

## Elintapaohjauspilotti yli 65-vuotiaille

Muhoksen vanhus- ja vammaisneuvosto 09.04.2026  
32/00.01.01.01/2026

Pohjois-Pohjanmaan hyvinvointialue Pohde käynnisti maaliskuussa 2026 yli 65-vuotiaille suunnatun maksuttoman elintapaohjauksen pilotoinnin osana Muutosvoima-hanketta. Tavoitteena on tukea ikääntyvien hyvinvointia, toimintakykyä ja elämänlaatua sekä ehkäistä elintapasairauksia varhaisessa vaiheessa. Elintapaohjaus toteutetaan yhteistyössä kuntien ja järjestöjen kanssa. Ohjauksen kokonaisuus koostuu kolmesta ryhmästä:

- Elintaparyhmästä, Pohde
- Liikuntaryhmästä, kunnat ja yksityiset toimijat
- Aivotreeniryhmästä, Suomenselän Muisti ry

Pilotointi toteutetaan kahdessa vaiheessa keväällä ja syksyllä 2026. Mukana on yhteensä 14 kuntaa. Kevään pilotointiin osallistuvat Kempele, Kärsämäki, Muhos, Raahel, Siikajoki, Taivalkoski ja Utajärvi. Ryhmätoiminnot käynnistyvät maaliskuun puolivälissä.

Esittelijä

puheenjohtaja

Päätösesitys

Vanhus ja vammaisneuvosto merkitsee asiasta käydyin keskustelun tiedoksi.

Päätös