

Terveellinen kaupunginosa - hyvinvointia Herttoniemeen

Vuodenvaihteen lähestyessä teemme ahkerasti uudenvuodenlupauksia - lupaamme lopettaa tupakoinnin, laihduttaa, liikkua enemmän... Helsingin Herttoniemessä hyvinvointia on lähdetty kohentamaan yhdessä asukkaiden kanssa. Terveellinen kaupunginosa -ohjelmassa kehitetään uusia sähköisiä palveluja, joiden tarkoitus on parantaa ihmisten hyvinvointia. Herttoniemen asukkaat on otettu mukaan palveluiden testaamiseen, ja tulokset ovat olleet hyvät.

Terveellinen kaupunginosa -ohjelmassa hyvinvointi nähdään laajasti. Kyse ei ole pelkästään terveyden edistämisestä, vaan kokonaisvaltaisesta hyvinvoinnista, johon liittyvät myös esimerkiksi ruokavalio, yöunet ja sosiaaliset suhteet. Hankkeessa on mukana hyvinkin erilaisia projekteja. Yhteistä kaikille kuitenkin on, että ne antavat kaupunkilaisille uusia eväitä oman terveyden kohentamiseen ja ylläpitoon.

Terveellinen kaupunginosa on yhteistyöhanke, jossa on mukana Helsingin kaupunki, Forum Virium Helsinki sekä joukko järjestöjä ja yrityksiä. Helsingin kaupungille hanke on merkittävä. Ihmiset olisi saatava kiinnostumaan omasta hyvinvoinnistaan - ja ottamaan siitä vastuuta.

"Perimmäisesti kyse on siitä, miten terveystalveluiden kysyntää voitaisiin hallita tilanteessa, jossa väestö jatkuvasti kasvaa ja vanhentuu. Tämän kehityksen valossa tuntuu mahdottomalta, että voisimme rakentaa terveystalveluiden suunnittelua vain kasvun varaan", sanoo Helsingin kaupungin terveystalvelukeskuksen toimitusjohtaja **Matti Toivola**.

Asukkaat testaavat

Terveellinen kaupunginosa -ohjelma toimii Helsingin Herttoniemessä. Alueen asukkailla on hankkeessa suuri rooli, sillä he ovat aktiivisesti mukana talveluiden kehittämisessä ja testaamisessa. Herttoniemi on siis eräänlainen tosielämän testilaboratorio, Living Lab, jossa talveluita testataan aidossa ympäristössä ja käyttötilanteessa. Näin talveluihin saadaan mukaan käyttäjien näkökulma.

"Käytännössä tämä tarkoittaa sitä, että asukkaat ovat mukana ideoimassa uusia hyvinvointitalveluja ja kehittämässä jo olemassa olevia tuotteita ja talveluja paremmiksi", kertoo ohjelmajohtaja **Marianne Dannbom** Forum Virium Helsingistä.

Yrityksille ohjelma on ollut erinomainen tilaisuus testata tuotteita ja talveluita yhdessä käyttäjien kanssa. Tähän mennessä herttoniemeläiset ovat päässeet esimerkiksi testaamaan matkapuhelinsovellusta, joka kannustaa heitä liikkumaan.

Parhaat palat vientituotteiksi

Herttoniemen alue on valittu mukaan siksi, että sen asukkaat ovat kovin lähellä tilastollisesti keskivertoa helsinkiläistä. Tämä pätee niin tuloihin, asumiseen kuin

ikärakenteeseenkin. Ajatuksena on, että jos jokin asia toimii Herttoniemessä ja sen lähialueilla, toimii se todennäköisesti myös muualla. Näin ollen ohjelman parhaat palat voidaan viedä menestyksellisesti Helsingin muihin kaupunginosiin ja muualle maahan. Toiveissa olisi myös, että ohjelma synnyttäisi kansainvälisestikin toimivia palveluita, ratkaisuja tai toimintatapoja, jotka olisivat vietävissä Suomen ulkopuolelle.

Hiihtämään kirjaston kautta

Herttoniemen ja Roihuvuoren kirjastoissa Terveellinen kaupunginosa -ohjelma on ollut näkyvästi esillä koko vuoden, kun kirjastoihin tuli lainattavaksi urheiluvälineitä. Talven tuloa ei ole unohdettu, sillä kävelysauvat ja pihapelit ovat vaihtuneet luistimiin, lumikenkiin, suksiin sekä monoihin. Välineet saa lainaan viikoksi. Lainaustoiminnalla pyritään lisäämään liikuntaa ja kannustamaan alueelliseen harrastetoimintaan. Molemmat kirjastot sijaitsevat aivan liikuntaviraston ylläpitämien liikuntapuistojen vieressä, joten matka hiihtoladulle ei ole pitkä.

Lisätietoja:

Toimitusjohtaja Matti Toivola, Helsingin kaupungin terveyskeskus, puh: +358 9 310 42215, matti.toivola (at) hel.fi

Ohjelmajohtaja Marianne Dannbom, Forum Virium Helsinki, puh: +358 40 502 6158, marianne.dannbom (at) forumvirium.fi

Terveellinen kaupunginosa

Terveellinen kaupunginosa -ohjelma tarjoaa uusia mahdollisuuksia terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseen. Ohjelmassa kehitetään ja testataan hyvinvointiin liittyviä sähköisiä palveluja yhdessä kaupunkilaisten kanssa. Se toteutetaan vuosina 2008 - 2011 Helsingin Herttoniemessä, Roihuvuoressa ja Tammisalossa. Terveellinen kaupunginosa on Helsingin kaupungin, Forum Virium Helsingin, yritysten, järjestöjen ja asukkaiden yhteistyöohjelma. Ohjelmaa vetää Helsingin kaupungin terveyskeskus ja sitä hallinnoi Forum Virium Helsinki. Yrityksistä mukana ovat Elisa, Logica, Medineuvo, Medixine, Nokia, Palmia, Tieto ja VTT. Lisätietoja: www.terveellinenkaupunginosa.fi

Forum Virium Helsinki

Forum Virium Helsinki edistää digitaalisten palvelujen kehitystä. Se on ideoiden ja tekijöiden puolueeton törmäyttävä, joka kokoaa yhteen suuria ja kasvavia yrityksiä, toimii kehityshankkeiden vetäjänä ja avaa yhteyksiä kansainvälisille markkinoille. Terveellinen kaupunginosa on Forum Virium Helsingin suurin hankekokonaisuus. Lisätietoja: www.forumvirium.fi