



# Hyvinvoiva nuori – parempi Suomi

Luotettava terveystieto ja  
elämäntaidot kuuluvat kaikille!

[www.koulunterveyskirjasto.fi](http://www.koulunterveyskirjasto.fi)

Suomi 100 -juhla-  
vuoden kunniaksi  
veloituksetta suomalais-  
kuntien käytössä  
2017-2020



KUSTANNUS OY  
**DUODECIM**  
tieto parantaa

# Koulun terveyskirjasto on avattu veloituksettomaan käyttöön

- Nuorille helposti lähestyttävät videot ja kuvitetut tekstiivistelmät
- Opiskeluhuollolle ja vanhemmille monipuolista tietoa ja työkaluja nuorten kohtaamiseen
- Opettajalle kattavat opetuspaketit sekä työkaluja nuorten myönteisen kasvun tukemiseen

Koulun terveyskirjasto tukee nuoren kasvua terveys- ja elämäntaitojen oppimisen avulla. Materiaali auttaa käsittelemään haastaviakin teemoja jokaista kunnioittaen, nuori ja aikuinen yhdessä pohtien.

Teemoja terveyteen ja elämäntaitoihin liittyen mm.

- terveystottumukset (mm. Terveyskone - testaa omien elämäntapojen vaikutusta terveyteen, UKK-instituutin fyysisen aktiivisuuden ja ravitsemuksen aineistot)
- ensiaputaidot
- arvostava kohtaaminen
- luonteenvahvuudet
- seksuaalisuus

Nuorten ohjaamiseksi luotettavan terveystiedon pariin, palveluun on kytketty myös Duodecimin Terveyskirjasto. Sen yli 10 000 artikkelia terveydestä ja sairauksista perustuvat tutkimusnäyttöön ja ovat käytettävissä luotettavasti todennetun tiedon lähteenä.

Ajankohtaista Koulun terveyskirjastossa

- Päivittäin Duodecimin Uutispalvelun tiivistelmät terveyteen ja sairauksiin liittyvistä kansainvälisistä tutkimustuloksista
- Kannanottoja nuorten hyvinvointiin liittyviin päivänpolttaviin aiheisiin



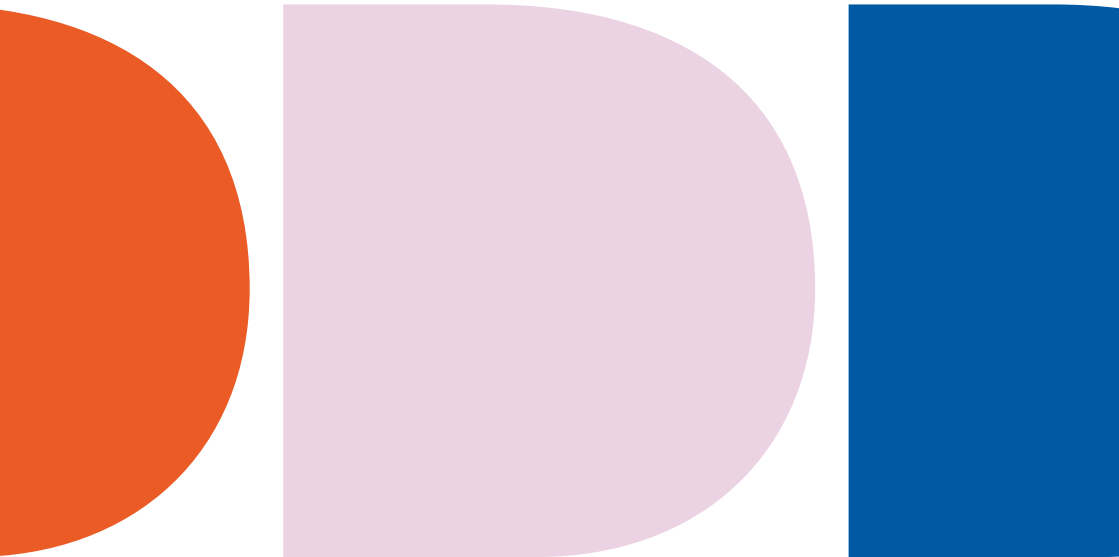
”Nuorille räätälöidyt tietoisuus terveydestä sekä nuorten toteuttamat tai suunnittelemat videoaineistot usein esiin nousevien aiheiden kuten kiusaamiseen puuttumisen, seurustelun, päihteiden ja seksuaalisuuden käsittelyyn, tukevat kouluterveydenhuollon lakisääteisiä tarkastuksia.

Koulun terveyskirjaston aineisto on esitetty niin vastaanotolle sopivina tiivistelminä kuin kattavina asiantuntijakannanottoina vaikeisiin opiskeluhuollon tilanteisiin. Kokonaisuuksien pohjalta herkän aiheen käsittely tuntuu turvalliselta.

Ben Furmanin malli häiritsevään käyttäytymiseen puuttumisesta ja huolen puheeksi ottamisesta nuori arvostavasti kohdaten tukee vaikeidenkin asioiden kohtaamista nuoren ja vanhempien kanssa hyvässä yhteistyössä. Nuoren henkilökohtaisten vahvuuksien käsittely on myös tärkeä lisä kouluterveydenhuollon vastaanottotyöskentelyyn niin nuorelle, hänen vanhemmilleen kuin ammattilaiselle itselleen.”



**Katja Aktan-Collan, Koulun terveyskirjaston päätoimittaja, on toiminut pääkaupunkiseudun kouluissa 2006-2016 koululääkärinä ja omaa pitkän kokemuksen nuorten kanssa työskentelystä myös psykoterapeuttisessa työskentelyssä. Hän on koulutukseltaan LKT, ratkaisukeskeinen psykoterapeutti ja valmentaja ja seuraa kiinnostuneena positiivisen psykologian tutkimuskenttää lääketieteellisen tutkimusalan lisäksi.**



Suomi 100 -juhlavuoden kunniaksi Duodecim on avannut uudistuneen Koulun terveyskirjasto -palvelun suomalais kuntien perusopetuksen, toisen asteen opiskelijoiden ja opiskeluhuollon veloituksettomaan käyttöön kolmeksi lukuvuodeksi.

Palvelun sisällöt soveltuvat parhaiten perusopetuksen 5 – 9 -luokille ja toisen asteen oppilaitoksiin.

Lisätietoa:

[koulunterveyskirjasto@duodecim.fi](mailto:koulunterveyskirjasto@duodecim.fi)

Päätoimittaja Katja Aktan-Collan, Kustannus Oy Duodecim,  
[katja.aktan-collan@duodecim.fi](mailto:katja.aktan-collan@duodecim.fi)



Kustannus Oy Duodecim  
PL 874, Kaivokatu 10 A  
00101 Helsinki  
p. (09) 618 851  
[www.duodecim.fi](http://www.duodecim.fi)