

*Etelä-Savon  
maakuntanuorten  
kuulumisia ja viestejä*

aikuisille nuorten hyvinvoinnin ja palveluiden  
edistämiseksi

# Kuka olen?

Iida Hämäläinen

21 vuotias

savonlinnalainen

eteläsavolainen

opiskelija (JYU, politiikan tutkimus)

nuori vaikuttaja

unelmoija



# *Meille kaikille on tärkeää...*

Hyvinvoivat nuoret ovat kuntien ja maakunnan elinehto.

Palveluiden täytyy olla saavutettavissa, esteettömiä ja palvella tarkoitusta.

= Nuorten kuunteleminen ensiarvoisen tärkeää!

*Mitkä palvelut ovat  
nuorille tärkeitä?*

ESA-MANUT VASTASIVAT...

Mielenterveyspalvelut  
Harrastukset

Koulu

Lämpimät

oleskelutilat

Urheilu

Päihteetön

iltapäivätoiminta

*Mitä palveluita  
tarvitaan lisää?*

ESA-MANUT VASTASIVAT...

Lisää  
tarvitaan:

## MIELENTERVEYSPALVELUT

Mielenterveyspalveluihin nopeammin  
Matalan kynnyksen vertaistukea

## PAIKKOJA OLLA

Lämpimiä tiloja kokoontumiseen ja  
oleskeluun  
Päihteetöntä iltapäivätoimintaa

## URHEILU

Lisää urheilupaikkoja  
Vanhojen parantelua ja ylläpitoa

*Miten palveluita  
tulisi kehittää?*

ESA-MANUT VASTASIVAT...



*Kehitetään...*

## MIELENTERVEYS

Panostaminen resursseihin

## PÄIHDEKASVATUS

Päihteetöntä toimintaa ja lisäksi päihdekasvatusta.

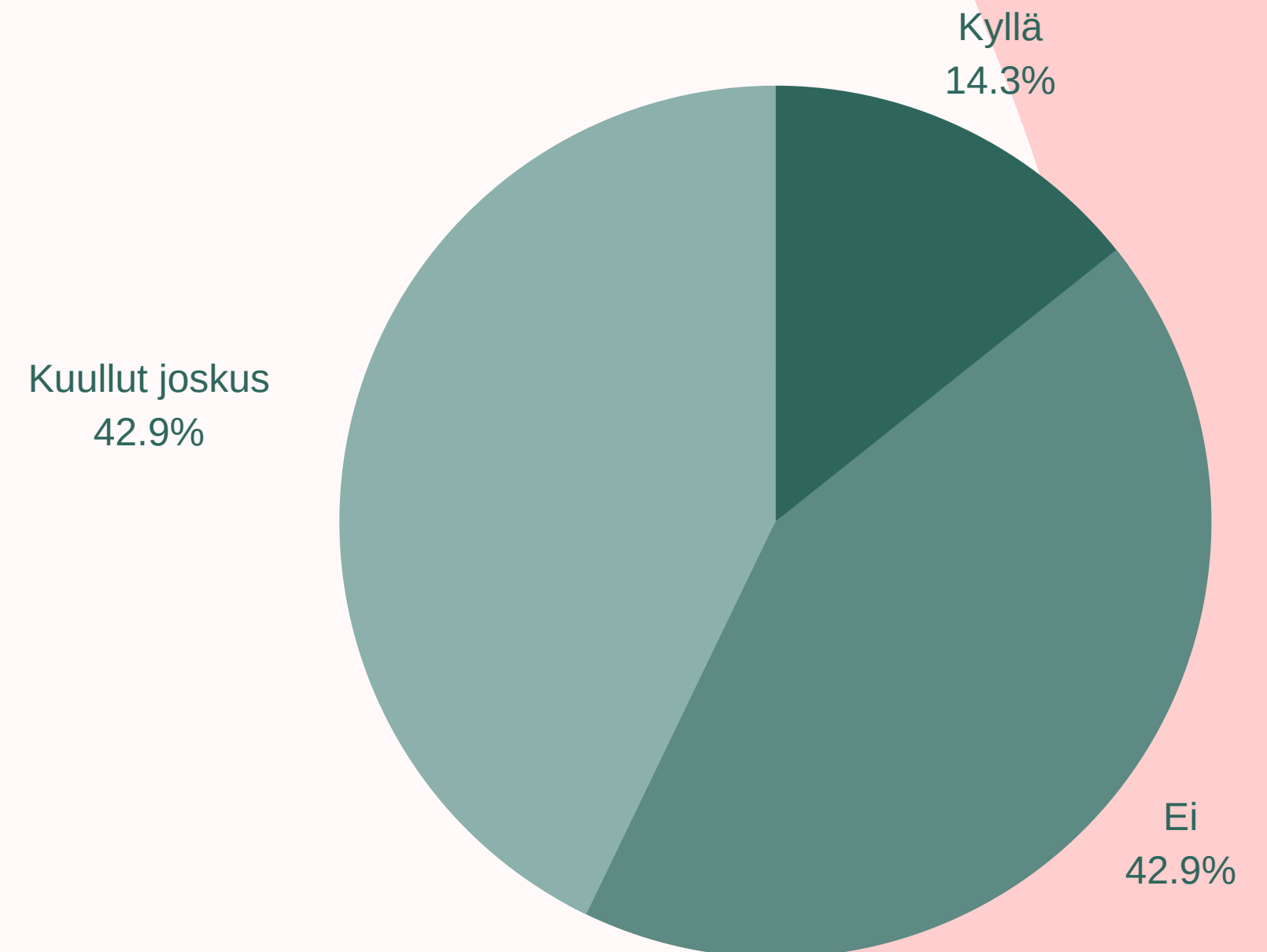
## HARRASTUSPAIKAT

Paremmat pukukopit urheilupaikoille  
Vapaaehtoisten hyödyntäminen  
ylläpidossa



Ovatko Ohjaamo  
palvelut tuttuja?

Seitsemän esa-manun vastauksien pohjalta:



*Mistä sinun  
hyvinvointisi koostuu?*

**HYVÄ RUOKA**

**LÄHEISET**

**HARRASTUKSET**

**LUONTO**

**LIIKUNTA**

**OMA RAUHA**

KORONA  
KIUSAAMINEN  
ULKONÄKÖPAINHEET  
AHDASMIELISYYS  
MIELENTERVEYSONGELMAT  
SYRJINTÄ  
YKSINÄISYYS  
STEREOTYPIAT  
ITSEMURHAT  
AHDISTUNEISUUS  
SOMEN LUOMAT PAINHEET  
KOULUN AIHEUTTAMA STRESSI  
SYÖMISHÄIRIÖT  
TABUT  
RASISIMI  
ILMASTO  
TULEVAISUUS

*Mitkä asiat  
aiheuttavat  
huolta?*

The image features a white background with decorative watermelon slices in the corners. The top-left and bottom-right corners show dark green watermelon rinds with white seeds. The top-right and bottom-left corners show pink watermelon flesh with dark green seeds. In the center, the word "Kiitos" is written in a dark green, cursive script. Below it, the phrase "OLLAAN YHTEYKSISSÄ!" is written in a dark green, uppercase, sans-serif font.

Kiitos

OLLAAN YHTEYKSISSÄ!