

**TERP.012 ja TERP.008**

**Johdatus terveyden edistämiseen ja  
kansanterveyteen**

---

Luennot 10 t

+ kirjallisuus 2op

Syksy 2008

Marita Poskiparta

Jyväskylän yliopisto

Terveystieteiden laitos



# OPPIMISTEHTÄVÄ

## luennot + kirjallisuus

---

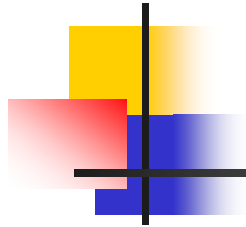
- Kurssi tentitään 3 – 5 hengen pienryhmissä yhdistäen luennot ja kirjallisuus.
- Valitkaa yksi terveystieteen osa-alue tenttikirjasta ja luennoista esim. tupakointi, alkoholinkulutus, ravitsemus, lepo, stressi jne.
- Kuvatkaa osa-alueen esiintyminen väestössä.
- Mitä seurauksia tällä käyttäytymisellä on väestön sairastavuuteen?
- Miten tämä sairastuminen olisi ehkäistävissä?
- Miten kansanterveystieteen ja terveyden edistämisen näkökulmat poikkeavat toisistaan valitsemanne terveystieteen osa-alueella?
- Työn pituus 3 – 4 sivua konekirjoitettua tekstiä A4:lle.
- Antakaa kirjallinen 1 sivun palaute vertaisryhmän työstä, joka on eri aiheesta kuin omanne.
  
- Molemmat työt toimitetaan yhdessä opettajan vihreään lokerikkoon matala siipi (varasto) paperiversiona 31.1.2009 mennessä.



# Nettisivuja <http://www.>

---

- [terveyskirjasto.fi](http://terveyskirjasto.fi)
- [kaypahoito.fi](http://kaypahoito.fi)
- [health.fi](http://health.fi)
- [liikkumisresepti.net](http://liikkumisresepti.net)
- [diabetes.fi](http://diabetes.fi)
- [stakes.fi](http://stakes.fi)
- [kki.likes.fi](http://kki.likes.fi)
- [ktl.fi](http://ktl.fi)
- [tilastokeskus.fi/ajankäyttö](http://tilastokeskus.fi/ajankaytto)
- [testh2.scb.se/tus/tus](http://testh2.scb.se/tus/tus)
- [lastenterveysfoorumi.fi](http://lastenterveysfoorumi.fi)
- [sydanliitto.fi](http://sydanliitto.fi)
- [finfood.fi](http://finfood.fi)
- [elintarvikevirasto.fi](http://elintarvikevirasto.fi)
- [fressis.fi](http://fressis.fi)
- [internetix.fi](http://internetix.fi)
- [stm.fi](http://stm.fi)
- [ymparisto.fi](http://ymparisto.fi)
- [kotitapaturma.fi](http://kotitapaturma.fi)
- [paihdelinkki.fi](http://paihdelinkki.fi)
- [a-klinikka.fi](http://a-klinikka.fi)
- [alkoholiohjelma.fi](http://alkoholiohjelma.fi)



- Mitä terveyden edistäminen on?
- Mitä kansanterveystiede on?
- Miten ne eroavat toisistaan?



# Terveyden edistäminen

---

- on prosessi, joka antaa yksilöille ja yhteisöille entistä paremmat mahdollisuudet hallita terveyttään ja siihen vaikuttavia taustatekijöitä.

WHO 1986



# Terveyden edistämisen 6 toimintalinjaa

---

1. Terveyden edistämisen toimintapolitiikka ja johtaminen
2. Terveyttä edistävät elinympäristöt
3. Terveyttä edistävä yhteistyö ja osallistuminen
4. Terveyden edistämisen osaaminen
5. Terveyttä edistävät palvelut
6. Terveyden edistämisen seuranta ja arviointi



# Kuntien toiminnassa

---

Terveyden edistäminen on kuntapolitiikan toimintalinja, jossa terveysnäkökohdat otetaan huomioon kaikissa toiminnoissa, kaikilla toimialoilla.

STM Terveyden edistämisen laatusuositus  
2006:19



## OTTAWAN ASIAKIRJA (1986)

---

1. Terveellinen yhteiskuntapolitiikka
2. Terveellinen ympäristö
3. Yhteisöjen toiminnan tehostaminen
4. Henkilökohtaisten taitojen kehittäminen
5. Terveyspalvelujärjestelmän uudistaminen





# Jakartan julistus 1997

---

- Terveyttä koskevan sosiaalisen vastuun vahvistaminen
- Panostuksen lisääminen terveyteen
- Yhteistyön lujittaminen ja laajentaminen terveyden hyväksi
- Yhteisön toimintakyvyn lisääminen ja yksilön tukeminen
- Terveyden edistäminen perusrakenteiden varmistaminen

# HEALTH PROMOTION

Empowerment

Equity

Collaboration

Bottom-up strategy

Economic

# Terveyden edistäminen kansanterveystyössä



---

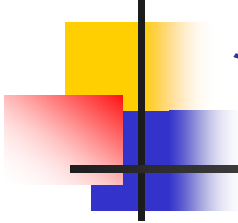
- Väestön terveydentilan ja siihen vaikuttavien tekijöiden kehityksen seuranta ja arviointi.
- Terveydenhoitopalvelut: terveystarkastukset, neuvolapalvelut, koulu- ja opiskelijaterveydenhuolto, työterveyshuolto, seulontatutkimukset ja terveydensuojelu/ympäristöterveydenhuolto.
- Terveyskasvatus
- Terveyden edistämisen asiantuntijuus ja terveyden puolesta puhuminen
- Terveysvaikutusten ennakoarviointi sekä
- Poikkihallinnollinen yhteistyö terveyden edistämisen tavoitteiden toteuttamiseksi.



# Terveysten edistämisen lähestymistavat

---

- Sisältöjen kautta
- Kohderyhmän kautta
- Toimintaympäristölähtöinen
- Työtapa ja toimintakäytäntölähtöinen



Vuonna 2007 kurssille Johdatus terveyden edistämiseen  
ja kansanterveyteen osallistuneiden  
Terveyspalvelukokemukset yhteensä 80 vastausta

---

	<u>Positiiviset</u>	<u>Negatiiviset</u>
Lääkäri	31	33
Hammaslääkäri	12	21
Koulu/YTHS	14	7
Laboratorio/sair.	7	5
Äitiys, gyne, synn.	5	2
Fysioterapia	5	
Intti		6
Toimenpide		6
Palaute omasta työs.	2	



## Miksi terveystalvelukokemukset yhteensä 80 vastausta

---

	<u>Positiiviset</u>	<u>Negatiiviset</u>
Vuorovaikutus	53	35
Pätevyys	9	21
Kipu/kielto	9	
Pelko		8
Nopea palvelu/odotus	8	5
Konkreettinen toimenp.	2	
Ympäristö	5	
Epäsiisti ulkoasu		2



# Terveysten edistämisen todentuminen vaatii

---

- Toimintaa tukevaa lainsäädäntöä
- Hyvinvointitiedon saatavuus ja tietojärjestelmät
- Hallinnonrajat ylittävän vastuun ja toiminnan kattava johtamisjärjestelmä sekä sovitut johtamiskäytännöt
- Palvelujen organisointi ja toimintakäytännöt
- Voimavarat
- Osaaminen
- Yhteistyö ja osallistuminen



# Toimintapolitiikan rakentuminen

---

- Tavoitteet
- Hyvinvointistrategia
- Hyvinvointikertomuksen
- Indikaattorit
- Johtaminen ja vastuut





# Tones 1991

---

**Terveyden edistäminen**

**=**

**Terveyskasvatus**

**x**

**Terve yhteiskuntapolitiikka  
(viestintä)**



# Terveyskasvatus

---

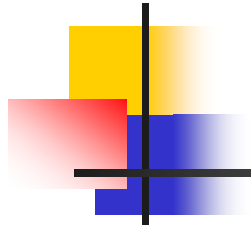
- Se on vastavuoroinen, tutkimusmatkaa muistuttava prosessi, jonka tavoitteena on, että molemmat osapuolet oppivat kokemuksistaan.
- Se perustuu näkemyksiin terveydestä sekä ihmisen tavasta käyttää tietoaan ja ymmärrystään terveyden hyväksi.



# Terveysneuvonta

---

- Neuvonta voi kohdistua ihmisen terveydentilan edistämiseen ja ylläpitämiseen tai suoranaisesti sairauksien ehkäisyyn tai hoitoon.
- Neuvontaan sisältyy yksilöllisen ohjauksen ja ongelmanratkaisuprosessin lisäksi mm. vuorovaikutus ja psykososiaalisen tuen välittyminen.



# Kaksi eri asiaa!!!

---

Tieto ja tietoisuus

Ymmärrys ja käytännöntaidot



# Tieto ja tietoisuus 2008

---

- Tieto on faktaa, jota ei välttämättä ymmärrä, osaa soveltaa käytäntöön.
- Tietoisuus on tiedon sisäistämistä, tietää miten kuuluu toimia ja soveltaa tietoa. Mutta ei välttämättä toimi sen mukaan.



# Ymmärrys ja käytännöntaidot

---

- Ymmärrys on faktojen tajuamista (esim. pitää syödä terveellisesti) . Tieto voi välittyä käytännön toimintaan, mutta se edellyttää motivaatioita ja käytännön-taitojen hallintaa.
- Jos käytännölliset taidot hallitsee ja on tietoa, tietoisuutta ja ymmärtää asian niin silloin voi hyödyntää tekoina.
- Käytännön taidot on ymmärryksen soveltamista toiminnaksi.

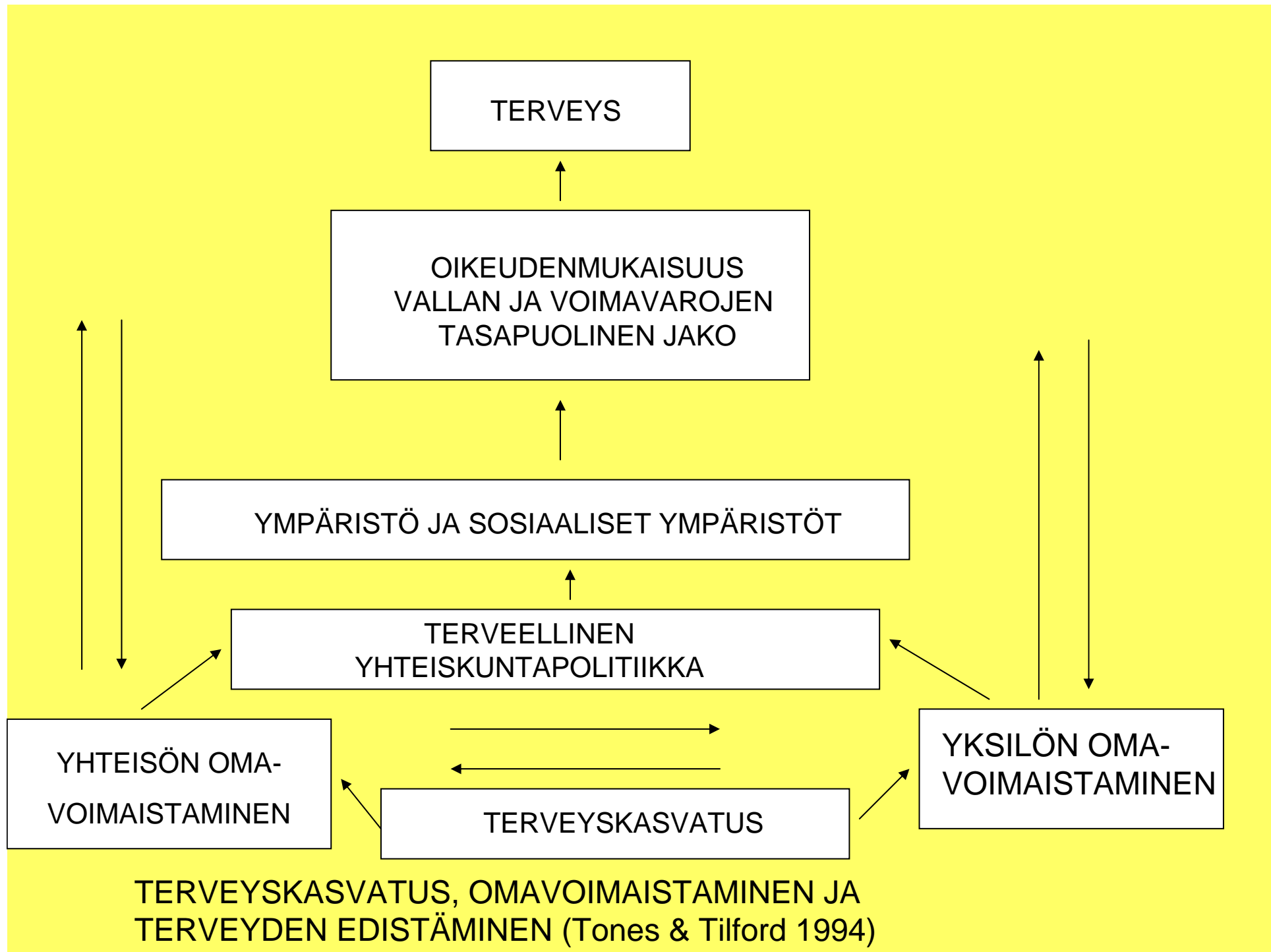


## TERVEYDEN EDISTÄMISEN SUUNNAT

---

- Elintapojen muuttamisesta arjessa selviytymisen
- Ympäristömyrkyistä sosiaaliseen myrkyttömyyteen
- Eliniän pidentämisestä huolenpidon kestävyyteen
- Tuottavuuden maksimoinnista inhimilliseen ymmärtämiseen

Vertio 21.11.2008







# KANSANTERVEYSTIEDE PREVENTIO

---

## PRIMAARI PREVENTIO

Toimintaa ennen kuin taudin esiaste on alkanut kehittyä.  
esim. rokotukset

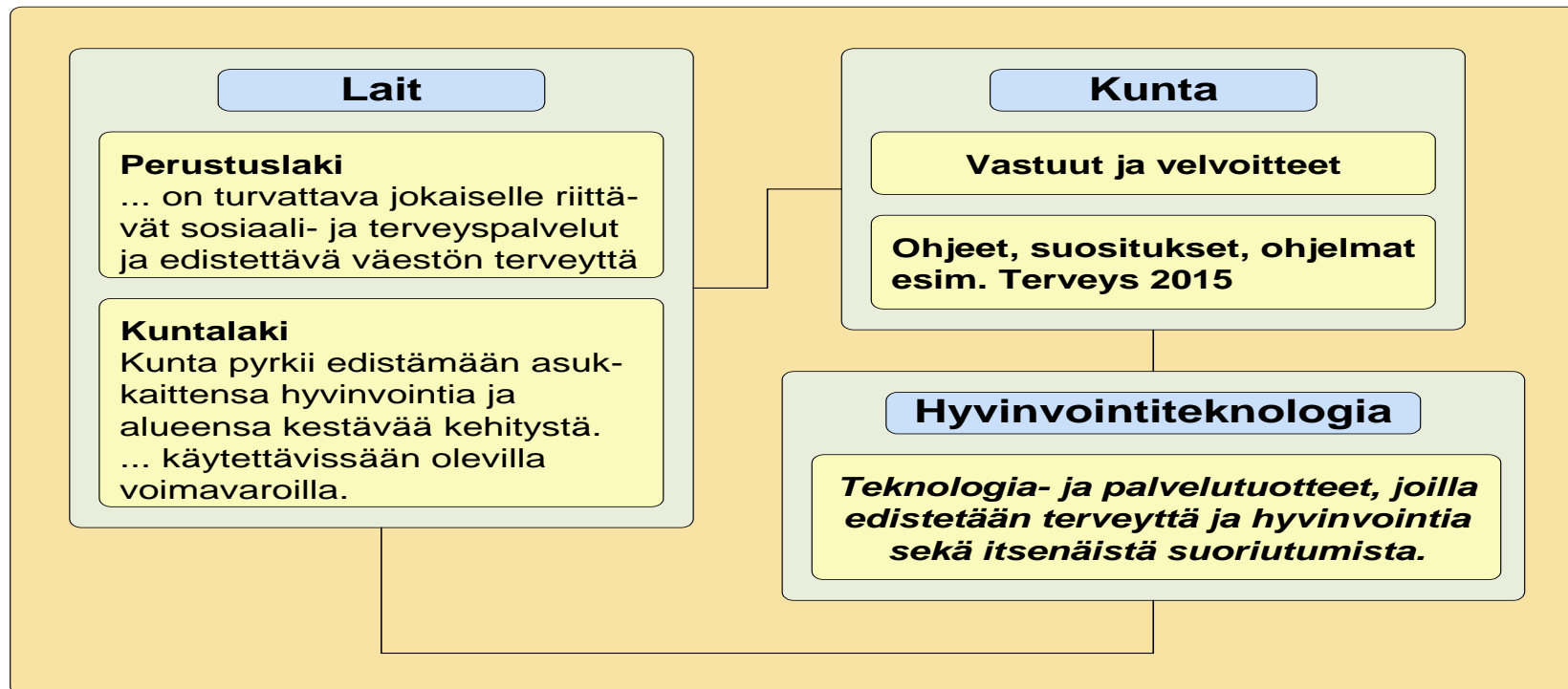
## SEKUNDAARIPREVENTIO

Estetään sairauden paheneminen poistamalla riskitekijä tai pienentämällä sen vaikutusta.  
esim. seulonnat

## TERTIÄÄRIPREVENTIO

Estetään jo olemassa olevan sairauden ja sen aiheuttamien haittojen paheneminen.

# Kansanterveyden ohjailu ja vastuut

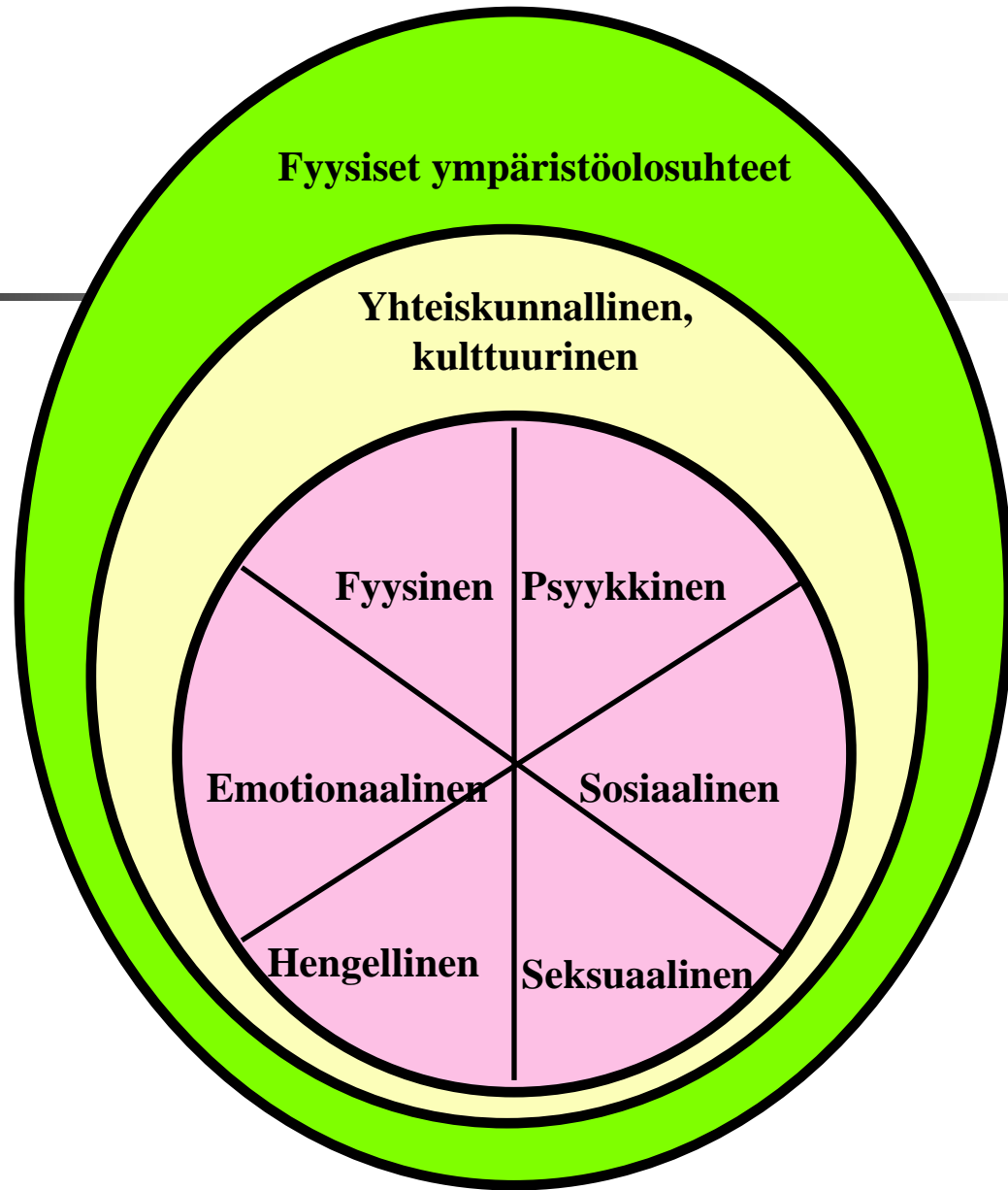
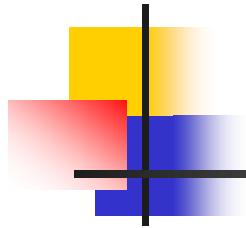




# Terveysten determinantit

---

- Yksilölliset tekijät
- Sosiaaliset tekijät
- Rakenteelliset tekijät
- Kulttuuriset tekijät



# TERVEYDEN ULOTTUVUUDET

(Perttilä 1999)



# Terveyden ja sairauden mittarit

---

- Epidemiologiset kuolleisuus- ja sairastavuusmittarit
- Käyttöluvut
- Haastattelu- ja kyselytutkimukset
- Laajat terveystutkimukset

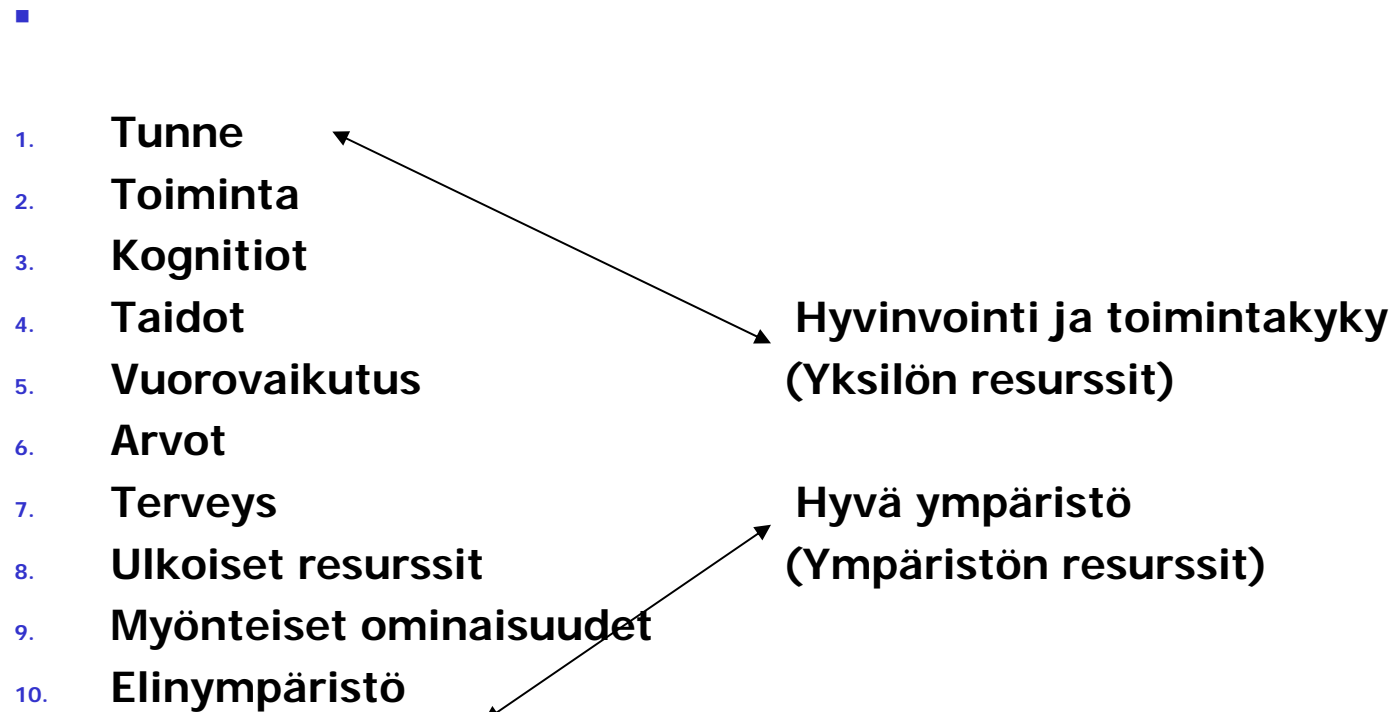


# Terveysmittarit

---

- Keitä prosessi kosketti?
- Minkälaiset ihmisryhmät hyötyivät toimista?
- Keille projektista saattoi olla haittaa?
- Oliko projekti taloudellisesti merkittävä?

# Elämän laadun mittarit (Ojanen 2001)





# Terveys 2015 on yhteistyöohjelma

---

## **Ikäryhmittäiset tavoitteet**

- Lasten hyvinvointi lisääntyy, terveydentila paranee ja turvallisuuden oireet ja sairaudet vähenevät merkitsevästi.
- Nuorten tupakointi vähenee siten, että 16-18-vuotiaista alle 15 % tupakoi; nuorten alkoholin ja huumeiden käyttöön liittyvät terveysongelmat kyetään hoitamaan asiantuntevasti eivätkä ne ole yleisempiä kuin 1990-luvun alussa.
- Nuorten aikuisten miesten tapaturmainen ja väkivaltainen kuolleisuus alenee kolmanneksella 1990-lopun tasosta.
- Työikäisten työ- ja toimintakyky ja työelämän olosuhteet kehittyvät niin, että ne mahdollistavat työelämässä jaksamisen pidempään ja työstä luopumisen noin kolme vuotta vuoden 2000 tasoa myöhemmin.
- Yli 75-vuotiaiden keskimääräisen toimintakyvyn paraneminen jatkuu samansuuntaisena kuin viimeisen 20 vuoden ajan.





# Kaikille yhteiset tavoitteet

---

- Suomalainen voi odottaa elävänsä terveenä keskimäärin kaksi vuotta kauemmin kuin vuonna 2000.
- Suomalaisten tyytyväisyys terveystalvelujen saatavuuteen ja toimivuuteen sekä koettu oma terveydentila ja kokemukset ympäristön vaikutuksesta omaan terveyteen säilyvät vähintään nykyisellä tasolla.
- Tavoitteisiin pyritään myös siten, että eriarvoisuus vähenee ja heikoimmassa asemassa olevien väestöryhmien hyvinvointi ja suhteellinen asema paranevat. Tällöin tavoitteena on sukupuolten, eri koulutusryhmien ja ammattiryhmien välisten kuolleisuuserojen pientyminen viidenneksellä.

## Terveyden tasa-arvo

---

- Sosioekonomiset erot
  - miehet: 35-vuotias ylempi toimihenkilö elää 80-vuotiaaksi, mutta 74-vuotiaaksi, jos on työläinen
  - naiset: vastaava ero on yli kolme vuotta
- Siviilisäättyjen erot
  - miehet: työkäisessä väestössä naimattomien, eronneiden ja leskeytyneiden kuolleisuus on yli kaksinkertainen naimisissa oleviin verrattuna
  - naiset: erot lähes yhtäsuuret
- Alue-erot
  - Ahvenanmaalla ja Vaasan rannikkoseudulla elinajanodote on 2-3 v. pidempi kuin koko maassa
  - Lapissa ja Itä-Suomessa noin vuoden muuta maata lyhyempi

## Terveyden tasa-arvo

---

- Eroja selittävät
  - aineelliset ja kulttuuriset resurssit jakautuvat epätasaisesti
    - koulutus, ammatit, taloudellinen tilanne, sosiaalinen tuki, kiinnittyminen sosiaaliseen ympäristöön, elintavat
  - käyttäytymistekijät
    - tupakointi, juomatavat
  - terveyspalvelut
    - pääsy palveluihin, hakeutuminen palveluihin
  - valikoituminen
    - huono terveys voi vaikuttaa sosiaaliseen asemaan – noidankehä
- Huomio kiinnitettävä lasten ja nuorten asemaan

## Terveyden tasa-arvo

---

- Sukupuolten erot
  - miesten ja naisten kuolleisuusero on suuri
  - v. 2001 elinajanodotteet olivat
    - miehet 74,6 vuotta
    - naiset 81,5 vuotta
    - ero 6,9 vuotta (v. 1977 ero 8,8 vuotta)
  - miehet joutuvat työkyvyttömyyseläkkeelle naisia yleisemmin
- Työllisyys
  - työttömät ovat sairaampia kuin työlliset
  - työttömien kuolleisuus on suurempi kuin työllisten
  - erot ovat pienempiä suuren työttömyyden vallitessa

# Valtion ravitsemusneuvottelukunnan Suomalaisissa ravitsemussuosituksissa (2005)



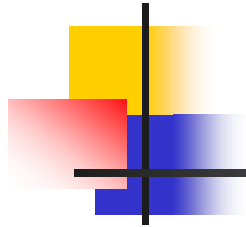
- energian saannin ja kulutuksen tasapainottaminen
- tasapainoinen ja riittävä ravintoaineiden saanti
- kuitupitoisten hiilihydraattien saannin lisääminen
- puhdistettujen sokereiden saannin vähentäminen
- kovan rasvan (tyydyttyneet ja transrasvahapot) saannin vähentäminen ja osittainen korvaaminen pehmeillä rasvoilla (kerta- ja monityydyttymätömät rasvahapot)
- suolan (natrium) vähentäminen
- alkoholin kulutuksen pitäminen kohtuullisena



# Painoindeksi (kg/m<sup>2</sup>) BMI

---

■ 18,5 – 24,9	Normaali paino
25,0 – 29,9	Lievä lihavuus
30,0 -34,9	Merkittävä lihavuus
35,0- 39,9	Vaikea lihavuus
≥ 40,0	Sairaalloinen lihavuus



- Liikkuva Suomi 2010-luvulla
- Liikuntapolitiikkaohjelmat
- Alkoholipoliittinen ohjelma



# Alkoholin käytön useus

---

	Miehet	Naiset
Päivittäin	6,6	2,1
2-3 kertaa vko	24,7	12,8
Kerran vko	15,2	13,2
2-3 krt kk	22,3	26,8
Muutaman kerran v. harvemmin	22,0	31,6
ei koskaan	9,2	13,6





# Alkoholinkulutus

---

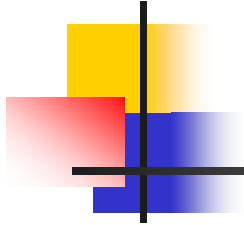
- Stakesin tilastoja, tutkimuksia ja indikaattoripankki
  - Päihdetilastollinen vuosikirja
  - Juomatapatutkimus
  - Päihdetapauslaskenta
  - SOTKANet-indikaattoripankki
- Kansanterveyslaitoksen AVTK-tutkimus
- Terveyden edistämisen keskuksen
  - Päihdebarometri



## Alkoholi ja ikääntyvän terveys

---

- Runsas alkoholikäyttö heikentää vastustuskykyä ja altistaa tulehduksille.
- Päihtymys voi aiheuttaa arvaamattomia mielialan muutoksia, jopa yllättävää väkivaltaisuutta.
- Runsas alkoholinkäyttö saattaa johtaa ongelmiin ihmissuhteissa ja raha-asioissa.
- Alkoholinkäyttö voi vaikeuttaa esim. diabeteksen hoitoa ja verenohennushoitoa.
- Alkoholi voi aiheuttaa monia sairauksia tai pahentaa niiden oireita: ruokahaluttomuus, vatsavaivat, verenpaine, rytmihäiriöt, univaikeudet, muistihäiriöt, mielialan lasku, ahdistuneisuus.



- Monet lääkkeet vähentävät syljen eritystä. Alkoholilla voi lisätä suun limakalvojen kuivumista.
- Runsaaseen alkoholinkäyttöön saattaa liittyä suun hygienian ja yleisen hygienian laiminlyönti.
- Alkoholijuomat lihottavat sitä enemmän, mitä väkevempiä ja sokeripitoisempia ne ovat. Runsaasti alkoholia käyttävillä syöminen jää usein yksipuoliseksi tai liian vähäiseksi.
- Happamat ja sokeripitoiset alkoholijuomat pahentavat hampaiden kulumista ja aiheuttavat reikiintymistä.

(Otetaan selvää!2006: STM)

Työikäisen väestön (15–64-vuotiaat) kohdalla yleisimmät kuolinsyyt vuonna 2004 olivat Suomessa:

<b>Miehet</b>				<b>Naiset</b>			
<b>Sija</b>	<b>Syy</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	<b>Sija</b>	<b>Syy</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
1	Sepelvaltimotauti	1319	17,5	1	Rintasyöpä	324	9,9
2	Alkoholisytyt	1231	16,3	2	Alkoholisytyt	314	9,6
3	Tapaturmat, joista	925	12,3	3	Tapaturmat	301	9,2
	maaliikenne	172	2,3		maaliikenne	68	2,1
	kaatumiset	217	2,9		kaatumiset	48	1,5
4	Itsemurhat	670	8,9	4	Sepelvaltimotauti	227	6,9
5	Keuhkosyöpä	394	5,2	5	Itsemurhat	210	6,4
6	Aivoverenkierron s.	344	4,6	6	Aivoverenkierron s.	191	5,8
7	Muut syyt	2659	35,3		Muut syyt	1715	52,3
<b>Yhteensä</b>		<b>7541</b>		<b>Yhteensä</b>		<b>3282</b>	

# Elintavat ja syövän vaara

	<b>Liikunta</b>	<b>Lihavuus</b>	<b>Tupakka</b>	<b>Ruoan valmistus</b>
Ruokatorvi			↑↑↑	
Keuhko	↓		↑↑↑	
Maha				↑
Haima			↑↑↑	
Paksusuoli	↓↓	↑	↑	↑
Rinta	↓	↑↑		
Kohdunkaula			↑↑↑	
Kohdun runko		↑↑↑		
Eturauhanen	↓			
Munuainen		↑↑	↑	
Rakko			↑↑↑	

# TERVEYDEN LUKUTAIDON TASO JA TIEDONKÄSITYS

- **Perusterveyden lukutaito**

- Välineellinen tiedonkäsitely
- Perustuu faktatiedon jakamiseen terveysriskeistä.

- **Toiminnallinen terveyden lukutaito**

- Korostetaan yksilöllisiä terveystaitoja (sosiaalisen paineen vastustamisen taidot)
- Huomioiden tukea antavan ympäristön merkityksen.

- **Kriittisen terveyden lukutaito**

- Terveyden edistämisen näkökulma
- Huomioi yksilön terveystietojen ja taitojen ohella terveys- ja sosiaalipoliittisen toiminnan,
  
- Nutbeam 2000

# **Perusterveyden lukutaidon tavoite**

Yksilön ja väestön terveyskäyttämisen  
muutos, toimintamyönteisyys ja  
yhteistyökyky.

# Toiminnallinen terveyden lukutaidon tavoite

Yksilön terveystietämyksensä eli  
terveysosaamisen, toimintakyvyn,  
motivaation ja itsenäisyyden lisääminen  
tiedon, taidon ja itsetuottamuksen  
lisääntymisen kautta.

Erilaisissa elämäntilanteissa toimiva  
terveyden lukutaito.



# **Kriittisen terveyden lukutaidon tavoite**

Yksilön terveystietämyksensä toimintakyvyn lisääminen, yksilön ja yhteisön voimaantuminen, kriittisen tietoisuus - ja ongelmaratkaisutaidot yhteisön terveyden edistäminen.

# TERVEYDEN LUKUTAIDON TASOT JA TERVEYDENEDISTÄMISTOIMINTA

---

<b>Terveyden lukutaidon taso ja tiedonkäsitys</b>	<b>Terveydenedistämistoiminnan kuvaus</b>	<b>tavoite</b>
<b>Perusterveyden lukutaito</b> Välineellinen tiedonkäsitys	Perinteinen terveystieteiden kasvatusta perustuu faktatiedon jakamiseen terveysriskeistä. Toiminta on asiantuntija- ja sektorikeskeistä.	Yksilön ja väestön terveyden edistämisen muutos toimintamyönteisyys ja yhteistyökyky.
<b>Toiminnallinen terveyden lukutaito</b> Käytännöllinen tiedonkäsitys	Edellisen lisäksi terveysohjauksessa korostetaan yksilöllisiä terveystaitoja (sosiaalisen paineen vastustamisen taidot) huomioiden tukea antavan ympäristön merkityksen (esim. terveysvalintojen mahdollistavat tekijät)	Yksilön terveyskompetenssin eli terveysosaamisen, toimintakyvyn, motivaation ja itsenäisyyden lisääminen tiedon, taidon ja itseluottamuksen lisääntymisen kautta. Erilaisissa elämäntilanteissa toimiva terveyslukutaito.
<b>Kriittisen terveyden lukutaito</b> Vapauttava tiedonkäsitys	Terveyden edistämisen näkökulma huomioi yksilön terveystietojen ja taitojen ohella terveys- ja sosiaalipoliittisen toiminnan, sos. ja tal. tekijä, ympäristö, terveyspalvelut, yksilö osallistuu	Yksilön terveyskompetenssin ja toimintakyvyn lisääminen yksilön ja yhteisön voimaantumiseksi, kriittisen tiedon ja ongelmaratkaisutaidon ja yhteisön terveyden edistämiseksi.

---

# TERVEYDEN EDISTÄMISEN TULOKSET

	<b>YKSILÖ</b>	<b>ORGANISAATIO</b>	<b>YHTEISKUNTA</b>
<b>TERVEYS- JA SOSIAALISET TULOKSET</b>	<b>elämänlaatu tasa-arvo</b>	<b>toiminnallisuus toimintakyvyt- tömyys</b>	<b>riippumattomuus kuolleisuus- ja sairastavuusluvut</b>
<b>VÄLILLISET TERVEYS- TULOKSET</b>	<b>elämäntyyli</b>	<b>tehokkaat terveyspalvelut</b>	<b>terveellinen elinympäristö</b>
<b>TERVEYDEN EDISTÄMISEN TULOKSET</b>	<b>terveyden lukutaito</b>	<b>sosiaaliset toiminnot ja vaikutukset</b>	<b>terveyspolitiikka ja organisaatio- naalinen toiminta</b>
<b>TERVEYTTÄ EDISTÄVÄT TOIMINNOT</b>	<b>kasvatus</b>	<b>tukeminen</b>	<b>puolustus kannustus</b>



# TERVEYDEN EDISTÄMISEN IDEOLOGIAT

---

- INDIVIDUALISTINEN
- Staattinen terveystäsitys
- Yksilö vastuussa terveydestään
- Yksilön tiedot, asenteet, käyttäytyminen
- Opetetaan ja kontrolloidaan elämäntapamuutoksia
- Autoritaarista
- Terveystasvatukseen traditionaalinen lähestymistapa
- EMPOWERMENT
- Dynaaminen terveystäsitys
- Keskeistä sosiaalinen osallistuminen
- Yksilön, yhteisön ja ympäristön vuorovaikutusta
- Yksilöt ja yhteisöt itse löytävät mahdollisuutensa
- Tasarvoinen
- Reflektiivinen yhteisöasiantuntija
- Terveystasvatukseen moderni lähestymistapa

# TERVEYDEN EDISTÄMISEN SUUNNAT

- Elintapojen muuttamisesta arjessa selviytymisen
- Ympäristömyrkyistä sosiaaliseen myrkyttömyyteen
- Eliniän pidentämisestä huolenpidon kestävyyteen
- Tuottavuuden maksimoinnista inhimilliseen ymmärtämiseen

Vertio 21.11.2008