



Y · T · H · S

YLIOPIILAIDEN TERVEYDENHOITOSÄÄTIÖ

# Vuosikatsaus 2020



# Sisältö

## YTHS 2020

Vuosi 2020 lukuina .....	3
Vuosi 2020 aikajanalla .....	4
Poikkeusajan merkintöjä .....	5

## Kohdennetulla palveluvalikoimalla terveyttä

Digiloikka turvasi korkeakouluopiskelijan terveysterveysterveyspalvelut .....	6
Tekoja opiskelijoiden terveyden edistämiseksi .....	8
Opiskeluterveydenhuollon uusi ohjeistus .....	9

## Positiivinen asiakaskokemus

Opiskelijälähtöinen palvelumalli tukee opiskelijan ja opiskeluyhteisön hyvinvointia .....	10
Fysioterapian suoravastaanotot saavat kiitosta .....	12
Joustava-malli parantaa suunterveyden palvelujen saatavuutta .....	13
Vahvat tietoturva- ja tietosuojaratkaisut osa korkealaatuista potilastyötä .....	14
Opiskelijan ääni mukaan palvelujen kehittämiseen .....	15

## Osaavien ja motivoituneiden ammattilaisten yhteisö

Tavoitteena osaava ja hyvinvoiva henkilöstö .....	16
---	----

## YTHS 2021

Korkeakouluopiskelijoiden opiskeluterveydenhuolto uuteen aikakauteen .....	19
--	----



# Vuosi 2020 lukuina

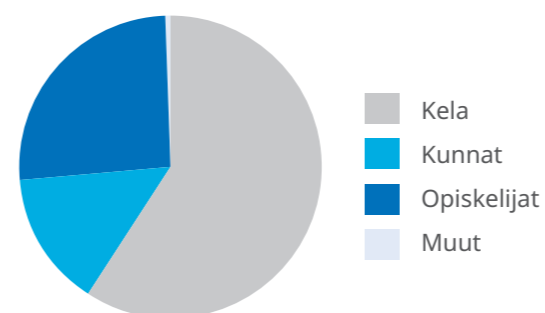
**127 000**  
opiskelijaa YTHS:n palveluiden piirissä

**403 000**  
käyntitapahtumaa

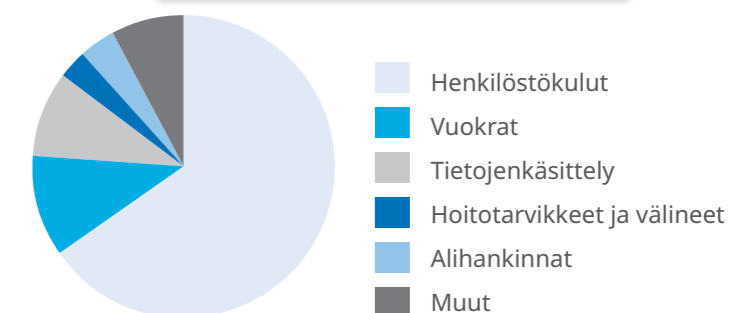
Henkilöstöä  
**568**

Opiskelijakohtainen kustannus  
**282,85 €**

## RAHOITUS 2020 (38,7 meur).



## KULUT 2020 (38,7 meur).



## Laadukasta opiskeluterveydenhuoltoa helposti ja nopeasti

YTHS 2025

### Kohdennetulla palveluvalikoimalla terveyttä

- Opiskelijoiden koettu terveys lisääntyy
- Mielenterveyden häiriöiden haaita opiskelukykyyn vähenee
- Opiskeluyhteisöjen hyvinvointi lisääntyy
- Palvelutarjonta on selkeä opiskelijoille ja työntekijöille

### Positiivinen asiakaskokemus

- Avun saatavuus ja saavutettavuus paranevat
- Asiakastytyväisyys säilyy hyvällä tasolla tai nousee
- Opiskelijaosallisuus palveluiden kehittämisessä lisääntyy

### Osaavien ja motivoituneiden ammattilaisten yhteisö

- Houkutteleva työnantaja
- Työstään motivoituneet ja työkykyiset työntekijät

### Resurssien vastuullinen ja tehokas käyttö

- Palvelut tuotetaan tehokkaasti

Työtä opiskelijoiden terveyden, hyvinvoinnin ja opiskelukykyyn hyväksi

YHDENVERTAISUUS

ROHKEUS

VÄLITTÄMINEN

## Vuosi 2020 aikajanalla

### TAMMIKUU



YTHS:n uudet verkkosivut julkaistiin. Uudistuksen myötä yths.fi -sivusto on saavutettava ja kolmikielinen.

### HELMIKUU

YTHS ja Kela allekirjoittivat järjestäjän ja tuottajan välisen sopimuksen korkeakouluopiskelijoiden opiskelu-terveydenhuollosta ja YTHS:n palveluverkko vuodelle 2021 julkaistiin.



### MAALISKUU

Covid-19 julistettiin maailmanlaajuisesti pandemiaksi 11.3.2020. YTHS:n varautumisryhmien toiminta käynnistyi.



### HUHTIKUU



Joustava-toimintamallin pilotti suunterveyden vastaanotoilla Töölön palvelupisteessä käynnistyi.

### ELOKUU

Mielikuvia ruuasta -webinaari kokosi yli 200 osallistujaa pohtimaan ympäristön ja tottumusten vaikutusta hyvään syömiseen.



### LOKAKUU



Uuden palvelumallin pilotit käynnistyivät ja valtakunnalliset palvelunumerot otettiin käyttöön.



Fysioterapeuttien suoravastaanotot käynnistyivät.

### JOULUKUU

Valtuuskunta vahvistit säätiön uusien sääntöjen mukaiset luottamushenkilövalinnat säätiön toimielimiin kaudelle 2021-2022.



YTHS on valmis palvelemaan kaikkia korkeakouluopiskelijoita uuden lain mukaisessa laajuudessa.



2021

## Poikkeusajan merkintöjä



Viime vuonna otsikoin kirjoitukseni vuosikatsauksessa "Valmiina historialliseen muutokseen!" Viittasin sillä YTHS:n laajentumiseen tähtäävään työhön, johon olimmekin valmistautuneet. Vuosi 2020 toi kuitenkin mukanaan myös toisenlaisen historiallisen muutoksen, joka asetti koko maailman melko valmistautumattomana uuteen tilanteeseen.

Maaliskuussa 2020 maailmanlaajuisesti julistettu pandemia on osoittautunut sekä yhteiskunnalliseksi että yksilön kriisiksi. Vaikka itse covid-19 -virukselta olisi välttynyt, pandemia on koetellut hyvinvointia, toimeentuloa ja mielenterveyttä, ja on muuttanut suhtautumistamme ympäröivään maailmaan. YTHS:n data kertoo näistä vaikutuksista korkeakouluopiskelijoiden keskuudessa. Mielenterveysongelmiin liittyviä hoidontarpeen arvioita tehtiin 26 prosenttia enemmän kuin edellisvuonna. Etävastaanottojen suosio kasvoi ja opiskelijat siirtyivät sankoin joukoin etäasiointiin. Maaliskuusta eteenpäin vastaanotolle tultiin suunterveyttä lukuun ottamatta pääasiassa etäyhteyksin. Valmiutemme etäpalvelujen laajaan tarjontaan ja palvelujen painopisteiden siirtämiseen takasi sen, että opiskelijoiden palvelut säilyivät hyvällä tasolla. Huoli omasta ja asiakkaiden terveydestä on näkynyt myös henkilöstössämme. Varautumisryhmiemme yksi keskeinen tehtävä oli turvata joustavat ja turvalliset työskentelyolosuhteet sekä henkilöstön että asiakkaiden turvaksi ja tässä onnistuimme.

Haastava vuosi tarjosi myös ilon aiheita. Onnistuimme strategiamme toteuttamisessa ja korkeakouluopiskelijoiden terveydenhuollon ja säätiön historian suurimman muutoksen läpiviennissä. Keväällä 2019 hyväksytty laki korkeakouluopiskelijoiden terveydenhuollosta käynnisti meillä ns. YTHS2021-projektin, jossa rakensimme toimintamme, palvelumallin ja palveluverkon vastaamaan yli kaksinkertaisen asiakasmäärän tarpeita. Samalla valmistelimme uutta johtamis- ja hallin-

tomallia, sääntömuutosta ja muita säätiön johtamisen ja toiminnan kannalta olennaisia linjauksia. Tätä kirjoittaessani projekti on päättynyt, ja kaikki sen aikana suunniteltu ja rakennettu on siirtynyt osaksi normaalia toimintaamme. Annan projektin arvosanaksi täyden kympin ja siihen tähtäämme myös jatkuvassa toiminnassa. Keskeistä onnistumisen kannalta oli ja on jokaisen YTHS:läisen kunnianhimoisesti ja sitoutuneesti tekemä työ.

Kun vuosi 2020 käynnistyi, odotimme YTHS:llä poikkeuksellista ja työntäyteistä vuotta ja sellainen siitä tuli. Tämä vuosikatsaus kertoo sekä työstämme historiallisen muutoksen läpiviemiseksi että arjen työstämme poikkeuksellisten olosuhteiden keskellä.

**Katariina Poskiparta**  
toimitusjohtaja

# Digiloikka turvasi korkeakouluopiskelijan terveystalvelut

Vuoden 2020 aikana etäyhteyksin hoidettiin yli **110 000** käyntiä.

Maaliskuussa pandemiaksi levinnyt Covid 19 -virus vaikutti sekä opiskelijoiden palvelujen käyttöön että YTHS:n palvelujen tarjontaan. Mielenterveyspalvelujen kysyntä kasvoi ja muiden palvelujen osalta kynnässä oli normaalia suurempaa ennakoimattomuutta. YTHS:llä poikkeusolojen asettamissa haasteissa etäpalveluja otettiin käyttöön laajasti ja onnistuttiin löytämään uudenlaisia työskentelytapoja, joilla voitiin turvata opiskelijoiden palvelut ja sopeuttaa oma toiminta palvelukysynnän muutoksiin.

Yliopistoissa opiskeli vuonna 2020 noin 127 000 opiskelijaa. Heistä noin 2/3 käytti opintovuoden aikana YTHS:n palveluja. Naiset käyttivät terveystalveluja miehiä enemmän myös opiskelijaväestössä. YTHS:n kaikissa palveluissa naisten osuus vuonna 2020 oli 71 prosenttia ja miesten 29 prosenttia. Ero korostuu yleis- ja mielenterveyden palveluissa, suunterveyden palveluissa miesten osuus nousee 37 prosenttiin.

Vuonna 2020 opiskelijat asioivat YTHS:llä kaikkiaan noin 403 000 kertaa. Koronapandemian vaikutuksesta asiointeja oli edellisvuoteen verrattuna hieman vähemmän, mutta poikkeusolojen vaikutukset näkyivät ennen kaikkea asiointitavassa. Vuonna 2019 käyttöön otetut videovälitteiset etävastaanotot antoivat YTHS:lle tekniset ja toiminnalliset valmiudet siirtyä nopeassa aikataulussa palvelemaan asiakkaita laajasti etävastaanoitoille. Maaliskuusta 2020 lähtien opiskelijoille tarjottiin etävastaanottoa vaihtoehtona aina silloin, kun se opiskelijan tilanteessa oli mahdollista. Etäyhteyksin hoidettiin vuonna 2020 yli 60 prosenttia kaikista vastaanotoista.

## Resursseja mielenterveyspalveluihin, ryhmistä apua matalalla kynnyksellä

Poikkeusolot toivat opiskelijoiden suunnitelmien ja arjen rutiinien tilalle etäopintoja ja epävarmuutta. Monelle arki on ollut normaalia kuormittavampi ja pandemian vaikutukset ovat tuntuneet korkeakoulu-yhteisöissä monella tavalla. Tämä näkyi myös YTHS:llä. Hoitoon hakeutuminen mielenterveysongelmien takia lisääntyi vuonna 2020

### NIIDEN OPISKELIJOIDEN %-OSUUS, JOTKA PÄÄSEVÄT HOIDONTARPEEN ARVIOINNISTA VASTAANOTOLLE ALLE VIIKOSSA JA ALLE KAHDENNA VIIKOSSA.

	7 päivää tai alle		8-14 päivää	
	2020	2019	2020	2019
Yleisterveys	57 %	55 %	14 %	14 %
Mielenterveys	41 %	21 %	11 %	12 %
Suunterveys	34 %	27 %	11 %	9 %



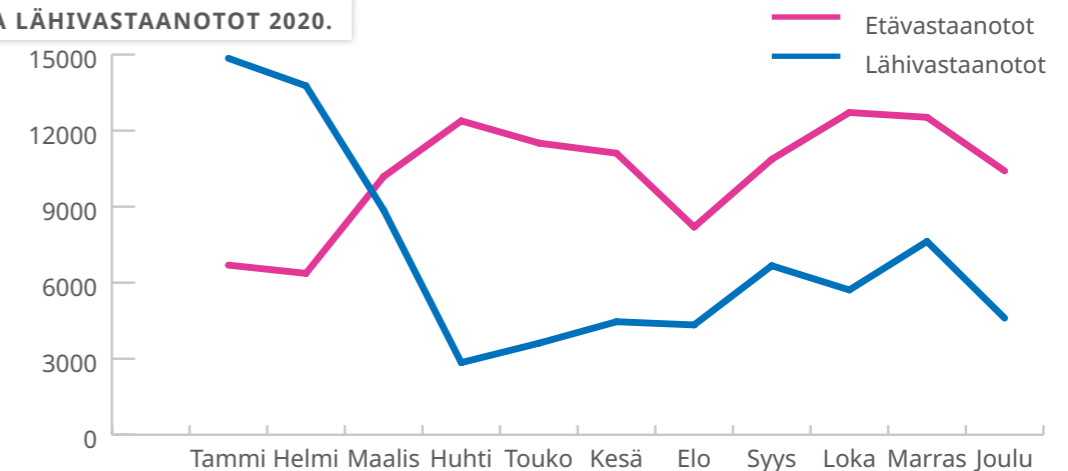
ja mielenterveysongelmiin liittyviä hoidontarpeen arvioiteja tehtiin 26 prosenttia enemmän kuin edellisenä vuonna. Kaikista palvelujen piirissä olleista opiskelijoista 14 prosenttia asioi YTHS:llä mielenterveysyistä. Kasvaneeseen kysyntään pystyttiin YTHS:llä vastaamaan siirtämällä resursseja niistä palveluista, joiden kysyntä koronan myötä laski.

Mielenterveyspalvelujen kysynnän kasvu on jatkunut opiskeluterveydenhuollossa jo pitkään, eivätkä kasvuluvut liity yksinomaan poikkeusolojen mielenterveydelle aiheuttamiin haasteisiin. Lisääntyvään tarpeeseen vastaaminen edellyttää uusia matalan kynnyksen auttamiskeinoja ja itsehoitotaitojen lisäämistä. Vuonna 2020 YTHS määritteli valtakunnallisesti tarjottavat hoidolliset ryhmät ja

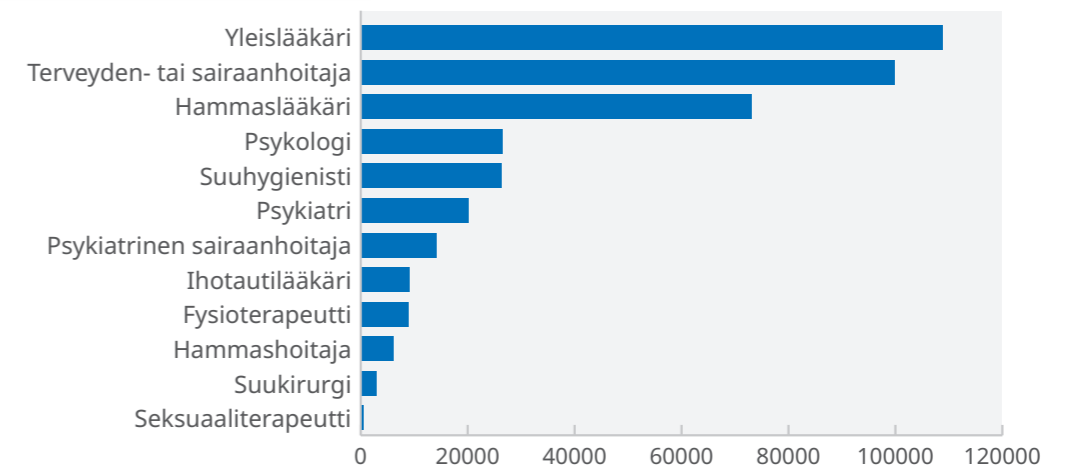
koulutti henkilöstöä ryhmien ohjaamisessa. YTHS:n ryhmätoiminta on käytännönläheistä ja toteutettavissa sekä lähi- että etäpalveluna. Tavoitteena on, että osallistujat saavat niissä tietoa ja tukea sekä työkaluja hyvän mielenterveyden ylläpitämiseksi.

Valtakunnallisina mielenterveyden hoidollisina ryhmänä YTHS toteuttaa jatkossa Jännittäjäryhmiä, StressLess -taitovalmennuksia ja Depressiokouluja. Jännittäjäryhmä on tarkoitettu opiskelijoille, joille jännittäminen aiheuttaa toiminnallista häiriötä. StressLess -ryhmät on suunnattu opiskelijoille, jotka kamppailevat hankalien ajatusten ja tunteiden sekä stressin kanssa. Depressiokoulu puolestaan on tehokas ryhmämuotoinen hoito lievässä tai keskivaikeassa masennuksessa.

### ETÄ- JA LÄHIVASTAANOTOT 2020.



### KÄYNNIT AMMATTIRYHMITTÄIN 2020.



# Tekoja opiskelijoiden terveyden edistämiseksi

YTHS:n terveyden edistämistyö on suunniteltua ja organisoitua toimintaa, jonka tavoitteena on opiskeluyhteisöjen ja opiskelijoiden terveyden, hyvinvoinnin ja opiskelukyvyyn edistäminen. YTHS haluaa lisätä opiskelijoiden tietoa ja ymmärrystä terveyteen vaikuttavista asioista, vaikuttaa myönteisesti toimintaympäristöihin sekä hyvinvoinnin ja opiskelukyvyyn taustatekijöihin.

Terveyden edistämisen näkökulmasta opiskeluterveydenhuoltoon sisältyy tärkeä mahdollisuuksien ikkuna. Jos opiskeluaikana onnistutaan vaikuttamaan terveelliset elämäntavat sekä antamaan stressinhallinnan ja muun hyvän mielen terveyden ylläpitämisen työkaluja, voivat hyvät terveystottumukset periytyä ja olla jopa ylisukupolvisia.

## Ravitsemusneuvonnan digitaalinen tulevaisuus

YTHS:n terveyden edistämisen valtakunnallinen teema vuosina 2019-2020 oli ravitsemus. Kahden

vuoden aikana tehtiin monia pieniä ja suuria tekoja, joiden tavoitteena oli mm. tuottaa tietoa ravitsemuksen vaikutuksista hyvinvointiin ja opiskelukykyyn, tarjota opiskelijalle välineitä omien ruokailutottumusten tarkasteluun ja muuttamiseen ja parantaa opiskelijaruokailun edellytyksiä.

Ravitsemusneuvontaan on YTHS:llä suunniteltu uusi digitaalinen palvelukokonaisuus, joka tarjoaa opiskelijalle tukea erilaisissa ravitsemukseen liittyvissä haasteissa. Uusi palvelu on jatkoa vuonna 2017 käyttöön otetuille ravitsemuksen vertaistukiryhmille, joita on toteutettu neljän vuoden aikana jo yli 20. Opiskelijoiden näkökulmasta suunniteltu uusi palvelukokonaisuus siirtää ravitsemusneuvonnan painopistettä sairaahoidosta terveydenedistämiseen ja hyödyntää opiskelijoille mielekkäitä kanavia. YTHS Ravitsemus -palvelu lanseerataan keväällä 2021 ja se tulee olemaan kaikkien opiskelijoiden käytettävissä koko opintojen ajan.

## Opiskeluterveydenhuollon uusi ohjeistus

YTHS:n palvelut linjataan laissa korkeakouluopiskelijoiden terveydenhuollosta sekä sosiaali- ja terveysministeriön julkaisemassa Opiskeluterveydenhuollon oppaassa.

Ensimmäinen valtakunnallinen ohjeistus opiskeluterveydenhuollolle julkaistiin vuonna 2006. YTHS:n toimintaa ohjaavan lainsäädännön sekä toimintaympäristön muutokset edellyttivät uutta ohjeistusta, joka julkaistiin keväällä 2020. Oppaan sisällössä on otettu huomioon ammattikorkeakouluopiskelijoiden siirtyminen YTHS:n palvelujen piiriin ja terveydenhuoltolain 17 §:n muutos.

Oppaassa kuvataan opiskeluterveydenhuollon lakisääteiset tehtävät, annetaan ohjeita niiden käytännön toimeenpanosta sekä suosituksia toimintakäytännöiksi. Opas tarkentaa erityisesti terveyden- ja sairaanhoitopalvelujen sisältöä, opiskeluterveydenhuoltoon oikeutettujen opiskelijoiden määrittelyä, toiminnan tilastointia, altistelähtöisiä terveystarkastuksia, käytäntöjä erityisen tuen tarpeen ilmetessä sekä kansainvälisten opiskelijoiden palveluja.

Vuoden 2020 opas laadittiin sosiaali- ja terveysministeriön johdolla yhteistyössä Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiön, Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen ja Kansaneläkelaitoksen kanssa. Opas päivitettiin sosiaali- ja terveysministeriön virkatyönä alkuvuodesta 2021.



Opiskeluterveydenhuollon opas linjaa opiskeluterveydenhuoltoa toiselta asteelta korkeasteelle.

[Tutustu oppaaseen](#)

## PAREMMAN RAVITSEMUKSEN PUOLESTA 2019-2020

2019

"Kaikki tietää vai tietääkö?" -seminaari sidosryhmille ja opiskelijoiden YTHS-päivä kampuksilla: faktaa ja fiktiota hyvästä ravitsemuksesta.

Kuusi opiskelijoiden ohjattua vertaistuellista ravitsemusryhmää MealLogger-sovelluksessa.

"Yhteistyöllä parempaa opiskelukykyä terveellisessä ja turvallisessa opiskeluympäristössä" -seminaari sidosryhmille.

Psykologin koulutuskiertue terveydenhoitajille: Puhutaan ravitsemuksesta.

Ravitsemusterapeutin koulutukset YTHS:n ammattilaisille vegaaniruokavaliosta ja ärtyneen paksusuolen ruokavalioidosta.

"Kelaa mitä syöt" -kampanja opiskelijaravintoloissa yhteistyössä Kelan kanssa.

Seitsemän opiskelijoiden ohjattua vertaistuellista ravitsemusryhmää MealLogger-sovelluksessa.

Opiskelijoiden YTHS-päivä verkossa: virtuaalista lounas-seuraa.

"Mielikuvia ruuasta" -webinaari sidosryhmille: ympäristön ja tottumusten vaikutus hyvään syömiseen.

Neljä vertaistuellista "Rytmiä kotoiluun" -ryhmää helpottamaan opiskelijoiden korona-arkea.

Valtion ravitsemusneuvottelukunnan ja Kelan korkeakouluopiskelijoiden ruokailusuositukset YTHS:n asiantuntijoiden kommentoitavana.

Ravitsemusaiheisia hankkeita kampuksilla. Opiskeluyhteistyön hankkeena ja yhteistyössä opiskelijoiden kanssa "Energinen ja hyvinvoiva arki" -reseptejä opiskelijoilta opiskelijoille -ruokaohjevihkonen.

# Opiskelijälähtöinen palvelumalli tukee opiskelijan ja koko opiskeluyhteisön hyvinvointia

Strategian mukaisesti YTHS:llä rakennettiin vuonna 2020 uutta palvelumallia vastaamaan palvelujen yhdenvertaisen tuottamisen ja saavutettavuuden haasteisiin asiakasmäärän kasvaessa. Palvelumallin pilotointi käynnistyi syksyllä 2020, ja se otettiin valtakunnallisesti käyttöön vuoden 2021 alussa.

YTHS:n uusi palvelumalli rakentuu kahdelle kivijalalle: vastuutiimeille, jotka tuottavat opiskelijan ja oppilaitoksen lähi- ja etäpalvelut paikkakunnilla sekä digitaalisille asiointi- ja etäpalveluille, jossa palvelut tuotetaan valtakunnallisesti ja keskitetysti.

## Valtakunnallinen hoidontarpeen arviointi ja palveluohjaus

Opiskelijan ensimmäinen kontakti YTHS:lle on hoidontarpeen arviointi ja palveluohjaus. Uudessa palvelumallissa hoidontarpeen arviointi ja palveluohjaus tapahtuu aiempien paikallisten palvelujen sijaan valtakunnallisesti kahdessa palvelulinjassa; suunterveyden palvelut sekä yleis- ja mielenterveyden palvelut. Tämä yhdenvertaistaa hoitoon pääsyä ja palveluprosessia. Ensimmäisessä kontaktissa opiskelija saa neuvontaa ja ohjeita itsehoitoon ja tarpeen vaatiessa ohjauksen joko digiklinikalle tai oman vastuutiimin palveluihin.

## Opiskelijan lähin palvelupiste on kännykässä

YTHS:n digitaaliset asiointi- ja etäpalvelut on keskitetty opiskelijan Self-verkkopalveluun. Palvelut ovat opiskelijan saavutettavissa paikasta riippumatta. Uudessa palvelumallissa digitaaliset asiointi- ja etäpalvelut muodostavat laajan palvelukokonaisuuden, johon sisältyvät muun muassa digiklinikalla toimivat digilääkäripalvelut, seksuaaliterveyden etäpalvelut, etäneuvontapalvelut matkailuterveyteen ja suunterveyteen liittyen, ihotautilääkäreiden konsultaatiopalvelut sekä etäryhmätoiminta.

Self-verkkopalvelussa pitävät vastaanottoa Digiklinikalla työskentelevät digilääkärit, jotka toimivat hoidontarpeen arvioinnin ja vastuutiimien tukena. He hoitavat myös reseptien uusintaa ja akuutteja etävastaanottoja silloin, kun opiskelijan



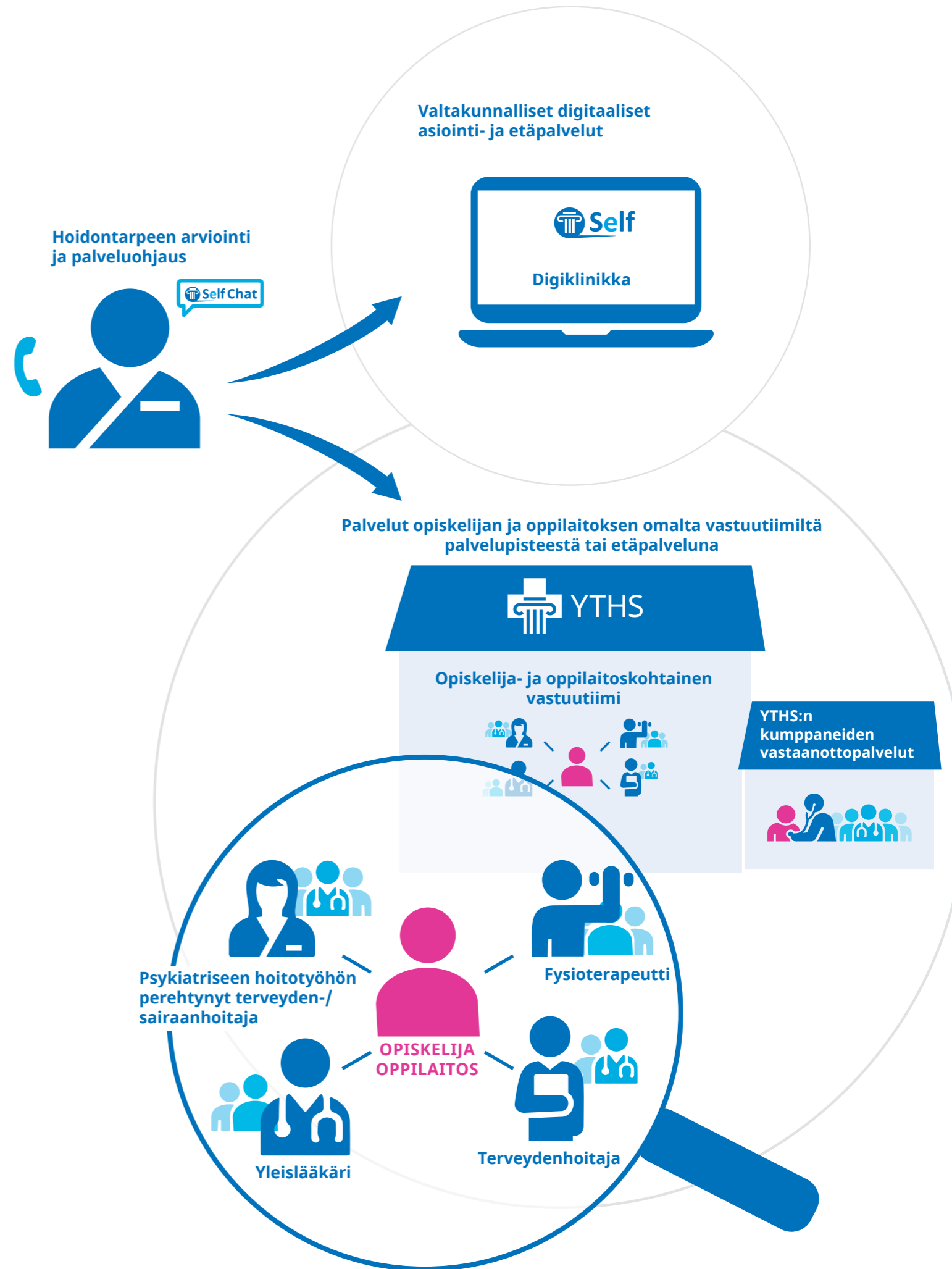
asia on etävastaanotolla nopeasti ratkaistavissa. Digilääkärit mahdollistavat opiskelijalle nopean yhteyden lääkäriin ja avun saamisen saman päivän aikana.

## Moniammatilliset vastuutiimit tuntevat asiakkaansa

Jokaisella opiskelijalla ja korkeakoululla tai korkeakoulun osalla on YTHS:n palvelumallissa oma vastuutiiminsä. Tiimi huolehtii kaikista yksittäisen opiskelijan ja koko opiskeluyhteisön paikallisista palveluista ja vastaa terveyden- ja sairaanhoidon palvelujen lisäksi mm. opiskeluympäristön tarkastuksista ja ennaltaehkäisevästä terveydenedistämistyöstä.

Tiimien toimintaa ohjaavat säätiötasoiset toiminnan reunaehdot ja tavoitteet sekä yhteinen vastuu tuloksista. Muilta osin tiimit toimivat itsenäisesti ja mukauttavat toimintaansa tiimin vallitsevan tilanteen ja opiskelijoiden tarpeiden mukaisesti.

Vastuutiimiin kuuluu yleislääkäri, terveydenhoitaja, mielenterveystyötä tekevä sairaanhoitaja tai terveydenhoitaja sekä fysioterapeutti. Lisäksi tiimit tekevät aktiivisesti verkostoyhteistyötä terveydenhuollon muiden toimijoiden ja opiskelijayhteisöjen kanssa. Syksyn pilottijakson jälkeen YTHS:llä aloitti vuoden 2021 alussa toimintansa kaikkiaan 27 vastuutiimiä.

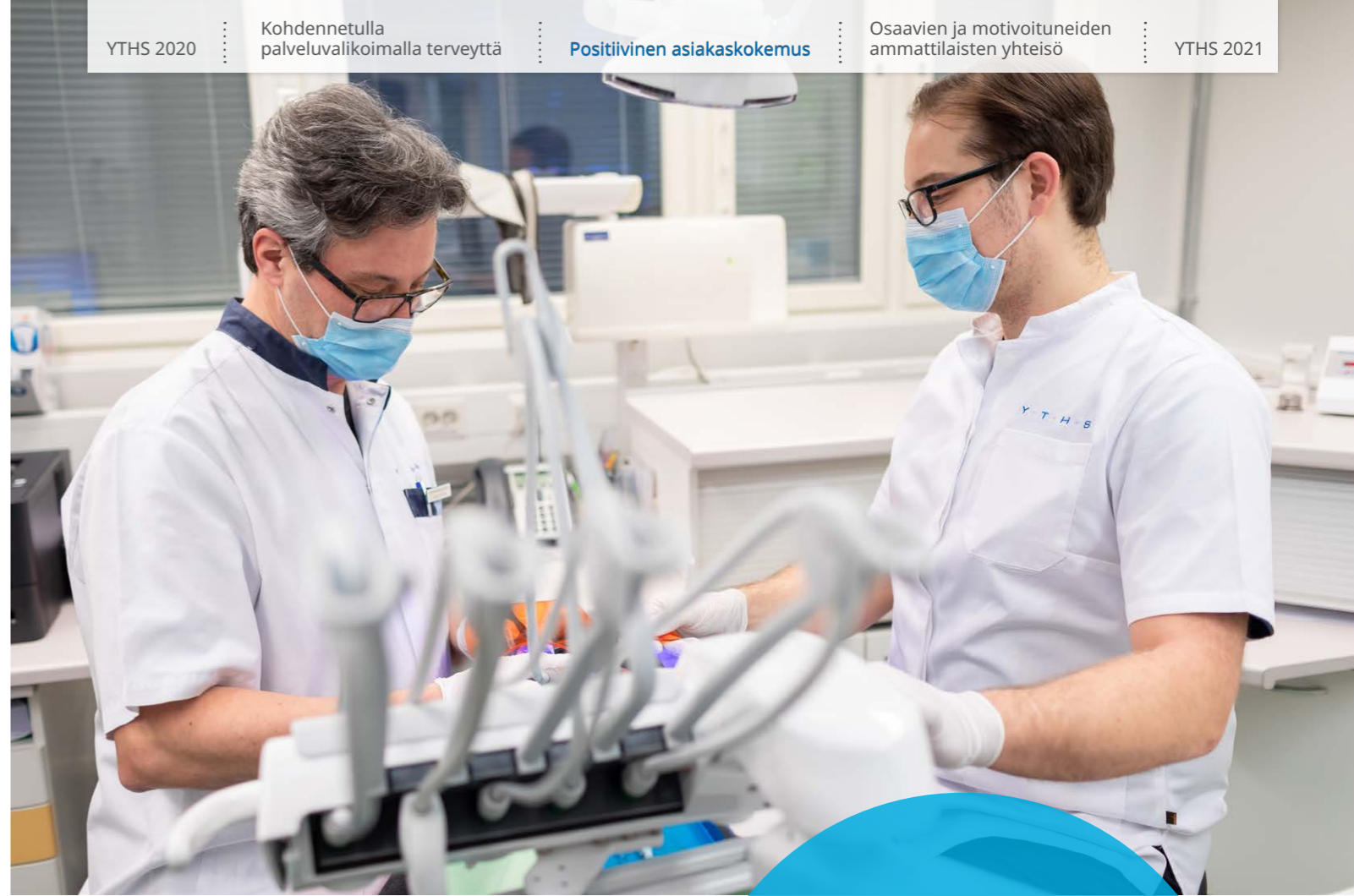


## Fysioterapian suoravastaanotot saavat kiitosta

Tuki- ja liikuntaelinoireet ovat korkeakouluopiskelijoilla yleisiä ja liittyvät usein kuormitustekijöihin kun virheellinen, liiallinen tai liian vähäinen ja yksipuolinen kuormitus aiheuttaa vaivoja tuki- ja liikuntaelimiin. Vuonna 2020 YTHS:n fysioterapeuttien vastaanotoilla käytiin noin 9000 kertaa. Kevään ja loppuvuoden 2020 aikana käynnit toteutettiin mahdollisuuksien mukaan etäyhteyksillä.

YTHS otti vuonna 2020 käyttöön fysioterapian suoravastaanotot ja siihen liittyvät valtakunnallisesti yhtenäiset toimintatavat. Käytännössä suoravastaanottomalli tarkoittaa sitä, että tuki- ja liikuntaelinoireinen asiakas ohjautuu fysioterapeutin vastaanotolle käymättä ensin lääkärissä. Näin hoitoon pääsy ja kuntoutuminen nopeutuu.

Kaikki YTHS:n eri puolilla maata työskentelevät noin 30 fysioterapeuttia tekevät sekä lähi- että etävastaanotoilla suoravastaanottoja, joille ohjautuu jo yli 80 prosenttia tuki- ja liikuntaelinoireisiin apua tarvitsevista. Uusi toimintamalli on saanut kiitosta opiskelijoilta, lisännyt fysioterapeuttien ja lääkäreiden yhteistyötä ja tuonut hoitoon lisää laatua. Suoravastaanottomallin rinnalla YTHS tarjoaa fysioterapiapalveluja entiseen tapaan lääkäreiden läheteillä.



## Joustava-malli parantaa suunterveyden palvelujen saatavuutta

Suomalaisten kaksi yleistä kansansairautta, karies ja iensairaudet, ovat yleisiä myös opiskelijaväestössä. YTHS:n suunterveyden palvelut ovat palveluista käytetyimpiä; vuonna 2020 suunterveyden ammattilaisten vastaanotoille tehtiin noin 100 000 käyntiä.

Helsingissä YTHS:n Töölön palvelupisteessä pilotitiin vuonna 2020 vastaanottotoiminnan ohessa uudenlaista Joustava-toimintamallia. Pilotissa suunterveyden tarkastuksiin tulevat opiskelijat ovat voineet halutessaan valita Joustava-mallin, jossa tavoitteena on samalla vastaanottokäynnillä tarkastuksen lisäksi tehdä tarpeen mukaan myös hoitotoimenpiteitä. Joustava-mallissa tarkan vastaanottoajan sijaan opiskelijalle varataan tunnin aikaikkuna. Vastaanoton kestoa ei ennakoon tiedetä, sillä hoitoon käytettävä aika vaihtelee tarvittavien hoitotoimenpiteiden mukaisesti. Esimerkiksi hammaslääkäri voi paikata hampaan todettuaan tarkastuksessa paikattavaa ja suuhygienisti voi puhdistaa hampaat jo tarkastuskäynnillä. Kun hoito aloitetaan heti, se vähentää jatkossa tarvittavia hoitokertoja.

YTHS kehittää uusia toimintamalleja palvelujen tehokkaaseen tuottamiseen.

Pilotin alussa Joustava-mallissa hoidettiin kuukausittain noin 250 opiskelijan suunterveyttä. Koronan vaikutuksesta määrä laski vuoden jälkimmäisellä puoliskolla noin 150 opiskelijaan / kuukausi. Aloitetuista hoitajaksoista kerralla kuntoon tuli noin 50 prosenttia. Kokemukset pilotista olivat poikkeusvuodesta huolimatta positiivisia ja Joustava-mallin pilotointia ja arviointia Töölön palvelupisteessä jatketaan.

## Vahvat tietoturva- ja tietosuoja- ratkaisut osa korkealaatuista potilastyötä



Terveydenhuollon asiakkaiden tietoturva- ja tietosuojaratkaisut nousivat syksyllä 2020 valtakunnalliseksi puheenaiheeksi. Julkisuuteen nousut mielenterveyspalveluja tarjonneeseen yritykseen kohdistunut tietomurto ja potilastietojen joutuminen väärin käsiin aiheutti huolta ja kysymyksiä myös YTHS:n asiakkaiden keskuudessa.

YTHS on sitoutunut suojaamaan palvelujen piirissä olevien opiskelijoiden yksityisyyttä. Asiakkaiden luottamus, potilastietojen suojaaminen ja tietoturvalliset ratkaisut kaikessa toiminnassa ovat ensiarvoisen tärkeitä. YTHS:n käyttämä potilastietojärjestelmä on sertifioitu ja tietoturva-auditoitu. Sertifiointiprosessin kautta todennetaan tietojärjestelmään kohdistuvien olennaisten vaatimusten täyttäminen.

Asiakas- ja potilastiedot ovat YTHS:llä suojattu viranomaisen edellyttämällä tavalla ja potilastietojärjestelmän tietoturva noudattaa kaikilta osin voimassa olevia lakeja ja asetuksia. YTHS:n käyttämät potilastietojärjestelmät ovat A-luokan järjestelmiä. Osana sertifiointia on suoritettu myös yhteistestaus Kelan Kanta-palvelujen ja tietoturva-auditointi Viestintäviraston hyväksymän arviointilaitoksen kanssa. Valvira valvoo YTHS:n asiakas- ja potilastietojen käsittelyyn tarkoitettujen tietojärjestelmien olennaisten vaatimusten toteutumista.

### Tietosuojakävelyt osana laadunvalvontaa

YTHS:llä tietojärjestelmiin liittyvät riskit on tunnistettu ja niitä seurataan systemaattisesti. Tietoturvaan kiinnitetään erityistä huomiota ja se varmistetaan monien teknisten ratkaisujen kuten palomuurien, vahvan tunnistautumisen, käyttöoikeuksien rajaamisen, salattujen yhteyksien ja auditointien ja jatkuvien tietoturvapäivitysten avulla. Myös henkilöstön jatkuva koulutus tietoturvaan ja -suojaan liittyvissä asioissa sekä sisäiset tietoturvatarkastukset ovat tärkeässä roolissa.

Vuonna 2020 YTHS:llä otettiin käyttöön tietosuojakävelyt osana omavalvontaa ja ne vakioitiin osaksi jatkuvaa laadunvalvontaa. Tietoturvakävelyt ovat esihenkilöiden toteuttamia, arjen työn lomassa tapahtuvia tarkastuksia, joissa varmistetaan mm. tietokoneen ja toimikortin asianmukainen käyttö, tietosuojattujen dokumenttien käsittely ja arkistoturvallisuus sekä henkilöstön tietosuojasaaminen.

## Opiskelijan ääni mukaan palvelujen kehittämiseen

Opiskelijaosallisuuden lisääminen palvelujen kehittämisessä on yksi YTHS:n strategisista tavoitteista. Tähän saakka opiskelijat ovat antaneet panoksensa YTHS:n toiminnan kehittämiseen päätöksenteossa ja asiakaspalautteiden muodossa. Osallistamisen vahvistamiseksi vuonna 2020 valmisteltiin opiskelijaraadin toiminnan käynnistämistä.

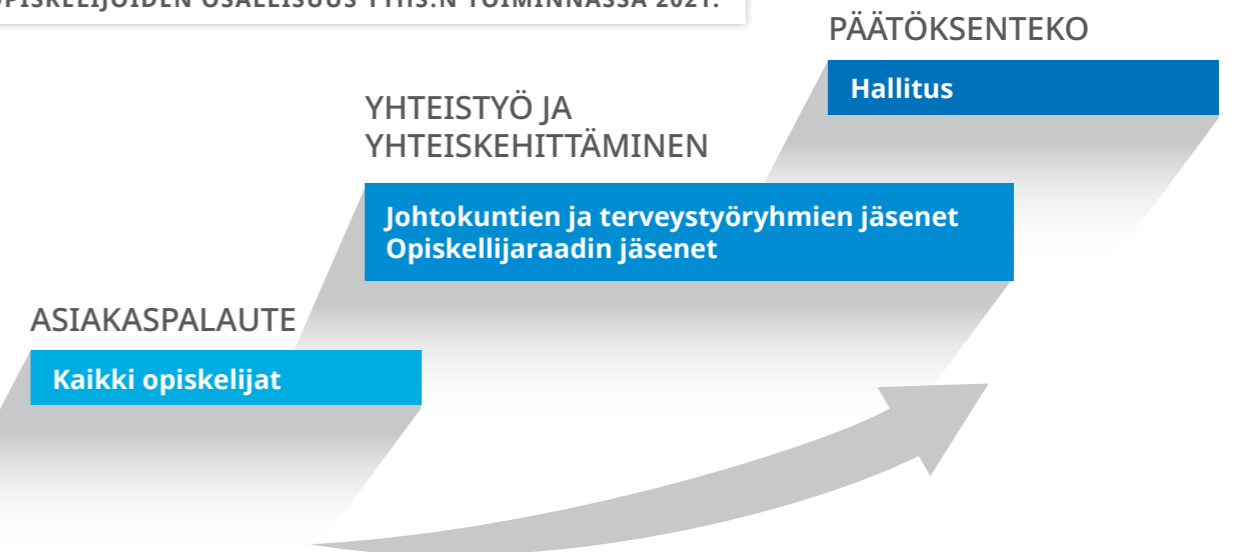
Opiskelijaraadin toiminnan tavoitteena on hyödyntää sekä palvelun tuottajan että käyttäjän eli YTHS:n asiantuntijoiden ja opiskelijoiden tietoa ja kokemuksia, ja tuottaa yhdessä uusia ratkaisuja ja toimintatapoja. YTHS tuo raadin käsittelyyn kulloinkin ajankohtaisia asioita ja lisäksi raati voi nostaa asioita käsittelyyn myös omasta aloitteestaan.

YTHS kutsui koolle valtakunnallisesti kattavan, yliopistojen ja ammattikorkeakoulujen opiskelijoista

koostuvan raadin loppuvuodesta 2020. Mukaan ilmoittautui yli 80 YTHS:n palvelujen ja toiminnan kehittämistä kiinnostunutta opiskelijaa.

Vuonna 2021 opiskelijaraati kokoontuu yhteisiin kokouksiin kolme kertaa. Yhteiskokouksissa käsitellään raadin toimintaa ja teemoja. Lisäksi raadin sisällä on järjestäytytty neljään pienryhmään, jotka kokoontuvat vuoden aikana keskimäärin kaksi kertaa. Pienryhmät ovat opiskeluyhteistyö, asiakaspalvelu ja asiointi, hoito-ohjeet ja lomakkeet sekä viestintä. Pienryhmien työskentelyssä katoteemana on Self-verkkopalvelun toiminnan ja sisältöjen kehittäminen niin, että se palvelee opiskelijoita entistä sujuvammin. Self-teeman lisäksi pienryhmissä käsitellään mm. YTHS:n tuottamaa opiskeluterveysneuvottelujen opasta, sähköistä terveyskyselyä sekä opintonsa aloittavien orientaatiomateriaalia.

### OPISKELIJOIDEN OSALLISUUS YTHS:N TOIMINNASSA 2021.





# Tavoitteena osaava ja hyvinvoiva henkilöstö

YTHS:llä henkilöstön työhyvinvointi nähdään monimuotoisena kokonaisuutena, johon vaikuttavat mm. työ ja sen mielekkyys, osaaminen ja oppiminen, motivoiva johtaminen, työyhteisö ja osallisuus sekä terveys ja turvallisuus. Kaikkia työhyvinvoinnin osa-alueita kehitetään YTHS:llä suunnitelmallisesti.

## Investointeja osaamisen kehittämiseen

Terveydenhuollossa henkilöstö on avainroolissa laadukkaan palvelun toteuttamisessa ja henkilöstön osaamiseen investoidaan. YTHS:llä säätiötasoinen koulutus suunnitelma vastaa toiminnan tarpeita ja tarjoaa työntekijöille hyvin kattavasti ammatillista koulutusta. Työntekijän henkilökohtainen koulutus suunnitelma perustuu kehityskeskusteluissa esihenkilön ja työntekijän kartoittamaan tarpeeseen. Vuonna 2020 koulutuspäivien lukumäärä vaihteli ammattiryhmittäin mm. kirjaamiskäytännöistä johtuen; esimerkiksi hammaslääkäreillä koulutuspäiviä oli 5,22, psykologeilla 4,35 ja lääkäreillä 4,23.

Esihenkilöitä YTHS:llä työskenteli vuonna 2020 noin 70 ja heitä valmennettiin säännöllisesti esihenkilötyöhön liittyvistä teemoista ja muutoksen johtamisesta. Lisäksi esihenkilöpäivillä paneuduttiin itseohjautuvan tiimin ja työyhteisön toimintamalliin ja itseohjautuvuuden tukemiseen.

Henkilöstöhallinnon johdolla vuonna 2020 kehitettiin voimakkaasti myös henkilöstöhallinnon järjestelmiä. Käyttöön otettiin digitaalinen alusta mm. perehdytyksen ja koulutuksen tarpeisiin ja henkilöstö- ja koulutustietojen metadata-järjestelmän käyttöönottoa valmisteltiin.

## Työterveyshuollon suunta ennaltaehkäisevä

Osaamisen ohella henkilöstön työkyvyn ja työhyvinvoinnin tukeminen ovat henkilöstöjohtamisen

keskeisiä painopistealueita. YTHS:n henkilöstön työterveyshuollon suunta on vahvasti ennaltaehkäisevä ja työkykyä tukevaan toimintaan.

Vuonna 2020 henkilöstön työkyvyn tukemiseen ja sairauspoissaoloihin kiinnitettiin erityistä huomiota varhaisen välittämisen ja työkyvyn hallinnan toimintamallin avulla. Lisäksi henkilöstölle lähetettiin vastattavaksi sähköinen terveystarkastus, jonka perusteella työterveyshuolto kutsui työntekijän tarvittaessa työterveyshoitajan vastaanotolle. Terveystarkastuksen tuloksia hyödynnettiin myös työterveyshuollon kanssa tehtävässä yhteistyössä ja kehittämistoimenpiteiden suunnittelussa.

## Turvallisesti töissä

Vuosi 2020 oli työsuojelelun näkökulmasta poikkeuksellinen, kun koronapandemia toi työpaikoille epävarmuuden ja vaikutti merkittävästi henkilöstön hyvinvointiin. Huoli omasta ja asiakkaiden terveydestä oli pinnalla koko toimintavuoden ajan ja näkyi kaikissa ammattiryhmissä. Terveydenhuollon ammattihenkilöstön koronatestejä tehtiin työterveyshuollossa matalalla kynnyksellä ja huoltilanteisiin tarjottiin tukea mm. työterveyshuollon valmennusmateriaaleilla ja koulutetun mielialavalmentajan chat-palvelulla.

YTHS:llä työskentelyolosuhteiden turvallisuudesta lähivastastoilla huolehdittiin tarkasti ja varoitukset sekä henkilöstölle ja asiakkaille annetut korona-ajan asiointiohjeet toimivat hyvin. Joustavat työjärjestelyt ja etätönn mahdollisuus otettiin YTHS:llä entistä laajempaan käyttöön. Etätönn määrä kasvoi säätiössä merkittävästi, kun palvelutoiminnan digiloikka toi etätönn mahdollisuuden monille terveydenhuollon ammattilaisille.



125 terveyden- ja sairaanhoitajaa



98 hammas- hoitajaa ja suuhygienistiä



85 muuta hoito- /avustavaa henkilöstöä



85 lääkäriä



70 hammas- lääkäriä



56 psykologia



49 hallinnon työntekijää

## TYÖNTEKIJÄÄ

568

vuonna 2020



## HENKILÖSTÖ LUKUINA 2020\*

46,8 vuotta henkilöstön keski-ikä

84,2 % työsuhteista on vakinaisia

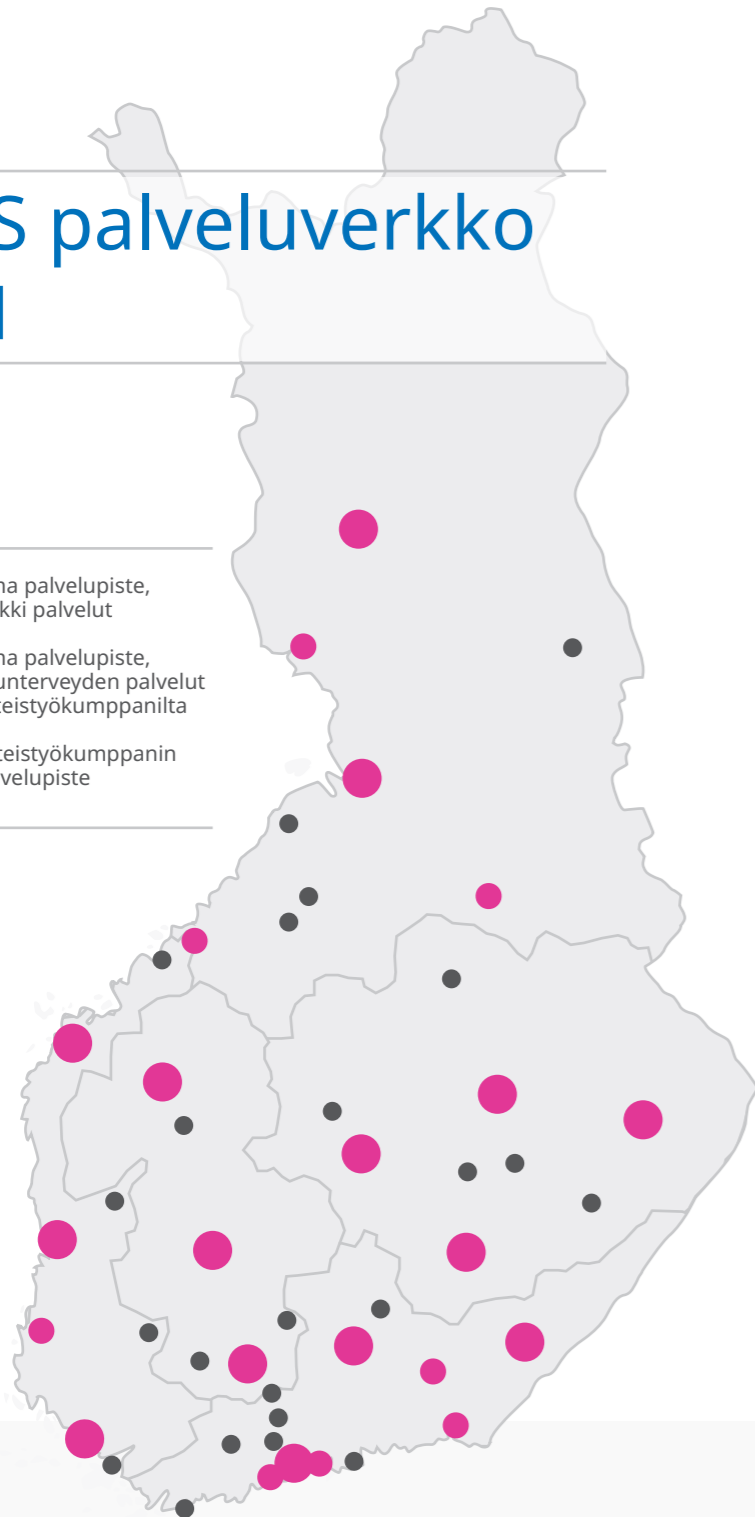
9,7 vuotta työsuhteen keskimääräinen pituus

64,4 -vuotiaana eläkkeelle

\*luvut 31.12.2020

# YTHS palveluverkko 2021

- Oma palvelupiste, kaikki palvelut
- Oma palvelupiste, suunterveyden palvelut yhteistyökumppanilta
- Yhteistyökumppanin palvelupiste



## YTHS pohjoinen

Rovaniemi  
Oulu  
Kemi-Tornio  
Kajaani  
Kokkola  
Kuusamo  
Raahen  
Oulainen  
Ylivieska

## YTHS keskinen

Seinäjoki  
Tampere  
Hämeenlinna  
Alavus  
Lammi  
Forssa  
Riihimäki

## YTHS läntinen

Vaasa  
Pori  
Turku  
Rauma  
Kankaanpää  
Huittinen  
Salo  
Pietarsaari

## YTHS itäinen

Jyväskylä  
Kuopio  
Joensuu  
Mikkeli  
Savonlinna  
Saarijärvi  
Varkaus  
Pieksämäki  
Iisalmi

## YTHS eteläinen

Helsinki, Töölö  
Helsinki, Malmi  
Lahti  
Lappeenranta  
Espoo  
Kotka  
Kouvola  
Tammisaari  
Lohja  
Nurmijärvi  
Hyvinkää  
Porvoo  
Heinola

# Korkeakouluopiskelijoiden opiskeluterveydenhuolto uuteen aikakauteen

Laki korkeakouluopiskelijoiden terveydenhuollosta hyväksyttiin eduskunnassa maaliskuussa 2019 ja tasavallan presidentti vahvisti sen toukokuussa 2019. Lain mukaan Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiö tuottaa jatkossa terveyspalvelut kaikille korkeakouluopiskelijoille ja palvelujen järjestämisestä vastaa Kansaneläkelaitos.

Korkeakouluopiskelijoiden terveydenhuollon kentässä merkittävästä lakimuutoksesta käynnistyi YTHS:n palvelujen ja toiminnan laajentamiseen tähtäävä projekti, YTHS2021-projekti. Projekti käynnistyi keväällä 2019 toteutuksen kokonaissuunnittelulla. Vuonna 2020 projekti jatkui konkreettisen rakentamisen ja täytäntöönpanon merkeissä. YTHS:n siirtyminen laajentuneeseen toimintaa tapahtui lopulta yhdessä yössä kun YTHS avasi ovensa kaikille korkeakouluopiskelijoille 4.1.2021.

## Saavutettavat palvelut 45 paikkakunnalla ja verkossa

Kelan ja YTHS:n välinen korkeakouluopiskelijoiden opiskeluterveydenhuollon järjestäjä-tuottajasopimus allekirjoitettiin helmikuussa 2020. Samalla Kela hyväksyi esityksen YTHS:n palveluverkosta. YTHS:n palveluverkko perustuu palvelujen saavutettavuuteen ja riittävään asiakaspohjaan. Näin varmistetaan, että lähipalvelut ovat opiskelija saavutettavissa määrättyin kriteerein ja määritel-

län raja-arvo sille, milloin palvelun tuottaminen YTHS:n omana palveluna on tarkoituksenmukaista.

Saavutettavuuskriteereissä määritellään palvelupisteeseen saapumiseen käytettävän matkustusaajan ja kustannusten raja-arvot korkeakoululta palvelupisteeseen, kun matka tehdään julkisilla liikennevälineillä. Riittävässä asiakaspohjan laskennassa otetaan huomioon kaikki palveluihin oikeutetut opiskelijat, jotka voivat asioida palvelupisteessä niin, että saavutettavuuskriteerit täyttyvät. YTHS:n omana toimintana tuotettavan palvelupisteen asiakaspohja on 2000 opiskelijaa. Suunterveyden osalta YTHS tuottaa palvelun omissa palvelupisteissä, mikäli paikkakunnalla on vähintään 4000 opiskelijaa. Kun opiskelijamäärä jää näiden alle, palvelut tuotetaan yhteistyökumppaneiden kanssa.

YTHS:n uuden palveluverkon konkreettinen rakentaminen edellytti merkittävää määrää uusien toimitilojen vuokraamista ja remontointia sekä opiskeluterveydenhuollon palvelujen alihankintakilpailutuksia. Palveluverkko valmistui loppuvuodesta 2020 ja se otettiin käyttöön vuoden 2021 alussa viidellä tulosvastuullisella palvelualueella: YTHS eteläinen, YTHS läntinen, YTHS pohjoinen, YTHS itäinen ja YTHS keskinen. Opiskelijoiden lähipalveluja tuotetaan 45 paikkakunnalla. Fyysi-

2019

## MAALISKUU

Eduskunta hyväksyi lain korkeakouluopiskelijoiden terveydenhuollosta 1.3.2019.

## TOUKOKUU

Tasavallan presidentti vahvisti lain 17.5.2019. Laajentumisen projektitiimi aloitti työnsä.

## SYYSKUU

YTHS:n laajentumisen projektisuunnitelma hyväksyttiin Kelassa.

## LOKAKUU

Laajentumisen etenemisestä kertovat YTHS2021-sivut avattiin yths.fi-sivustolla.

## MARRASKUU

Kela hyväksyi palveluverkon kriteerien lähtökohdat ja valmistelua alettiin edistää niiden pohjalta.

2020

## TAMMIKUU

Rekrytointisivusto avattiin osoitteessa laajentuminen.yths.fi

## HELMIKUU

Kela ja YTHS allekirjoittivat 12.2. järjestäjän ja tuottajan välisen sopimuksen, jonka yhteydessä vahvistettiin YTHS:n palveluverkko vuodelle 2021.

## TOUKOKUU

Yhteistyökumppaneiden palvelupisteiden hankintalain mukainen kilpailutus käynnistyi.

## HEINÄKUU

Remontit käynnistyivät lähes kaikissa YTHS:n palvelupisteissä.

## SYYSKUU

Korkeakouluopiskelijoille suunnattu viestintäkampanja käynnistyi.

nen palveluverkko muodostuu 23 omasta palvelupisteestä ja 23 kumppanin palvelupisteestä. 95 prosenttia opiskelijoista on YTHS:n omien palvelupisteiden piirissä ja 5 prosenttia opiskelijoista saa lähivastaanottopalvelut yhteistyökumppaneilta.

Kattavan palveluverkon ohella laajentumisen toteutus nojaa YTHS:n uudelleen palvelumalliin. Tavoitteena ei ollut vain laajentaa nykyistä toimintaa koskemaan ammattikorkeakouluopiskelijoita vaan kehittää palvelujen tuottamistapaa asiakaskunnan tarpeet ja erityispiirteet huomioon ottaen. Uuden palvelumallin keskeiset elementit ovat valtakunnallisesti tuotettavat digitaaliset asiointi- ja etäpalvelut sekä paikkakunnilla toimivat vastuutit. Palvelumallia työstettiin tiiviisti vuoden 2020 ajan ja keskeisiä toimintoja pilotoitiin loka-joulukuussa 2020. Palvelumallia on esitelty tarkemmin sivulla 10–11.

### Muutoksen johtamista ja rekrytointeja

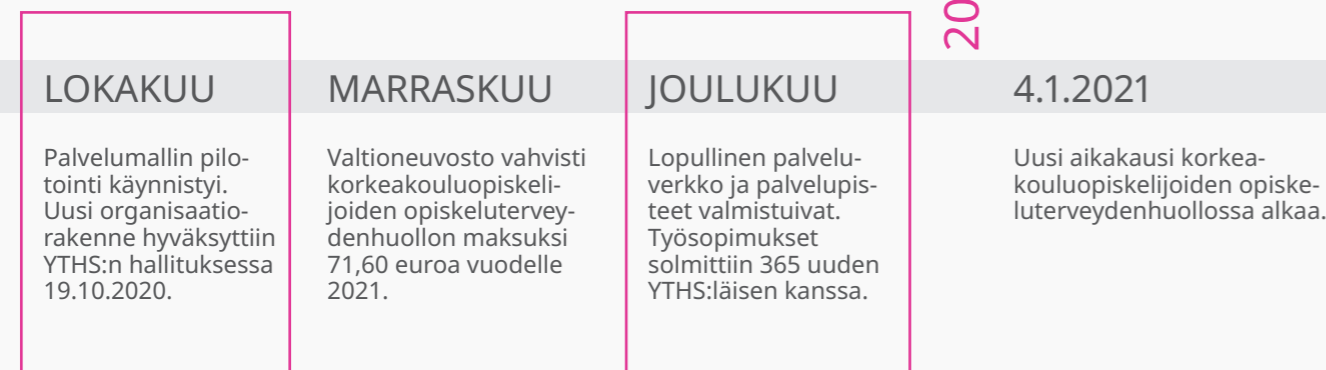
Henkilöstönäkökuulmasta laajentumisen keskeisiä elementtejä vuonna 2020 olivat muutoksen johtaminen ja tuki sekä uuden henkilöstön rekrytointi.

YTHS2021-projektiin ja laajentumisen valmisteluun osallistui oman toimenkuvansa mukaisesti koko henkilöstö. Tavoitteena oli yhdessä kehittämäl-

lä edistää työhyvinvointia muutoksen keskellä ja osallistaa jokainen mukaan muutoksen suunnitteluun ja läpiviintiin. Yhteinen suunta varmistettiin kahden viikon välein annetuilla tilannekatsauksilla ja henkilöstöryhmittäin järjestetyillä, eri asiakokonaisuuksiin liittyneillä infotilaisuuksilla. Muutos-tuen keskeinen kohderyhmä olivat esihenkilöt, joiden rooli projektissa ja muutoksen läpiviennissä yhdessä henkilöstön kanssa oli merkittävä.

Uuden henkilöstön rekrytointi käynnistyi vuoden 2020 alussa työnantajaviestinnällä ja potentiaalisia työnhakijoita aktivoimalla. Laajentumisen rekrytointia varten avattiin omat verkkosivut, joiden kautta kiinnostuneet pystyivät myös tilaamaan sähköistä rekrytointiviestintää.

Uuden henkilöstön tarpeeksi määriteltiin noin 460 henkilötyövuotta. Henkilöstön toivomilla työajan lisäyksillä ja vakinaistamisella rekrytointitarpeesta katettiin 63,5 henkilötyövuotta. Muilta osin uuden henkilöstön haut käynnistyivät toden teolla syksyllä 2020. Maltillisen, mutta riittävän rekrytoinnin tavoite täyttyi, ja yli 3200 hakijan joukosta YTHS:lle palkattiin 365 uutta ammattilaista. Valtaosa uusista työntekijöistä aloitti YTHS:n palveluksessa vuoden 2021 alussa. Palvelunkäytön toteutumisen pohjalta uuden henkilöstön rekrytointeja on jatkettu alkuvuodesta 2021.



### Yhteistyöllä vaikuttavaa viestintää

Vuosi 2020 oli YTHS2021-projektissa aktiivisen ja monikanavaisen muutosviestinnän aikaa. Viestintä keskeisille sidosryhmille jatkui kiinteänä osana projektia ja opiskelijaviestintää lisättiin vuoden edetessä merkittävästi. Ennen kaikkea viestinnällä haluttiin vaikuttaa siihen, että korkeakouluopiskelijoiden terveydenhuollon muutos toteutuu asiakkaiden näkökulmasta mahdollisimman sujuvasti.

Viestinnän tärkein kohderyhmä oli korkeakouluopiskelijat. YTHS ja Kela toteuttivat yhteistyössä laajan opiskelijoille suunnatun viestintäkampanjan uuden lain mukanaan tuomista muutoksista. Yhteistyötä tehtiin tiiviisti myös opiskelijajärjestöjen ja korkeakoulujen kanssa. Opiskelijoille jaettiin tietoa muutoksesta Teams-foorumeissa, koulutuksissa ja seminaareissa, tutorkoulutuksissa ja useissa muissa tilaisuuksissa. Varsinainen opiskelijakampanja ajoittui syyslukukaudelle 2020 ja se näkyi monissa sosiaalisen median kanavissa ja opiskelija-sovelluksissa. YTHS2021-sivusto tavoitti yli 120 000 vierailijaa ja sosiaalisen median monilla kampanjoilla oli yli neljä miljoonaa näyttökertaa. Myös mediat olivat kiinnostuneita korkeakouluopiskelijoiden terveydenhuollon muutoksista ja julkaisivat aiheesta vuoden 2020 aikana yli 200 artikkelia.


### Laajentumisen toimeenpanoon 4,4 miljoonaa euroa

YTHS:n laajentumisen toimeenpano toteutettiin sosiaali- ja terveysministeriön myöntämällä valtionavustuksilla, jotka olivat kaikkiaan 4,4 miljoonaa euroa. Avustuksesta 3 miljoonan euron osuus oli käytettävissä vuoden 2020 aikana syntyneisiin kustannuksiin ja 1,4 miljoonan euron osuuden käyttöaika ulottui tammikuun 2021 loppuun.


Kustannusarvion merkittävin eli noin 3 miljoonan euron kokonaisuus muodostui palvelupisteiden varusteluun liittyvistä hankinnoista. Näihin lukeutuivat esimerkiksi kalusteet, terveydenhuollon laitteet ja instrumentit sekä erilaiset hoito- ja toimistotarvikkeet. Projektin muuhun toteutukseen varattiin 1,4 miljoonaa. Tähän kuluerään sisältyi merkittävänä kulueränä laajentumiseen liittyvät ICT-työt sekä mm. asiantuntijapalveluja, rekrytointi- ja asiakasviestinnän kuluja.




 **YTHS.FI**  
Yli **120 000** vierailua YTHS2021-sivustolla

 **SIDOSRYHMIEN UUTISKIRJEET**  
**10** uutiskirjettä, **800** vastaanottajaa

 **KOULUTUSVIDEOT**  
YTHS:n ja Kelan yhteistuotantona, katsontakertoja noin **7 000**

 **SIDOSRYHMÄTAPAAMISET**  
Lukuisia sidosryhmätapaamisia

 **MEDIANÄKYVYYS**  
Yli **200** julkaistua artikkelia

 **OPISKELIJAKAMPANJAT**  
Näyttökertoja noin **4,3** miljoonaa



Y · T · H · S

YLIOPPILAIDEN TERVEYDENHOITOSÄÄTIÖ

[yths.fi](http://yths.fi) | [Facebook](#) | [Instagram](#) | [Twitter](#) | [LinkedIn](#) | [Youtube](#)