissa neuvotteluissa sidosryhmien kanssa

- neuvottelee alueellisissa sopimuksissa terveystieteiden osuudesta ja osallistuu tai hakee rahoituksia/ avustuksia
- ylläpitää ja päivittää Terveystieteiden yhteystiedot
- tukee toiminnan suunnittelussa ja seuraa toiminnan toteutumista
- seuraa ja varmistaa toiminnan laadun
- kannustaa vapaaehtoisia osallistumaan terveystietotoiminnan koulutuspolkuun
- tukee Terveystieteen vastuuvapaaehtoisen perehtymistä toiminnan sisältöihin, laatuun ja seurantaan
- järjestää terveyden edistämisen vapaaehtoisille tapaamisia ja koulutuksia piirissä
- nimeää yhdessä osaston kanssa terveystietevastaavan
- rekrytoi terveystietotoiminnan kouluttajia ja tukee heitä alueellisesti
- vastaa alueellaan tapahtuvasta koulutuksesta ja viestinnästä

Keskustoimiston tehtävät

Keskustoimistosta tuetaan piirien terveystietotoiminnan vastuuhenkilöitä ohjaamaan Terveystieteiden toimintaa. Keskustoimisto vastaa toimintaohjeen ja koulutuspolun laadusta ja ajantasaisuudesta sekä valtakunnallisesta näkyvyydestä.

Terveystietotoiminnasta vastaavan asiantuntijan tehtävänä on

- tukea piirien Terveystietotoiminnasta vastaavien asiantuntijoiden työtä
- ylläpitää ajantasaista toimintaohjetta
- suunnitella ja koordinoita koulutuspolun mukaiset koulutukset yhteistyössä piiriasiantuntijoiden kanssa
- järjestää valtakunnalliset täydennyskoulutukset
- hallinnoida terveyden edistämisen / terveystietotoiminnan kouluttajakoulutusta
- ylläpitää valtakunnallista terveystieteiläisten verkostoa OMA -ohjelmassa
- vastaa tiedonkeruumenetelmien kehittämisestä yhteistyössä tietiasiantuntijoiden kanssa, kouluttaa tiedonkeruun toteuttamiseen ja hyödyntämiseen.
- tukee Terveystieteviestinnän toteuttamista
- laatii ja ylläpitää Terveystieteillä käytettävän materiaalin suositukset
- tukee rahoitushauissa yhdessä keskustoimiston hankekoordinaattorin kanssa
- kehittää yhteistyössä piirien vastuuasiantuntijoiden kanssa toimintaa ja koulutuksia

3 Kohtaamistyö Terveystieteellä

Motivoivat terveystieteskustelut

Terveystieteellä tehtävä vapaaehtoistoiminta perustuu ihmisten kohtaamiseen ja tasaveroisiin terveystieteskusteluihin. Terveystieteskusteluissa vapaaehtoinen tarjoaa kävijälle tilan tulla kuulluksi ja puhua terveyteen liittyvistä asioista. Terveystieteskusteluissa hyödynnetään elementtejä näyttöön perustuvasta motivoivasta haastattelusta sekä palveluohjauksesta. **Motivoiva terveystieteskustelu** (liite 4.) on interventiivinen, motivoiva toimintatapa Terveystieteillä. Olennaista terveystieteskusteluissa on kävijän kohdatuksi ja kuulluksi tuleminen. Tavoitteena on auttaa kohdattavaa henkilöä löytämään ja vahvistamaan omaa motivaatiota terveyttä edistävissä muutoksissa. Tukea henkilöä löytämään oma toimijuutensa.

Terveyskeskustelujen menetelmä perustuu terveydenhuollossa käytettäville menetelmille, mutta keskustelut eivät ole terveyden -tai sosiaalihuollon työtä vaan ihmiseltä ihmiselle toteutuvaa vapaaehtoistoimintaa, jossa vapaaehtoinen antaa oman osaamisensa toisen ihmisen terveyden edistämiseksi käyttöön.

Terveysmittareiden käyttö Terveyspisteellä

Punaisen Ristin Terveyspisteiden tehtävä kohdentuu eniten avun tarpeessa olevien auttamiseen sekä terveysriskien ja sairauksien varhaiseen tunnistamiseen ja palveluihin ohjaamiseen. Terveyspisteillä toteutettavat mittaukset ja seulat tukevat tätä tavoitetta ja linkittyvät yksinäisyys-, aivoterveys-, päihde-, tapaturmien ehkäisytyöhön sekä ovat osa lihavuusepidemian taltuttamista (Terveysteksti – kansallinen terveys- ja hyvinvointiohjelma). Tämän lisäksi kaikessa toiminnassa huomioidaan mielenterveyden tukeminen ja kartoitetaan mielenterveyspalveluiden tarvetta. Käytettävät mittarit ovat AUDIT ja AUDIT65, Kaatumisseula, Yksinäisyys puheeksi, T2DM riskitesti/ [Kansansairauksien riskitesti](#) ja FINGER-mallin riskitesti. Jaksamisen kartoittamisessa voidaan hyödyntää joko kysymyksiä R-BDI -kyselystä tai GDS -15 -kyselystä. Vapaaehtoistyössä käytettäväksi on näistä kyselyistä koottu keskeiset kysymykset, jotka helpottavat kävijöiden jaksamisen arviointia.

Terveysseulojen käyttö tukee ensisijaisesti vapaaehtoisen tekemiä päätöksiä terveyskeskusteluissa ja auttavat puheeksi ottamisessa.

Terveyspisteessä voidaan mitata verenpainetta ja verensokeria elintapaohjauksen tukena. Mittaukset ovat hyvä tapa kutsua ihmisiä keskusteluun. Tärkeintä on kohtaaminen, kuulluksi tuleminen tilan antaminen ja terveyskeskustelu. Terveyspiste voi toimia täysin ilman verensokerin tai verenpaineen mittaamista ja keskittyä esimerkiksi mielenterveyden tukemiseen.

Verensokeria voivat Terveyspisteillä mitata vapaaehtoiset terveydenhuoltoalan ammattilaiset, jotka ovat suorittaneet siihen liittyvän Punaisen Ristin lisäkoulutuksen ja sopineet mittauksien aloittamisesta ja laadun varmistamisesta piirin vastaavan työntekijän kanssa. Terveyspisteellä voidaan tarjota toimintaryhmän jäsenten osaamisen mukaisia terveysmittauksia, jotka ovat toteutusohjeen mukaisia. Mikäli mittareita käytetään, on suositeltavaa osallistua Terveysmittareiden käyttö Terveyspisteellä -koulutusmoduuliin.

Veri- ja eritealitukset

Kävijän verensokeria mitattaessa tai eritteitä sisältäviä ensiapua vaativia tilanteita hoidettaessa tulee käyttää hanskoja. Verialitustilanteessa toimisen ohje on tärkeää tuntea.

Osallisuuden tukeminen

Punaisen Ristin toiminnoissa tuemme osallisuutta ja osallisuuden kokemuksen vahvistumista erityisesti haavoittuvimmissa ihmisryhmissä. Terveyspisteillä osallistutaan tähän tavoitteeseen vahvistamalla kävijöiden terveystietoja ja -taitoja, mutta myös ohjaamalla mukaan vapaaehtoistoimintaan tai harrastuksiin. Joskus siirtyminen autetusta auttajaksi auttaa eniten.

Haastavat tilanteet

Terveyspistevapaaehtoisen koulutuspolkuun kuuluu Haastavien tilanteiden ja motivoivan haastattelun – webinaari. Webinaarissa käsitellään lyhyesti haastavissa tilanteissa toimimista. Terveyspiste toimintaryhmässä on hyvä puhua haastavista tilanteista ja ottaa

käyttöön Fiiliskierros -menetelmä joko käymällä järjestön järjestämä kurssi tai hyödyntämällä toimintaryhmäläisten osaamista.

4 Terveyspisteet osa kokonaisvalmiutta

Suomen Punaisen Ristin tehtävänä on täydentää sosiaali- ja terveydenhuoltoa ja tukea toimintavalmiutta erilaisissa onnettomuus- ja kriisitilanteissa sekä sodan ja kansallisten katastrofien aikana. Terveiden edistämällä on merkittävä rooli kokonaisvalmiustyössä: toimintakykyä ja terveyttä lisäämällä vähennetään häiriötilanteiden syntymistä ja lisäksi lisääntynyt toimintakyky auttaa selviytymään paremmin kriisi- ja häiriötilanteessa ja sen jälkeisessä palautumisvaiheessa. Terveiden edistäminen on osa järjestön auttamisvalmiutta myös häiriötilanteissa. Osaavat vapaaehtoiset ja ammattilaiset ovat valmiina toimimaan Punaisen Ristin tehtävissä siellä, missä apua tarvitaan.

Terveysuhat ja ilmastonmuutoksen seuraukset ovat tiedostettuja ja uudenlaisiin pandemioihin varautuminen on osa terveystyötä. Seuraamme ilmaston lämpenemisen terveyteen vaikuttavia tekijöitä kuten zoonoosit, hellehaitat ja ihmismassojen liikkuminen. Myös Terveyspisteellä voidaan päättää erikoistua terveysuhka ja -turvallisuustyöhön ja toimia tiiviissä yhteistyössä alueen valmiusvapaaehtoisten kanssa.

Liitteet

Liite 1

TERVEYSPISTEEN MATERIAALIPAKETTI

Terveyspisteelle voi tilata materiaaleja Kalkun logistiikkakeskuksen varastolta.

Tilaus tehdään lähettämällä oman piirin terveystoiminnasta vastaavalle työntekijälle tieto Terveyspisteestä ja pyytämällä häntä tekemään tilaus.

Piirin vastaava työntekijä tekee tilauksen sähköpostitse osoitteeseen myynti@redcross.fi . Tilaus lähetetään CC:nä myös keskuksistojen Terveyspisteistä vastaavalle työntekijälle laura.tyyskanen@redcross.fi .

Tilauksessa pitää näkyä lista tilattavista tuotteista, Terveyspisteen osasto, toimitusosoite, yhteyshenkilön nimi ja puhelinnumero. Ensimmäinen toimitustapa on toimitus noutopisteeseen. Painavista syistä paketti voidaan toimittaa ovelle.

Kehittämishankkeen vuoden 2025 aikana keskuksisto kustantaa tarvittavin osin kaikille Terveyspisteille aloituspakettin.

Sisältö

- 1 Toimintalinjaus – esite SU/RU/EN
- 100 kpl Terveyspiste- terveyskortteja SU/RU/EN
- Staattinen kyltti SU/RU
- 4 Punainen Risti -avainnauha vapaaehtoisortille
- 1 Pöytäeläine + Terveyspistepahvi kolmikielinen
- 60 kpl Terveysten edistämisen esite SU/RU
- 10 kpl Turvallisia vuosia opas SU/RU
- 6 kpl Turvallisesti kotona SU/RU
- 50 kpl Särkyvää -esite
- 10 Älä jää yksin – ystävätoiminnan kortti
- 4 Tunnistatko yksinäisyyden, yksinäisyys puheeksi– työkalu SU/RU
- 20 kpl Ruokahävikki -opas SU/RU
- 10 kpl Henkisen tuen esite SU/RU/ EN ...
- 10 Fyysisen toimintakyvyn tarkistuslista SU/RU
- 2 Muumi – tarra kaksikielinen
- SPR Matkailijan ensiapulaukku
- 1 verensuunmittari, olkavarresta mitattava / *tilataan vain, jos mittaria ei ennestään jo ole*
- 1 Terveyspisteen roll up (Ei saatavilla tällä hetkellä, oletettu valmistuminen kevät 2026)

Terveyspisteen profiloitumisen mukaan erikseen tilattavissa:

- Tapaturmien ehkäisytöön tarkistuslistat
- Tapaturmien ehkäisytöön kampanjamateriaalit: Pysy pystyssä ja Tapaturmapäivät
- Nallesairaala – materiaali
- Auttajakurssi -materiaali
- Avaruuskalana
- (Verenluovutuksen järjestäminen)

Sähköinen materiaali (TietoTaito):

- Terveyspisteen toteutusohje
- Toimintasuunnitelma- ja kertomus
- Terveempi yhteisö – malli / koulutuksen käyneille
- Fiiliskierros- ohje
- Terveyspistetoiminnan raportointi
- Terveysriskitestit:
 - Yksinäisyyden tunnistaminen
 - Kaatumisseula
 - Diabetesriskitesti
 - FINGER muistisairausriskitesti
 - AUDIT
 - Jaksamisen puheeksiotto

Liite 2. Terveyspistetoiminnan viestintäsuunnitelman viestit

1. Kasvavat terveyserot vaikeuttavat haavoittuvassa asemassa olevien elämää

- Väestöryhmien terveyserot kasvavat. Eriarvoistuminen lisääntyy. Köyhyys ja yksinäisyys vaikeuttavat terveyttä edistävien/tukevien valintojen tekemistä.
- Taloustilanteen kiristytessä haavoittuvassa asemassa olevien hyvinvoinnista ja osallisuudesta yhteiskuntaan on huolehdittava.
- Matala koulutus- ja tulotaso heijastuvat sairastumisen riskiin sekä ihmisten mahdollisuuksiin hoitaa terveyttään ja hakeutua palvelujen piiriin.
- Haavoittuvassa asemassa ovat erityisesti heikossa taloudellisessa tilanteessa olevat, päihteiden riski- ja ongelmakäyttäjät, työttömät, sairastumis- ja/tai syrjäytymisriskissä elävät, yksinäisyyttä kokevat ja osa maahan muuttaneista.
- Eriarvoistumisen vähentämiseen tarvitaan yhteiskunnallisia, läpileikkaavia toimia sekä rakenteellisia muutoksia. Terveyserojen kaventaminen tulee ottaa huomioon kaikessa toiminnassa ja päätöksenteossa. Suurin hyöty saadaan panostamalla heikoimmassa asemassa elävien terveyden edistämiseen.
- Terveys, sosiaalinen hyvinvointi ja osallisuus liittyvät tiiviisti toisiinsa.

2. Kavennamme terveyseroja inhimillisten kohtaamisten kautta

- Kasvavat terveyserot vaikeuttavat haavoittuvassa asemassa olevien elämää.
- Punainen Risti edistää terveyttä ja auttaa kaventamaan terveyseroja. Näin vähennämme eriarvoistumista yhteiskunnassa.
- Edistämme terveyttä inhimillisten kohtaamisten, kuuntelemisen ja keskusteluavun kautta esimerkiksi Terveyspisteillä ja erilaisissa kohtaamisissa: tapahtumissa, selviämispisteillä ja vierailuilla esimerkiksi oppilaitoksissa.
- Vahvistamme ihmisten osallisuutta tarjoamalla yhteisöjä ja ympäristöjä, jotka tukevat ihmisiä terveyttä edistävien valintojen tekemisessä. Tällaisia paikkoja ovat esimerkiksi Terveyspisteet ja päihteitä käyttävien ihmisten ensiapukoulutukset.
- Apua saavat voivat olla auttajia siinä missä muutkin. Tarjoamme apua saaneille mahdollisuuksia auttaa itse muita esimerkiksi vapaaehtoisen kouluttajan roolissa.

3. Tuemme ihmisten kykyä selviytyä kriiseistä ja toimia niiden aikana

- Kriiseissä ja onnettomuuksissa haavoittuvassa asemassa olevien terveyteen ja hyvinvointiin on kiinnitettävä erityistä huomiota, sillä heidän mahdollisuutensa sopeutua muutoksiin ja palautua niistä on usein heikompi kuin muilla. Punainen Risti toimii yhteistyössä sosiaali- ja terveysviranomaisten, kuntien ja muiden järjestöjen kanssa.
- Pienillä arjen teoilla voimme huolehtia paitsi omasta, myös ympärillämme olevien terveydestä ja hyvinvoinnista. Samalla vahvistamme välittämisen ilmapiiriä.

4. Tarjoamme matalan kynnyksen keskustelutukea ihmisen omiin terveysvalintoihin

- Punaiselta Ristiltä saa terveyteen ja arjessa pärjäämiseen liittyvää ohjausta matalalla kynnyksellä ja anonymisti. Terveyspisteet toimivat lähellä ihmistä, myös siellä, missä terveydenhuollon palvelut ovat etäällä.
- Terveyskeskustelujen sisällöt perustuvat viranomaisten suosituksiin ja tutkittuun tietoon. Täydennämme kuntien hyvinvointityötä ja tuemme hyvinvointialueita palveluohjauksessa ohjaamalla sosiaali- ja terveyspalveluiden käytössä ja niihin hakeutumisessa.
- Terveyspisteissä voi keskustella mm. toimintakyvyn ylläpitämiseen liittyvistä asioista, kuten ravitsemuksesta, liikunnasta, mielen hyvinvoinnista ja päihteisiin liittyvistä asioista. Terveyskeskusteluissa hyödynnetään FINGER-mallia ikääntyvien muisti- ja ajattelutoimintojen tukemiseksi, UKK:n kaatumisseulaa, alkoholin käytön riskejä kartoittavia AUDIT-kyselyjä, Punaisen Ristin yksinäisyyskyselyä ja T2DM-testiä diabetesriskin selvittämiseksi. Terveyspisteissä ei tehdä hoitotoimenpiteitä, kirjauksia tai rekistereitä. Terveyspalveluihin ohjaavaa paperilähetettä voidaan käyttää.
- Terveyspisteen vapaaehtoiset ovat pääosin terveydenhuollon ammattilaisia. Punaisella Ristillä on noin 110 liikkuvaa ja pysyvää Terveyspistettä eri puolilla Suomea. Niissä toimii noin 360 vapaaehtoista.
- Terveiden edistämisen vapaaehtoisena jokainen voi auttaa haavoittuvassa asemassa olevia inhimillisten kohtaamisten kautta. Punaisella Ristillä on sekä ammattiosaamista vaativia että maallikoille sopivia terveyden edistämisen vapaaehtoistehtäviä. Koulutamme vapaaehtoisen tehtäviinsä.

Terveyspistetoiminnan raportointi

Taustaa

Jokaiselle Punaisen Ristin terveystieteelle perustetaan Oma- ohjelmistoon toimintaryhmä. OMA:ssa voi tiedottaa muille vapaaehtoisille terveystieteiden toiminnasta ja hyödyntää toimintaryhmää oman vapaaehtoisryhmän tiedottamisen ja raportoinnin alustana.

Toimintaryhmän voi luoda osastossa toimiva OMA- pääkäyttäjä. Linkki [Oma Punainen Risti](#).

Luo Terveystieteen kuvaus niin, että se on julkaisukelpoinen karttaohjelmassa.

Toimintaryhmän luominen

1. Valitse Hallinta

Piiri

Hallintanäkymä

[Piirit](#) [Osastot](#) [Vapaaehtoiset](#) [Työntekijät](#) [Ryhmät](#) [Profiilin poistot](#) [Välitykset](#) [Ystäväkoulutus](#)
[Jäsenmaksutuotteet](#) [Tiedonkeruulomakkeet](#)

Helsingin ja Uudenmaan piiri

Hämeen piiri

Kaakkois-Suomen piiri

Osasto

Ryhmät

Toimintaryhmät -) Luo ryhmä.

[Vapaaehtoiset](#) [Ryhmät](#) [Viestit](#) [Ystäväkoulutus](#) [Oikeudet](#)

Toimintaryhmät

Luo ryhmä

RYHMÄN NIMI
Terveystiete Kiitos (1)
Terveystieteen edistäminen
Terveystiete Koitos (1)
Terveystieteen edistäminen
suomi

RYHMÄN VETÄJÄT
Laura T
Laura T

2. Määritä toimintaryhmälle

Nimi "SPR Terveyspiste Osasto"

Kuvaa Terveyspisteen toiminta, aukioloaikoja ym. Kuvaus näkyy karttaohjelmassa.

Valitse kategoria: Terveiden edistäminen

Jos tarkoituksena on tehdä yhteistyötä piirirajojen yli, valitse ryhmäksi valtakunnallinen ryhmä.

Toimintaryhmät

Luo ryhmä

NIMI*

Terveyspiste Katkos

RYHMÄ TOIMII NÄILLÄ KIELILLÄ:

suomi

ruotsi

englanti/muu

KUVAUS

Terveyspiste toimii liikkuvalla periaatteella kiertäen kylätaloja. Aukioloaika on torstaisin klo 12-16. Tiedote OMA:ssa.

KATEGORIA*

Terveiden edistäminen

☒ Valtakunnallinen ryhmä

TOIMINNAN JÄRJESTÄJÄ

Koulutusosasto 5

Peruuta

Tallenna >

3. Tallenna ja toimintaryhmä on valmis.

Toimintaryhmään voi joko lisätä jo OMA- kirjautuneita jäseniä tai terveystieteen ryhmään voi pyytää liittymistä. Huolehtikaa, että ryhmään hyväksytään vain toiminnassa mukana olevia vapaaehtoisia.

Liitä toimintaryhmän sivulle linkki raportointilomakkeeseen seuraavalla sivulla olevan ohjeen mukaisesti.

Huomaa, että toimintaryhmä on valtakunnallinen. Näin Terveystieteen näkyy kaikille OMA:n käyttäjille ja pääsee tulevaisuudessa valtakunnallisille kartoille.

Tietojen keruu Oma Punainen Ristin toimintaryhmistä ulkopuolisilla lomakkeilla

Taustaa

Oman toimintaryhmissä voi määritellä linkin ulkopuoliselle tietojenkeruulomakkeelle.

Lomakkeella kerätään tietoa ryhmän toiminnasta ja sen tuloksista. Tieto raportoidaan Power BI -ohjelmassa, johon pääsy on osastoilla, piireillä ja keskustoimistolla. Tavoitteena on ajantasainen tieto kaikille toiminnasta vastaaville tahoille.

Huom. Raportointi on tehtävä aina kirjautumalla OMA- alustalle.

Käyttöönotto

1. Terveyspistetoiminnan lomake on rakennettu IFRC:n KOBO ToolBox -järjestelmään. Lomaketta hallinnoi keskustuomiston terveystisteistä vastaava työntekijä.
2. Terveyspistelomake on lisätty OMAan (Hallinta-Tiedonkeruulomakkeet). Lomakkeelle on määritetty nimi ja linkki, jonka takaa lomake löytyy.
3. Jokainen Terveyspistetoimintaryhmä lisää lomakkeen oman toimintaryhmänsä sivulle. Ryhmän jäsenet näkevät linkin kohdassa Tiedonkeruulomakkeet. Tässä näkyvässä lomaketta käytetään aina raportoitessa toiminnasta.

NIMI*

Terveyspiste jolla KOE

KUVAUS

Ryhmän jäsenet voivat terveystisteellä kerätä käynneistä raportit KOBO-lomakkeella

KATEGORIA*

Terveysteden edistäminen

LINKKI ULKOISEEN LOMAKKEESEEN

Terveystspiste

☒ Valtakunnallinen ryhmä

KUVAUS

Ryhmän jäsenet voivat terveystisteellä kerätä käynneistä raportit KOBO-lomakkeella

KATEGORIA

Terveysteden edistäminen

TOIMINNAN JÄRJESTÄJÄ

FRK Hangö avdelning

TIEDONKERUULOMAKKEET

Terveystspiste

VIESTIT

Ryhmän viestintä

TOIMINNOT

Muokkaa ryhmää
Eroa ryhmästä
Poista käytöstä

4. Lomake aukeaa napauttamalla linkkiä.
5. Jokaisesta kohtaamisesta täytetään oma lomake.
6. Ongelmissa ja kehittämisohdotuksissa voit ottaa yhteyttä oma.tuki@redcross.fi.

TERVEYSPISTETOIMINNASTA RAPORTOINTI

Taustaa

Terveyspisteet ovat keskeinen Punaisen Ristin terveyden edistämisen toimintamuoto. Terveyspisteitä pyydetään raportoimaan, jotta saamme ajantasaista tietoa toiminnasta. Tiedon käytölle on useampia tarkoituksia.

- Oman Terveyspisteen toiminnan seuranta osastoissa ja piireissä
- Toiminnan merkityksen ja vaikuttavuuden perusteleminen sidosryhmille ja mahdollisille rahoittajille
- Toiminnasta tiedottaminen (karttaohjelma v.2026)

Tieto raportoidaan Power BI -ohjelmassa, johon pääsy tulevaisuudessa on osastoilla, piireillä ja keskustoimistolla. Tavoitteena on ajantasainen ja käyttökelpoinen tieto kaikille toimintaan osallistuvilla tahoille.

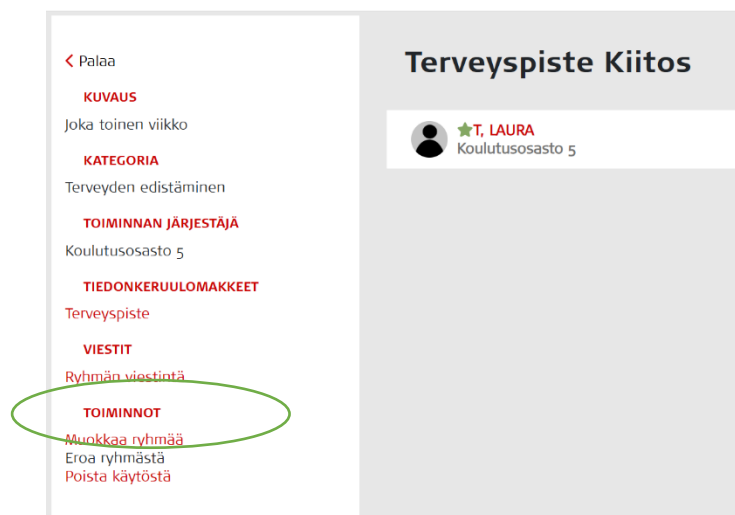
Käyntilomakkeella raportointi

Terveyspistetoiminnan lomake on rakennettu IFRC:n KOBO -järjestelmään. Jokainen Terveyspistetoimintaryhmä lisää lomakkeen oman toimintaryhmänsä sivulle erillisen ohjeen mukaisesti.

Toiminnasta raportoiva vapaaehtoinen luo OMA -profiilin.

OMA -profiililla liitytään oman Terveyspisteen toimintaryhmään. Ryhmän jäsenenä pääsee käyttämään raportointilomaketta.

Ryhmän jäsenet näkevät linkin kohdassa Tiedonkeruulomakkeet. **Lomaketta käytetään aina tässä näkyvässä raportoitavassa toiminnasta.** Esimerkki Terveyspiste Kiitos:



7. Lomake aukeaa napauttamalla linkkiä.
8. Jokaisesta kohtaamisesta täytetään oma lomake.

KOBO -lomakkeen täyttäminen

Jokaisella Terveyspistetoimintaryhmällä on oma koodi. Tässä esimerkissä se on numero 882.

Koodin perusteella tieto siirtyy kyseisen Terveyspisteen tietoihin ja tieto on myöhemmin hyödynnettävissä Terveyspistekohtaisesti.

Lomake on käytettävissä suomeksi ja ruotsiksi. Kielen voi valita kohdassa Valitse kieli.

Lomake on laadittu mahdollisimman nopeaksi täyttää lisäämällä vastausvaihtoehdot kysymyksiin.

KÄYNNIN KESKEISIN AIHE
Mikä oli käynnin keskeisin aihe vapaaehtoisen arvioimana.

- ☐ Elintapakeskustelu (ravitseminen, liikkuminen tai uni/lepo)
- ☐ Henkinen tuki (akuutti tilanne, kriisi)
- ☒ Kiinnostus Punaisen Ristin toimintaan tai terveyspistetoimintaan
- ☐ Kiinnostus terveystutkimuksiin
- ☐ Mielenterveyden tukeminen
- ☐ Palveluohjaus
- ☐ Päihteiden käytön puheeksiotto
- ☐ Riippuvuudet (päihteet, seksi, pelit)
- ☐ Seksuaalisuuteen liittyvät asiat
- ☐ Taloudellisen niukkuuden asettamat haasteet
- ☐ Tuki sairauteen tai sairastamiseen liittyvissä asioissa
- ☐ Yksinäisyyden tunne

MUU KÄYNNIN AIHE, MIKÄ?

Mikään kysymyksistä ei ole pakollinen. Valita voi yhden tai useamman vaihtoehdon.

Vastatessa on hyvä pohtia, mikä on kävijän aito syy hakeutua Terveyspisteelle.

Avoimiin kysymyksiin voi kirjoittaa vapaasti huomioita.

Ongelmissa ja kehittämis ehdotuksissa voit ottaa yhteyttä oma.tuki@redcross.fi .

TERVEYSKESKUSTELU

Terveyskeskustelu on interventiivinen, motivoiva toimintatapa Terveyspisteillä.

Tavoitteet

1. auttaa kohdattavaa henkilöä löytämään ja vahvistamaan omaa motivaatiota terveyttä edistävissä muutoksissa.
2. tukea häntä löytämään oma toimijuutensa.
3. selvittää tarve sosiaali- tai terveyspalveluille.

Periaatteet

1. jäməkän empatian osoittaminen
2. kohdattavan omien tavoitteiden ja arvojen selvittäminen
3. muutoskyvyn vahvistaminen korostamalla vahvuuksia ja onnistumisia
4. muutosvaiheen tunnistaminen ja tarpeettoman neuvonnan välttäminen eli kuuntele enemmän kuin puhut



Menetelmät

1. Avoimet kysymykset

- Tee kävijän ajatukset näkyviksi
- Kuvaile, kerro, miten, millä tavoin...
- Vältä antamasta suoria ohjeita

2. Vahvistaminen

- Tue kävijän päätöksiä
- Ilmaise, että uskot kävijän pystyvän muutokseen
- Vältä tekemästä päätöksiä kävijän puolesta

3. Refleктоiva kuuntelu

- Toista kävijän ajatuksia ja tee tarkentavia kysymyksiä
- Tarkista, että ymmärrät ja tee yhteenvetoja
- Osoita tunnistettuja ristiriitoja: saavuttaako kävijä sen, mitä haluaa?
- Vältä omien tulkintojen tekemistä



Terveyskeskustelun vaiheet

1. Luottamuksen rakentaminen

- Kuuntele ja anna tilaa kertoa
- Vältä väittelyä ja tuomitsemista
- Osoita kiinnostusta elein ja ilmein

2. Motivaation tutkiminen

- Arvioikaa tilanne esim. hyödyntämällä terveysseuloja ja/tai antamalla kävijän vapaasti kertoa
- Tarjoa tietoa sopivasti motivaation herättämiseksi
- Tue eteenpäin muutoksen kehällä

3. Toimijuuden tukeminen toimintasuunnitelmalla

- Tue kävijän omaa asiantuntijuutta omassa tilanteessaan
- Anna vastuuta ja korosta itsemääräämisoikeutta
- Vahvista kävijän omia kykyjä toimia terveytensä edistämiseksi
- Keskity onnistumisiin, älä anna epäonnistumisten lannistaa
- Ohjaa ja saata tarvittaessa palveluihin

4. Päätösviesti

- Kerro, mitä hyvää ja mahdollisuuksia näet kävijässä ja/ tai hänen tilanteessaan
- Kerro, miksi uskot hänen pystyvän muutokseen.