



Kanta-Hämeen hyvinvointialue

Viranhaltijapäätös
Hallinnollinen päätös

Perhekeskuspalveluiden tulosaluejohtaja

31.03.2026

§ 8/2026

Opinnäytetyön tutkimus, Yläkouluikäisten nuorten palautuminen psyykkisestä kuormituksesta

3944/13.01.00/2026

Selostus ja perustelut

Hämeen ammattikorkeakoulun opiskelija Miina Hovinen pyytää opinnäytetyön tutkimuslupaa Kanta-Hämeen hyvinvointialueelta, perhekeskuspalvelujen tulosalueelta.

Opinnäytetyön nimi on Yläkouluikäisten nuorten palautuminen psyykkisestä kuormituksesta - Oppimateriaalia 8.- ja 9.-luokkalaisille.

Opinnäytetyön tavoitteena on tarjota yläkouluikäisille nuorille ymmärrystä koulu-uupumuksesta ja psyykkisestä palautumisesta. Tarkoituksena on tuottaa oppimateriaalia ja toteuttaa oppitunti liikuntapainotteiselle valinnaisryhmälle. Materiaali tukee nuorten hyvinvointia ja tarjoaa keinoja palautumiseen liittyvien tekijöiden tunnistamiseen ja hyödyntämiseen.

Kyseessä on toiminnallinen opinnäytetyö. Toteutus sisältää oppimateriaalin tuottamisen ja oppitunnin pitämisen. Oppitunnin sisältö koostuu luennosta, mindfulness-harjoituksesta, taukojumpasta ja kirjallisesta reflektiosta. Opinnäytetyö ei kerää henkilötietoja eikä edellytä suostumuslomakkeita.

Tutkimuksen aloitus on 1.4.2026 ja valmistuminen 10.5.2026.

Valmis työ (julkinen versio) tulee toimittaa sähköisesti sekä kirjaamoon omahame@omahame.fi että kirjastoon kari.mikkonen@omahame.fi.

Toimivallan peruste

Sosiaalihuollon professiojohtajan delegointipäätös § 2/2025 (26.2.2025)

Päätös

Päätän myöntää opinnäytetyön tutkimusluvan edellä mainituilla ehdoilla.

Lammintausta-Mäkelä Riikka
Perhekeskuspalveluiden tulosaluejohtaja

Viranhaltijapäätös on sähköisesti allekirjoitettu asianhallintajärjestelmässä.



Kanta-Hämeen hyvinvointialue

Viranhaltijapäätös
Hallinnollinen päätös

Perhekeskuspalveluiden tulosaluejohtaja

31.03.2026

§ 8/2026

Lisätiedot Palvelupäällikkö Sari Tuomivaara, sari.tuomivaara@omahame.fi

Otto-oikeusviranomainen

Ei otto-oikeutta, aluehallitus luopunut otto-oikeudesta 11.4.2022 § 61

Jakelu

Hakija, Sari Tuomivaara

Liitteet

Muutoksenhaku

Hyvinvointialuelain (611/2021) mukainen oikaisuvaatimus Oikaisuvaatimusohjeet

Tähän päätökseen tyytymätön voi tehdä kirjallisen oikaisuvaatimuksen.

Päätökseen ei saa hakea muutosta valittamalla tuomioistuimeen.

Oikaisuvaatimusoikeus

Oikaisuvaatimuksen saa tehdä se, johon päätös on kohdistettu tai jonka oikeuteen, velvollisuuteen tai etuun päätös välittömästi vaikuttaa (asianosainen) sekä hyvinvointialueen jäsen. (Laki hyvinvointialueesta 142 §).

Hyvinvointialueiden yhteistoiminnassa järjestettyjä tehtäviä koskevasta päätöksestä oikaisuvaatimuksen saa tehdä myös yhteistoimintaan osallinen hyvinvointialue ja sen jäsen. (Laki hyvinvointialueesta 142 §).

Oikaisuvaatimusaika

Oikaisuvaatimus on tehtävä 14 päivän kuluessa päätöksen tiedoksisaannista.

Oikaisuvaatimusasiakirjojen on oltava perillä Kanta-Hämeen hyvinvointialueen kirjaamossa viimeistään oikaisuvaatimusajan viimeisenä päivänä ennen klo 15.00. Tämä koskee myös sähköisesti lähetettäviä asiakirjoja.

Asianosaisen katsotaan saaneen päätöksestä tiedon, jollei muuta näytetä, seitsemän päivän kuluttua kirjeen lähettämisestä. Käytettäessä tavallista sähköistä tiedoksiantoa asianosaisen



Kanta-Hämeen hyvinvointialue

Viranhaltijapäätös
Hallinnollinen päätös

Perhekeskuspalveluiden tulosaluejohtaja

31.03.2026

§ 8/2026

katsotaan saaneen päätöksestä tiedon, jollei muuta näytetä, kolmantena päivänä viestin lähettämisestä.

Hyvinvointialueen jäsenen katsotaan saaneen päätöksestä tiedon seitsemän päivän kuluttua siitä, kun pöytäkirja on nähtävänä yleisessä tietoverkossa.

Tiedoksisaantipäivää ei lueta oikaisuvaatimusaikaan. Jos oikaisuvaatimusajan viimeinen päivä on pyhäpäivä, itsenäisyyspäivä, vapunpäivä, joului- tai juhannusaatto tai arkilauantai, saa oikaisuvaatimuksen tehdä ensimmäisenä arkipäivänä sen jälkeen.

Oikaisuvaatimusviranomainen

Viranomainen, jolle oikaisuvaatimus tehdään, on Kanta-Hämeen hyvinvointialueen aluehallitus.

Kirjaamon yhteystiedot:

Postiosoite: PL 39, 13101 Hämeenlinna

Käyntiosoite: Viipurintie 1-3, 13200 Hämeenlinna

Puhelinnumero: 040 480 3587

Sähköpostiosoite: omahame@omahame.fi

Oikaisuvaatimus suositellaan toimitettavan turvasähköpostilla.

Oikaisuvaatimuksen voi tuoda Kanta-Hämeen hyvinvointialueen kirjaamoon, joka on avoinna maanantaista perjantaihin 9.00 – 15.00. Kirjaamon käyntiosoite on Viipurintie 1-3, 13200 Hämeenlinna.

Oikaisuvaatimuksen muoto ja sisältö

Oikaisuvaatimus on tehtävä kirjallisesti. Myös sähköinen asiakirja täyttää vaatimuksen kirjallisesta muodosta.

Oikaisuvaatimuksessa on ilmoitettava:

- päätös, johon haetaan oikaisua,
- miten päätöstä halutaan oikaistavaksi
- millä perusteella oikaisua vaaditaan.

Oikaisuvaatimuksessa on lisäksi ilmoitettava tekijän nimi, kotikunta, postiosoite ja puhelinnumero.

Jos oikaisuvaatimuksen tekijä toivoo, että oikaisuvaatimuspäätös annetaan hänelle tiedoksi sähköisenä viestinä, tästä tulee ilmoittaa oikaisuvaatimuksen yhteydessä ja ilmoittaa sähköpostiosoite.

Päätöksen tiedoksianto



Kanta-Hämeen hyvinvointialue

Viranhaltijapäätös
Hallinnollinen päätös

Perhekeskuspalveluiden tulosaluejohtaja

31.03.2026

§ 8/2026

Päätöstä koskevia otteita ja liitteitä voi pyytää Kanta-Hämeen hyvinvointialueen kirjaamosta.

Päätös asetettu nähtäville
Kanta-Hämeen hyvinvointialueen verkkosivuilla osoitteessa
<https://omahame.fi> 31.3.2026 alkaen

Asianosaiselle lähetettäviin oikaisuvaatimusohjeisiin merkitään
lähettämispäivä:

Päätös on annettu asianosaiselle tiedoksi sähköpostilla, joka on
lähetetty 31.3.2026

Tiedoksi antaja: Laila Mäkinen, johdon assistentti