



Hyvinvointia uuteen vuoteen 2023!

Vuosi 2022 jäi taakse innostavana rakentamisen vuotena. Tarkoituksena oli tulla tunnetuksi ja lujittaa JYU:n sisäistä hyvinvoinnin tutkimuksen yhteisöä, eli perustaamme. Kun tämä on valettu lujalle pohjalle, sille on hyvä jatkaa kehittämistä.

JYU.Well:in monitieteinen hyvinvoinnin tutkimus koskettaa elävästi jokaista tiedekuntaa - tämän saimme todeta konkreettisesti kootessamme hyvinvoinnin koulutuksia eri tiedekunnista. Sivusto www.jyuwellkoulutukset.fi on nyt avattu ja sitä kautta voit nähdä miten moninaisesti hyvinvointia yliopistossamme opiskellaan eri tiedekunnissa jo nyt. Tulevassa opetussuunnitelmassa voisi olla hedelmällistä kehittää hyvinvointiin liittyviä opintoja monitieteisemmiksi, tiedekuntien näkökulmia entistäkin tiiviimmin yhdistäväksi. Jos sinulla on tähän liittyvä ajatus, [vinkkaa siitä Eevalle!](#)

Toivomme koskettavamme jutuillamme juuri sinua - jotta voisit vinkata meistä eteenpäin ja jotta voisit kokea olevasi osa yhteisöämme. Haluaisitko olla mukana jotenkin, esimerkiksi kirjoittamalla tutkimuksestasi blogitekstin tähän uutiskirjeeseemme ja vaikuttavana yhteistyönä [Keski-Suomen hyvinvoinnin osaamiskeskittymä KEHO:n blogisivulle?](#) Virikkeenä tähän voivat toimia esimerkiksi [YK:n teemapäivät](#). Esimerkiksi 24. tammikuuta vietetään Kansainvälistä koulutuksen päivää, ja me JYU.Well:issä juhlistamme sitä ilolla - ole kuulolla!

Wellbeing to you new year 2023!

Year 2022 was dedicated to the building the foundations for JYU.Well. The aim was to be known more widely and strengthen unity within the wellbeing research community in JYU. When this foundation is solid, it is good to build on and develop our community further together.

Interdisciplinary wellbeing research that JYU.Well represents, touches upon every faculty - this we noticed very concretely as we collected the courses related to wellbeing from all the faculties. Webpage www.jyuwellkoulutukset.fi (only in Finnish) is now open and from there, you can see how different perspectives of wellbeing are represented within our university already at the moment. In the new curriculum, it would be fruitful to develop wellbeing studies to be even more interconnected between different faculties. If you have something in mind in relation to this - [please contact Eeva!](#)

We hope that our issues touch you - so that you could happily spread the word about us and feel to be part of our community. Would you like to participate? Maybe by writing a blog-text about your area of research to this newsletter and to [Central Finland Health and Wellbeing Ecosystem blog-page](#) could work for you? For example [UN list of international days and weeks](#) could offer you an inspiration for this. For example January 24th is an International day of Education - and we at JYU.Well will be happy to celebrate this - more information about this to be announced!



Hei! Olen Anu Sirola ja aloitan JYU.Well -tutkijatohtorin tehtävässä tammikuussa 2023!

Edelliset kaksi vuotta olen ollut tutkijatohtorina Jyväskylän yliopiston YFI laitoksella CoronaConsumers- ja DigiConsumers - tutkimushankkeissa, joiden teemoina on ollut nuorten taloudellinen hyvinvointi sekä korona-ajan vaikutukset hyvinvointiin ja kulutuskäyttäytymiseen.

Omalta osaltani haluan tuoda erityisesti sosiaalipsykologista näkökulmaa hyvinvoinnin tutkimiseen. Odotan innolla tutkimusyhteistyötä eri alojen tutkijoiden kanssa!

[Lue lisää](#)



Tieteen päivät tuo keskusteluja ja työpajoja kaikenikäisille valtakunnallisilla verkkolähetyksillä ja livenä Seminaarinmäellä

Suomen suurin tiedetapahtuma Tieteen päivät tuo valtavan määrän tutkimustietoa tarjolle kaikenikäisille 11-15.1.2023. Yli puolet ohjelmasta on seurattavissa verkossa: tieteenpaivat.fi -sivulla. Valtakunnallisten tapahtumien lisäksi keskusteluja on tarjolla myös Jyväskylän yliopiston kirjasto Lähteessä ke-to 11-12.1. Lauantaina 14.1. on tarjolla JYUniorit-tiedetyöpajoja lapsille ja nuorille Näyttelykeskus Soihdussa. Tervetuloa oppimaan uutta ja nauttimaan tieteestä!

[Lue lisää](#)

Uutiset

Suvi Saarikallio musiikkikasvatuksen professoriksi

Saarikallio on tehnyt uraauurtavaa tutkimusta siitä, miten musiikki toimii tunteiden säätelynä ja millainen merkitys sillä on nuorten psykososiaalisessa kehityksessä. Saarikallio tutkimusmenetelmällinen osaaminen kumpuaa psykologiasta - hän on psykologian dosentti, jota musiikki kiinnostaa ihmisen kokemuksena ja toimintana. Saarikallio suhtautuu intohimoisesti

Palautumisen VIIKKOKALENTERI 2023



TAMMIKUU Ruokailu ja ravitsemus

- 1 Pyydä työkaveriasi mukaan ruokataulolle.
- 2 Kokoa ateriasi monipuolisesti lautasmaalin mukaan. Muista myös leipä ja maito.
- 3 Nappaa tauolla pieni välipala, esim. marjoja, hedelmää, pähkinöitä tai jogurtti.
- 4 Suunnittele viikon työvälvät etukäteen.

HELMIKUU Psykologinen palautuminen

- 5 Tauota työtäsi. Katso hetki kaukaisuteen, hengitä, muistele jotain mieluista.
- 6 Puhukaa työkavereiden kanssa tauoilla muista kuin työstäsi. Naurakaa!
- 7 Jaa työkaverillesi vinkki, kuinka irrottaa ajatukset työstä työpäivän pätyttyä.
- 8 Tee vapaalla jotain ihan erilaista kuin työsi. Aktivoi aivojasi, kehoasi ja mieltäsi.

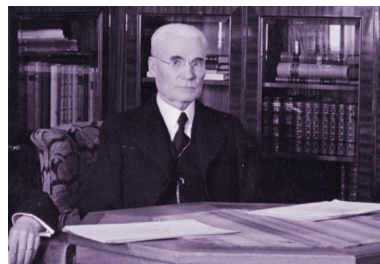
TTL:n OLLAPPA -hanke kannustaa työhyvinvoinnin konkretiaan työpaikoilla tulostettavan viikkokalenterin avulla.

Olennaistamisella uudistumista, palautumista ja työhyvinvointia (OLLAPPA)-hanke kehittää yhdessä sotealan työyksiköiden kanssa yhteisöllisiä toimintatapoja, jotka vahvistavat henkilöstön työhyvinvointia. Tavoitteena on integroida työn kehittäminen ja työhyvinvoinnin edistäminen toisiinsa ja osaksi työyksiköiden arkea.

Lue alla olevasta linkistä lisää hankkeesta, sen järjestämisestä tapahtumista sekä lataa koko vuoden kalenteri itsellesi tai taukokuoneen seinälle tulostettavaksi.

Palautumisen viikkokalenteri toimii muuten mainiosti ihan jokaisessa työyhteisössä - ei pelkästään sote-alalla :-)

[Lue lisää](#)



RAKKAUDESTA TIETEeseen

Vuorineuvos Emil Aaltonen perusti vuonna 1937 nimeään kantavan säätiön suomenkielisten tutkijoiden luovan tieteellisen tutkimustyön tukemiseen, sillä hänen mielestään kasvava taloudellinen hyvinvointi oli mahdollista vain siellä, missä kansallinen kulttuuri on korkealla tasolla.

Emil Aaltosen säätiön apurahahaku aukeaa 15.1.

Apurahoja voivat hakea yksittäiset tutkijat. Erityisesti pyritään tukemaan väitöskirjatyötä tekeviä tutkijoita ja vastavalmistuneita tohtoreita heidän jatkotutkimustyössään.

[Lue lisää](#)

Tutkijoiden kehittämä simulaatiomalli kansantautien ennaltaehkäisyssä auttaa arvioimaan elämäntapaohjauksen kustannushyötyä

Elämäntapaohjaus on todettu vaikuttavaksi menetelmäksi monien kansantautien ehkäisyssä. Elämäntapamuutokset eivät kuitenkaan tapahdu hetkessä ja ohjaus sitoo paljon

monitieteisyyteen ja tieteenalojen väliseen dialogiin. Hänen tutkimuksensa on tiivistä yhteistyötä niin kasvatustieteen, musiikkiterapian, aivotutkimuksen, kuin tietojenkäsittelytieteenkin kanssa.

[Lue lisää »](#)

Koneen Säätiöltä liki neljä miljoonaa Jyväskylän yliopistoon – Projekteja aiempaa enemmän

Koneen Säätiö myönsi Jyväskylän yliopistoon 26 apurahaa, ja niiden yhteissumma on ennätyskellinen 3 762 000 euroa. Rahoitetuissa hankkeissa nousi esiin muun muassa sellaisia teemoja kuin mielenterveys, digitalisaatio ja sen myötä tekoälyn ja massadatan kasvava valta, sukupuolen moninaisuus ja taiteen tekemisen kestävämmät työtavat

[Lue lisää »](#)

resursseja. Jyväskylän yliopiston tutkijoiden kehittämä malli laski, että elämäntapaohjaus voi tuoda kustannushyötyjä jo kolmessa vuodessa.

[Lue lisää »](#)

Koko lähiö liikkeelle yhdenvertaisesti – tutkimus selvitti laajasti liikkumisen saavutettavuuden ulottuvuuksia

Yhdenvertaiset liikkumismahdollisuudet koko väestölle on tavoite, jonka saavuttamiseksi on huomioitava paljon muutakin kuin palveluiden sijainti, esteettömyys ja hinta. Jyväskylän ja Helsingin yliopistojen tutkijat loivat yhteishankkeessa mallin, joka avaa liikkumisen saavutettavuuden ulottuvuuksia. Ideoita on jo sovellettu käytäntöön Jyväskylässä ja Helsingissä.

[Lue lisää »](#)

LUE LISÄÄ HYVINVOINNIN TUTKIMUKSESTA

→ **Politiikan tutkimuksen valtakunnalliset päivät** järjestetään Jyväskylän yliopistossa 10.-12.5.2023. Päivien teemana on **Politiikka, kieli ja aika**. Toivomme 31.1. mennessä tieteenalojen, tutkimushankkeiden ja yliopistojen rajoja ylittäviä työryhmäehdotuksia
→ **LIKES:in Meijän perhe** liikkeellä - hankkeen hyvinvoinnin edistämisen työkalukokonaisuus käyttöönne. Mukana videoita, podcasteja sekä muita materiaaleja osallistavaan hyvinvointityöhön.
→ **Miten maaseutu elinympäristönä** vaikuttaa hyvinvointiin? Tutustu "Maalaisnuoruuden sukupolvet" ja "Minun maaseutuni" hankkeiden monipuolisiin ja kiinnostaviin aineistoina käytettyihin tarinoihin
→ **Väitös, Henry Lipponen (LTK): Hyvinvoiva liikunnanopettaja** kehittää osaamistaan ja vaikuttaa työnsä sisältöön 14.1.
→ **Väitös, Eva Rönkkö (LTK): Mukana ulossuljettuna - etnografinen tutkimus ulkomaalaistaustaisten naisten ohjatusta ryhmäliikunnasta** tarkastustilaisuus 21.1.

Tapahdumat

Hybrid seminar: "Interculturality in Higher Education: Putting Critical Approaches into Practice" Mon 23.1. at 14-15.30. L206A & Zoom

Welcome to hybrid seminar that is organized together with Anssi Roiha (UTU), Malgorzata Lahti (JYU) and Mélodie Sommer (JYU), in connection to the recently published book: "[Interculturality in Higher Education: Putting Critical Approaches into Practice](#)". The seminar will feature brief talks from some of the chapter authors as well as discussion. Register to indicate whether you will join online or face-to face.

[Lue lisää »](#)

"Sosiaaliset suhteet ja yksinäisyys – reseptejä hyvinvoinnin ja terveyden vahvistamiseen", osallisuusjohtaja, TtM, FT Anu Jansson, Vanhustyön keskusliitto ke 1.2. klo 14-16.

Jyväskylän Ikääntyvien yliopiston luennoille ovat tervetulleita kaikki tiedosta ja tutkimuksesta

Jyväskylän Tieteentekijät ry:n järjestämä Solidarity & Social Sustainability Lounge korostaa akateemisen työn sosiaalista kestävyyttä 10.1. klo 10-14, Lähde, Tietoniekka

Tavoitteena on tarjota Jyväskylän yliopiston opetus- ja tutkimushenkilökunnalle matalan kynnyksen mahdollisuus esittää omaa mieltä askarruttavia kysymyksiä edunvalvontaan liittyen. Paikalle voi saapua joustavasti oman aikataulun mukaan. Tarjolla on kahvia ja pientä makeaa, sekä mahdollisuus myös ammattilaisten toteuttamaan pikaiseen hartiahierontaan.

[Lue lisää »](#)

Hyvät käytännöt jakoon - webinaari: Miten Digipedagogisilla ratkaisulla selvitään oppimisen ja opettamisen kumpareista? pe 20.1. klo 12.15

Webinaari pukkaa sinut oikeille laduille, kun mietit esimerkiksi, miten ops-työssä voisi hyödyntää opintojakson suunnittelun ABC-mallia. Myös opiskelijoiden ohjaamiseen verkko-opetuksessa sekä projektikurssin saloihin saat

kiinnostuneet. Yliopiston henkilökunnalle luennot ovat maksuttomia.

[Lue lisää »](#)

runsaat eväät ja opastusta. Toteutuksesta vastaavat Digipalvelut ja JYULearn.

[Lue lisää »](#)

MUITA MONIALAISIA HYVINVOINTIIN LIITTYVIÄ TAPAHTUMIA JA WEBINAARJEA

- JYU.Wisdom kollokvio: Kohti planetaarista hyvinvointia 11.1. klo 12.15-14 Tietoniekka
 - Koulutustutkimuksen professori, KTL:n johtaja Jussi Välimaan jäähyväisluento Ruusupuiston aulassa ti 24.1. klo 13. Ilmoittaudu mukaan 13.1. mennessä.
 - Joko sinulla on uMOVE liikuntatarra? Jos ei, nyt kokeilemaan - sillä ryhmäliikunnan ja palloilun kaikilla vuoroilla on avoimet ovet 16-20.1.
 - Aktiivinen ja hyvinvoiva korkeakoulu -webinaari: Kyykyllä kykyä! (YTHS) to 19.1. klo 10-10-45
 - SOSTEtalk! -seminaari järjestetään Jyväskylän Pavijongissa 26.-27.4.2023. Ilmoittautuminen ennakko hintaan on voimassa 31.1. saakka.
-



JYU.Well on monitieteinen hyvinvoinnin tutkimuksen yhteisö, jonka tavoitteena on tehdä näkyväksi eri tieteidenalojen hyvinvoinnin alueella tekemää tutkimusta ja koulutusta, tukea sen vaikuttavuutta sekä edesauttaa hedelmällistä yhteistyötä ja hyvinvoinnin moninäkökulmaista tarkastelua eri tieteidenalojen tutkijoiden ja opettajien kesken.



POWERED BY 