



Yksi elämä

Nautitaan päivittäin.

Yksi elämä

11.2.2017
Tuija Brax



Yksi elämä

Nautitaan päivittäin.

Yksi elämä -viestintänyrkki



**Terveystalkoot
työelämässä**

**Unelmien
liikuntapäivä**

**Aktiivinen
viestintä**
PERUSVIESTINTÄ &
MAHDOLLISUUSVIESTINTÄ

**Vaikuttaja-
viestintä**

Elixir ja Etelä-Suomen media -yhteistyöt näkyvyyden lisäämiseksi



Yksi elämä
Nautitaan päivittäin.

Vaikuttajaviestintä:

Olemme puhuneet rahasta

Järjestetty **9 PUHUTAAN RAHASTA** -seminaaria
6 puoluekokouksessa,
SuomiAreenalla ja
mm. eduskunnan Kansalaisinfossa.
Seminaareissa tavoitettu 170 poliitikkoa.



Nyt puhutaan
ISOISTA
rahoista

**Liikkumattomuuden osuus
pelkästään diabeteksen
hoidon kustannuksista on
700 miljoonaa euroa
vuodessa**

Vaikuttajaviestintä:

Olemme valmistautuneet kevään 2017 kuntavaaleihin

Toteutettu paikallisyhdistyksille ja -aktiiveille tapahtumakonsepti
Puhutaan rahasta -olohuonetentti.

Yhteistyö: Lääkäriliitto & Hammaslääkäriliitto & SuPer & Tehy & STAL
#Terveysdokkaat

- o suunnittelutyöryhmä
- o Terveysten edistämisen taloudelliset vaikutukset -työryhmä (edustettuna myös: THL, JHL, STTK sekä Osmo Soininvaara ja Juhana Vartiainen)
- o viestinnän työryhmä

Toteutettu setelinippu-esitteet



Yksi elämä
Nautitaan päivittäin.





Vuoden 2016 aikana suunniteltu ja käynnistetty kunnianhimoinen

KUNTAVAALIVAIKUTTAMINEN

huipentuu huhtikuun vaalipäivään päättyvään kirivaiheeseen.

Kuntavaalien jälkeen vaikuttamista jatketaan suunnitelmallisesti ja määrätietoisesti, vuorossa on valtuutettujen kontaktointi sekä Sote- ja maakuntavaikuttaminen.

Setelinippu-esite



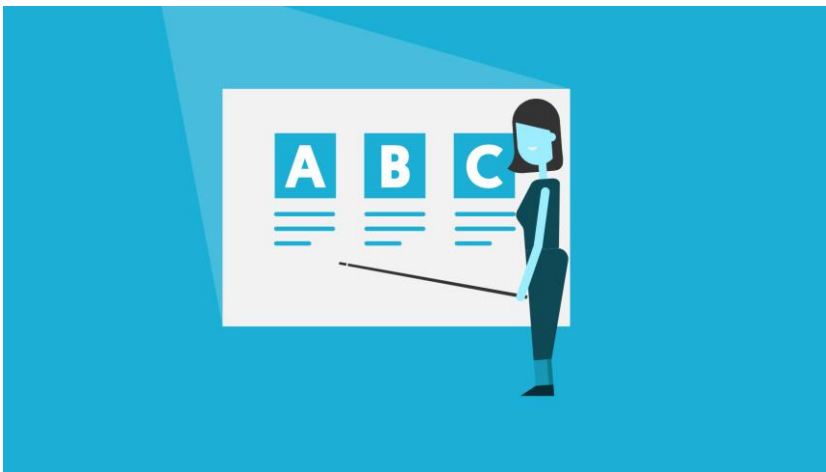
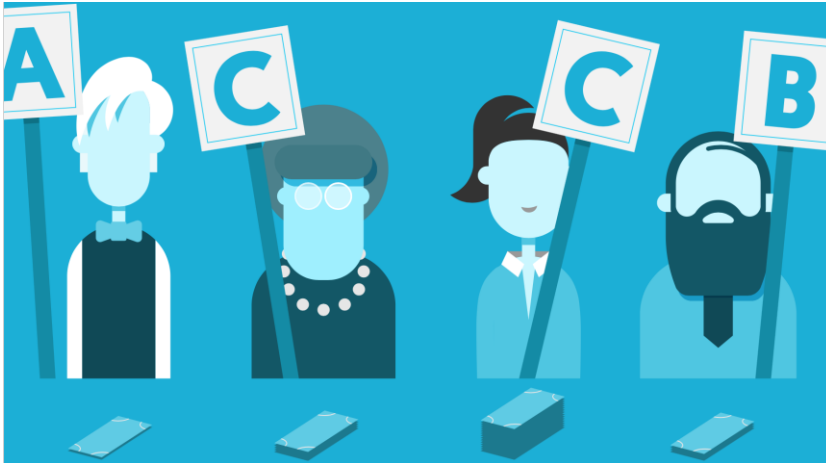
- Koottu visualisoituina taloudellisesti kannattavia esimerkkejä investoinneista terveyden edistämiseen
- Toimii myös olohuonetentin pelimateriaalina
- Mainostetaan verkosta löytyviä olohuonetenttien ohjeita ja terveystiedokas.fi-sivustoa
- Postitus yhdistysten paikallistoimijoille ja yhteistyökumppaneille tammikuussa 2017
- Ilmoitukset: 1 sivu / yhteistyökumppani
 - Hammaslääkäriliitto
 - Lääkäriliitto
 - SuPer
 - Tehy
- Lisätilaukset: keiju.telford@diabetes.fi

Olohuonetentit



- Olohuonetentti on erityisesti pääkaupunkiseudulla viime vaaleissa yleistynyt **tapa tutustua ehdokkasiin**.
- Kiitosta saanut SuomiAreenan Puhutaan rahasta -peli tuodaan paikallistasolle yksinkertaistettuna olohuonetentti-konseptina.
- Olohuonetentin **Puhutaan rahasta -peliosio** on kaksi kierrosta kestävä kevyt, mutta tiukasti asiaan pureutuva osa ohjelmaa. Pääosa ajasta käytetään ehdokkaiden ja yleisön **keskusteluun**.
- **Ohjeistus** (mm. **ohjevideo**) ja **materiaalit**: www.yksielama.fi/olohuonetentti
- Peliosuudessa pelivälineenä käytettävät Setelinippu-esitteet postitettu yhdistyksiin ja yhteistyökumppaneille tammikuussa saatteen ja ohjeiden kanssa.

Visuaalinen tyyli



Terveysehdokas.fi



- Yhteistyössä **Hammaslääkäriliiton, Lääkäriliiton, STALin, SuPerin ja Tehyn** kanssa terveysehdokas-kampanja
- **11 terveysteon lista**, johon **ehdokkaista** pyydetään sitoutumaan. Nämä lupaukset teoista kerätään terveysehdokas.fi-sivustolle
- Toteutus on ehdokkaalle kevyt ja mukaantulo helppoa.
- Ehdokkaita kutsutaan mukaan puoluetoimistojen, somen ja olohuonetenttien kautta.
- **Ehdokkaat** voivat käydä sivustolla sitoutumassa tekoihin.
- **Kansalaiset** voivat käydä tarkistamassa ketkä kotikunnan ehdokkaat ovat terveyden puolella.
- Ehdokkaat esitetään paremmuusjärjestyksessä (perinteiset **tähtiluokitukset**) tehtyjen lupauksen mukaan.

Ehdokas tarkistaa profiilinsa ennen tallennusta.

< PALAA MUOKKAAMAAN PROFIIIASI



Antti Ehdokas



Kokoomus, Helsinki
www.anttiehdokas.fi

“*Terveyden edistäminen on tärkeää kunnassani, koska quisque iaculis dignissim felis et malesuada. Donec tincidunt nulla varius quam viverra tempor. Vivamus non diam nisi.*”

Terveyslupaukset

Sitoudun näihin tekoihin valtuutettuna:

- Teen valtuustoaloitteen terveyttä edistävän käytännön toteuttamiseksi kunnassani.
- Pidän huolta itsestäni – saavun valtuuston / lautakunnan kokoukseen vähintään 5 kertaa vuodessa kävellen, hiihtäen tai polkupyörällä.
- Huomioin kaikessa päätöksenteossa terveysnäkökulman. Jos en itse tiedä, kysyn ja selvitan.
- Edistän lihasvoimin liikkumista kunnan kaavoitukseen liittyvissä päätöksissä.
- Edistän terveellisempään joukkoruokailuun siirtymistä.
- Tutkin mahdollisuuksia säästää terveydenhoidosta perantamalla ennaltaehkäisyä ja varhaista puuttumista varhaiskasvatuksessa sekä muissa kunnan toimissa.
- Vaadin selvitystä ja investointisuunnitelmaa terveyden edistämisestä kunnassa.

Lisäksi lupaan:

Sed a elit a elit rutrum volutpat vitae nec magna. Quisque aliquam mi mi, ut lacinia sapien blandit quis. Maecenas imperdiet lorem ac dui tincidunt ornare. Class aptent taciti sociosqu ad litora torquent per conubia nostra, per inceptos himenaeos. Donec eget urna nisi. Quisque est lectus, fermentum et diam id, congue condimentum nulla. Phasellus a nibh sapien. Integer finibus ipsum id velit auctor, in finibus arcu tincidunt. Duis vel augue in purus facilisis tempor fringilla elementum nisi. In convallis eleifend fringilla. Vivamus fringilla nulla sed mi dictum, et eleifend purus tempus. Integer dui nunc, suscipit ut sagittis a, finibus ut velit. Duis nec nunc tortor. Cum sociis natoque penatibus et magnis dis parturient montes, nascetur ridiculus mus. Maecenas sapien turpis, eleifend sed rhoncus id, egestas in neque.

< PALAA MUOKKAAMAAN PROFIIIASI

TALLENNJA JULKAISE >

HUOM. Tarkistathan, että kaikki tiedot ovat oikein. Et voi tämän jälkeen enää muokata profiiliasi.

Ehdokas saa kiitosviestin tallennettuaan profiilinsa.

Kiitos, Antti Ehdokas!

Terveys ehdokas-profiilisi on nyt valmis. Jatka profiiliisi, ja näe monenko tähden terveys ehdokas olet. Jaa profiilisi sosiaaliseen mediaan, ja kerro äänestäjillesi sitoutumisestasi terveystalkoisiin.

[JATKA PROFILIIN >](#)

Ehdokkaan profiili.

Lupaukset →

Oma lisälupaus →



Antti Ehdokas



Kokoomus, Helsinki
www.anttiehdokas.fi

“*Terveyden edistäminen on tärkeää kunnassani, koska quisque iaculis dignissim felis et malesuada. Donec tincidunt nulla varius quam viverra tempor. Vivamus non diam nisi.*”

Terveyslupaukset

Sitoudun näihin tekoihin valtuutettuna:

- Teen valtuustoaloitteen terveyttä edistävän käytännön toteuttamiseksi kunnassani.
- Pidän huolta itsestäni – saavun valtuuston / laulakunnan kokoukseen vähintään 5 kertaa vuodessa kävellen, hiihtäen tai polkupyörällä.
- Huomioin kaikessa päätöksenteossa terveysnäkökulman. Jos en itse tiedä, kysyn ja selvitan.
- Edistan lihasvoimin liikkumista kunnan kaavoitukseen liittyvissä päätöksissä.
- Edistan terveellisempään joukkoruokailuun siirtymistä.
- Tutkin mahdollisuuksia säästää terveydenhoidosta parantamalla ennaltaehkäisyä ja varhaista puuttumista varhaiskasvatuksessa sekä muissa kunnan toimissa.
- Vaadin selvitystä ja investointisuunnitelmaa terveyden edistämisestä kunnassa.

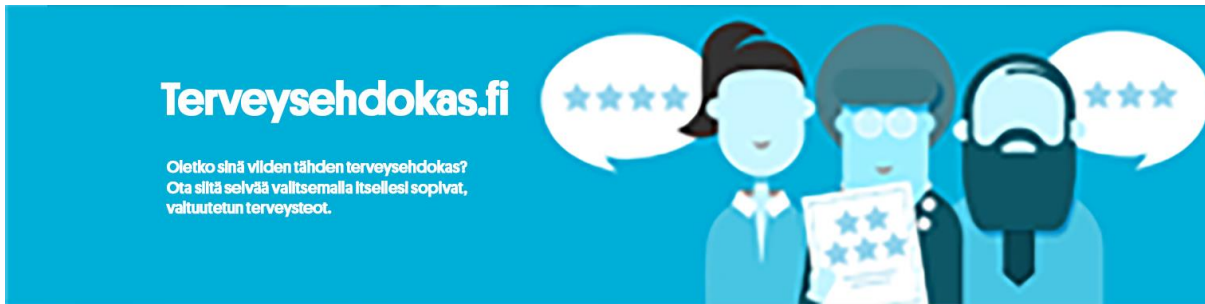
Lisäksi lupaan:

Sed a elit a elit rutrum volutpat vitae nec magna. Quisque aliquam mi mi, ut lacinia sapien blandit quis. Maecenas imperdiet lorem ac dui tincidunt ornare. Class aptent taciti sociosqu ad litora torquent per conubia nostra, per inceptos himenaeos. Donec eget urna nisi. Quisque est lectus, fermentum et diam id, congue condimentum nulla. Phasellus a nibh sapien. Integer finibus ipsum id velit auctor, in finibus arcu tincidunt. Duis vel augue in purus facilisis tempor fringilla elementum nisl. In convallis eleifend fringilla. Vivamus fringilla nulla sed mi dictum, et eleifend purus tempus. Integer dui nunc, suscipit ut sagittis a, finibus ut velit. Duis nec nunc tortor. Cum sociis natoque penatibus et magnis dis parturient montes, nascetur ridiculus mus. Maecenas sapien turpis, eleifend sed rhoncus id, egestas in neque.

Jaa profiili Facebookissa

Jaa profiili Twitterissä

ÄÄNESTÄJÄN OSIO



Sivu 1

Mistä vaalikoneessa on kysymys.

Vaalikone otsikko

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. Cras ac felis lacinia, consequat mauris eget, laoreet mauris. Quisque iaculis dignissim felis et malesuada. Donec tincidunt nulla varius quam viverra tempor. Vivamus non diam nisi.

KOKEILE VAALIKONETTA



Terveys ehdokas.fi

Oletko sinä viiden tähden terveisehdokas?
Ota siitä selvää valitsemalla itsellesi sopivat,
valtuutetun terveysteot.



Vaalikone otsikko

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. Cras ac felis lacinia, consequat mauris eget, laoreet mauris. Quisque iaculis dignissim felis et malesuada. Donec tincidunt nulla varius quam viverra tempor. Vivamus non diam nisi.

Terveyslupaukset

Valitse alla olevista lupauksista kolme itsellesi tärkeintä terveyslupausta:

- Teen valtuustoaloitteen terveyttä edistävän käytännön toteuttamiseksi kunnassani.
- Hankin uutta tietoa – sovin vuosittain tapaamisen vähintään yhden terveystieteiden edustajan kanssa.
- Pidän huolta itsestäni – saavun valtuuston / lautakunnan kokoukseen vähintään 5 kertaa vuodessa kävellen, hiihtäen tai polkupyörällä.
- Perehdyn ja vaikutan kuntani hyvinvointikertomukseen.
- Huomioin kaikessa päätöksenteossa terveysnäkökulman. Jos en itse tiedä, kysyn ja selvitan.
- Edistän lihasvoimin liikkumista kunnan kaavoitukseen liittyvissä päätöksissä.
- Edistän terveellisempään joukkoruokailuun siirtymistä.
- Arvioin kaikissa budjettitilanteissa mahdollisuudet panostaa liikuntaan.
- Huolehdin siitä, että tupakka- ja päihdeasiat ovat mukana kunnan hyvinvointikertomuksen indikaattoreissa.
- Tutkin mahdollisuuksia säästää terveydenhoidosta parantamalla ennaltaehkäisyä ja varhaista puuttamista varhaiskasvatuksessa sekä muissa kunnan toimissa.
- Vaadin selvitystä ja investointisuunnitelmaa terveyden edistämiseksi kunnassa.

Kotikunta

Valitse kunta, jossa äänestät:

Valitse kuntasi tästä

NÄYTÄ TULOKSET

Sivu 2

Äänestäjä valitsee itselleen kolme tärkeintä terveystekoa, joita toivoo ehdokkaansa ajavan valtuutettuna.

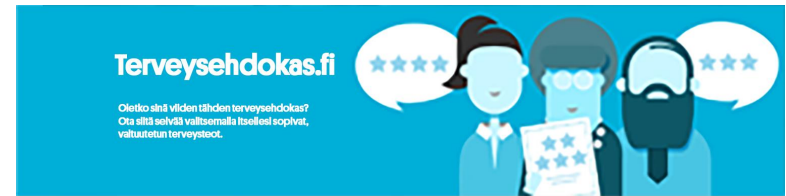


Yksi elämä
Nautitaan päivittäin.

Ehdokkaita voi suodattaa puolueen, kunnan, sukupuolen ja iän perusteella.

Sivu 3

Kone suosittelee äänestäjälle ehdokkaita omien toiveiden ja ehdokkaiden tähtiluokituksen perusteella.



TervesehdoKas.fi

Oletko sitä viden tähden tervesehdoKas? Ota äästä selvää valitsemalla itsellesi sopivat, valtuutetun terveystohtori.






TervesehdoKasit

Lorem ipsum dolor sit amet, consectetur adipiscing elit. Cras ac felis lacinia, consequat mauris eget, laoreet mauris.

Voit rajata listausta suodattimilla.

Kunta: Helsinki Puolue: Valitse puolueesi tästä Ikä: Valitse ikähaarukka tästä Sukupuoli: Mies Nainen

Nimi: Hae nimellä Tähtiluokitus: ★★★★★

	<p>Antti Ehdokas ★★★★★ Kokoomus, Helsinki www.anttiehdokas.fi</p> <p>“Terveysten edistäminen on tärkeää kunnassani, koska quisque iaculis dignissim felis et malesuada. Donec tincidunt nulla varius quam viverra tempor. Vivamus non diam nisi.”</p>	LUPAUKSET 3/3
	<p>Antti Ehdokas ★★★★★ Kokoomus, Helsinki www.anttiehdokas.fi</p> <p>“Terveysten edistäminen on tärkeää kunnassani, koska quisque iaculis dignissim felis et malesuada. Donec tincidunt nulla varius quam viverra tempor. Vivamus non diam nisi.”</p>	LUPAUKSET 3/3
	<p>Antti Ehdokas ★★★★★ Kokoomus, Helsinki www.anttiehdokas.fi</p> <p>“Terveysten edistäminen on tärkeää kunnassani, koska quisque iaculis dignissim felis et malesuada. Donec tincidunt nulla varius quam viverra tempor. Vivamus non diam nisi.”</p>	LUPAUKSET 2/3
	<p>Antti Ehdokas ★★★★★ Kokoomus, Helsinki www.anttiehdokas.fi</p> <p>“Terveysten edistäminen on tärkeää kunnassani, koska quisque iaculis dignissim felis et malesuada. Donec tincidunt nulla varius quam viverra tempor. Vivamus non diam nisi.”</p>	LUPAUKSET 1/3
	<p>Antti Ehdokas ★ Kokoomus, Helsinki www.anttiehdokas.fi</p> <p>“Terveysten edistäminen on tärkeää kunnassani, koska quisque iaculis dignissim felis et malesuada. Donec tincidunt nulla varius quam viverra tempor. Vivamus non diam nisi.”</p>	LUPAUKSET 1/3

1 2 3 4

KIITOS!

www.terveysehdozas.fi

www.yksielama.fi

Twitter: @yksi_elama

Instagram: yksielama

Lisäksi vielä...



Olemme tukeneet Sydänmerkin viemistä kuntiin

- Yhä useammassa kunnassa tarjotaan terveellisiä Sydänmerkki-aterioita.
- Aloitteen Sydänmerkki-aterioiden saamisesta mukaan kunnalliseen ruokatarjontaan tekee usein paikallinen yhdistys tai kunnan ruokapalvelu itse.
- Yksi elämän tavoitteena on saada Sydänmerkki 20 kuntaan.



Joko teidän kunnassa syödään Sydänmerkki-aterioita?

Yhä useammassa kunnassa tarjotaan terveellisiä Sydänmerkki-aterioita. Aloitteen Sydänmerkki-aterioiden saamisesta mukaan kunnalliseen ruokatarjontaan tekee usein paikallinen yhdistys tai kunnan ruokapalvelu itse.

Jokainen suomalaisen syö vuosittain keskimäärin 165 joukkoruokallista tarjottua ateriasia. Julkiset ruokapalvelut, kuten päiväkotien, koulujen, vanhainkotien ja sairaaloiden keittiöt, tarjoavat näistä noin puolet.

Kouvola kaupungin ruokapalvelut otti Sydänmerkin käyttöönsä koulujen ruokalistalle elokuussa tehdäkseen näkyväksi pitkäjänteisen työssä terveellisten aterioiden puolesta. Terveelliset ateriat, laadukkaat ruoka-aineet ja ravitsemussuosituksen mukainen reseptiikan kehittäminen ovat olleet osa ruokapalveluiden toimintaa jo kauan.

Seinäjokeilla Sydänmerkki-asias lähdettiin viemään etempään AVH-yhdistyksen ja Sydänyhdistyksen yhteistyönä syyskuulla 2013. Alka oli asialle otollinen ja ruokapalvelujohtaja kiinnostui asiasta. Tunnuksen saaneita aterioita valmistetaan Seinäjoen omien koulujen ja päiväkotien keittiöissä. Päivittäin aterioita tarjotaan noin 10 000.

Merkin saadakseen ruokapalvelujen tulee tarjota laadukkaita sekä ravitsemussuosituksen mukaisia aterioita ja elintarvikkeita. Sydänmerkin käyttöoikeuden myöntää Sydänliiton ja Diabetesliiton asettama asiantuntijaryhmä.



Yksi elämä -terveystalkoot Kuntamarkkinoilla

Tule juttelemaan Sydänmerkitä osastollemme 2.39-241/2. krs.

Tule kuuntelemaan Iiteiskokoumme: Miten teillä syödään laadussa ja kotona? Ke 14.9, klo 12 Tietolinja, K-kerros.

Sydänmerkit-kunnat. Miten tulla Sydänmerkit-kunnaksi? Mitä hyötyä siitä on kuntalaisille ja kunnan imagolle? To 15.9, klo 10 Tietokimara, K-kerros.

yksielama.fi



 **Yksi elämä**
Nautitaan päivittäin.



Yksi elämä

Nautitaan päivittäin.

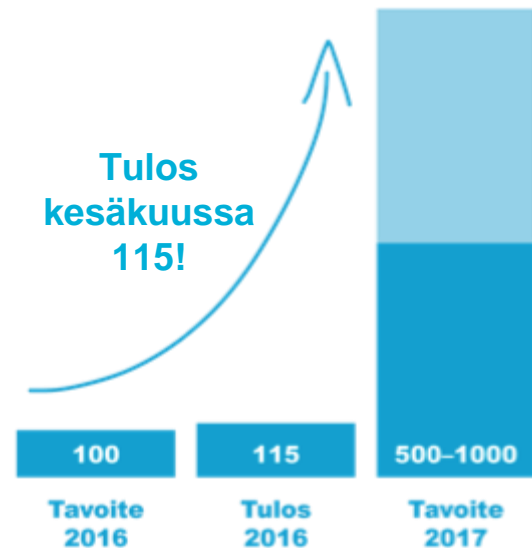
Käynnistimme terveystalkoot työelämässä

Terveystalkoot pyörähtivät käyntiin alkuvuodesta 2016

Helmikuun 2017 alussa mukaan on ilmoittautunut

500 ORGANISAATIOTA

Mukana on mm. THL, Viking Line, Martat, Pöyry, ISS, Accenture, Novartis, Turun Sanomat ja Suomen hammaslääkäriliitto.



Yrityksille (11/2016) suunnatun kyselyn perusteella terveystalkoot ovat näkyneet henkilöstölle hyvin.

96 % vastaajista ilmoittaa, että henkilöstölle on viestitty mukanaolosta.

Yli 90 % vastaajista ilmoittaa, että maanantaiaamun vinkistä on ollut heille iloa.

40 % on jakanut maanantaiaamun vinkkiä myös organisaatiossa eteenpäin.



Yksi elämä
Nautitaan päivittäin.

Teimme Unelmien liikuntapäivästä vuoden 2016 pop-up-ilmion



2002 tapahtumaa ympäri Suomen Raaseporista Enontekiöön ja Vaasasta Ilimantsiin. Eri tapahtumissa arviolta yli 200 000 osallistujaa, minkä päälle ilmoittamattomat "omat" tapahtumat. Mukana päiväkoteja, kouluja, liikuntaseuroja, työpaikkoja, yhdistyksiä ja kaveriporukoita.

Puhutaan rahasta -seminaarit



- Puhutaan rahasta -seminaarisarjaa jatketaan kahdella seminaarilla vuonna 2017.
 - **21.3.2017 Puhutaan rahasta - menestystarinoita terveyden edistämisestä**
 - seminaari, jossa esitellään esimerkkejä taloudellisesti erinomaisista terveysinvestoinneista
 - Lavalle parhaiden esimerkkien käytännön toteuttajia Vaasasta, Seinäjoelta ja Helsingistä sekä poliitikkoja
 - **Syksyllä** järjestetään seminaari, joka keskittyy Yksi elämä -terveystalkoiden Sote-vaikuttamiseen.
- **Huhti-toukokuussa Puhutaan rahasta -hackathon** yhteistyössä StopDia-hankkeen kanssa
 - kerätään lisää hyviä investointiesimerkkejä
 - ja/tai viedään eteenpäin hyvien esimerkkien jalkauttamista valtakunnallisesti.
- **Puhutaan rahasta -miniseminaari**
 - SDP:n puoluekokouksessa **3.2.2017** Lahdessa
 - KD:n ja Perussuomalaisten kokouksissa 2017