

Miten sinä vaikuttaisit?

Tiedätkö, miten suuri vaikutus pienillä teoilla voi olla?

Oletko koskaan miettinyt, mihin kaikkeen voit vaikuttaa?

Vaalan ehkäisevän päihdetyön ohjelma 2021-2025



Sisällys

Johdanto	3
Ehkäisevän päihdetyön rakenteet koko maassa ja Vaalassa.....	7
Pääministeri Rinteen hallitusohjelma 2019	8
Ehkäisevä päihdetyö ja sen tarve Vaalassa eri ikäkausina sekä suojaavat – ja riskitekijät päihteiden ongelmakäytön suhteen	9
Lapset ja nuoret sekä heidän perheensä Vaalassa	10
Varhaiskasvatus.....	13
Perusopetus ja lukio.....	14
Vaalalaisten lasten ja nuorten hyvinvointi ja päihteiden käyttö kouluterveyskysely 2017 mukaan	15
Kunnan hyvinvointiosaston perusnuorisotyö, etsivä nuorisotyö sekä nuorten työpaja	17
Vaalan aikuisväestö	19
Ikääntyneet/ seniorit	24
Vaalalaiset järjestöt ja muut toimijat mukana tekemässä ehkäisevää päihdetyötä	27
Viestitään vaikuttavasti.....	27
Ehkäisevän päihdetyön tavoitteet ja toimenpiteet Vaalassa 2021- 2025.....	29
Vuosikalenteri 2020-2025.....	38
Päihdehaittoja Vaalan kunnassa ennakoivat tekijät	39
Tiivistelmä.....	45
Vinkkejä kunnalle (PSAVI 2020)	47
Lähteet	48

Johdanto

Päihteet ovat aineita, joita ihmiset nauttivat niiden mielihyvää tuottavan tai huumaavan vaikutuksen vuoksi. Päihteillä tarkoitetaan alkoholia, sen korvikkeita, huumausaineita ja päihtymistarkoitukseen käytettyjä lääkkeitä. Alkoholi on yleisin Suomessa käytetty päihde: sitä käyttää yhdeksän kymmenestä aikuisesta suomalaisesta. Suurimmalla osalla kyse on kohtuukäytöstä, mutta arviolta viidennes suomalaisista työikäisistä miehistä juo viikossa yli 24 annosta alkoholia. Naisten ja nuorten tyttöjen päihteiden käyttö on lisääntynyt jatkuvasti, mutta edelleen naiset juovat käytetystä alkoholista vajaan kolmanneksen siitä, mitä miehet juovat määrien vaihdellessa paikkakunnittain.

Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen tilastoraportin 2/2019 mukaan suomalaisten huumeiden kokeilu ja käyttö ovat yleistyneet 1990-luvulta lähtien. Päihdetilastollinen vuosikirja 2019: Alkoholi ja huumeet osoittaa, että alkoholin kokonaiskulutus ja alkoholihaitat olivat kuitenkin jo laskussa vuodesta 2008 alkaen, mutta suotuisa kehitys pysähtyi vuonna 2018. Myös huumeiden käyttöön liittyvät haitat ovat lisääntyneet. Alkoholiperäisiin syihin kuoli Suomessa 133 henkilöä enemmän vuonna 2018 kuin vuonna 2017. Huumemyrkytyksiin kuoli 188 henkilöä vuonna 2018, mikä on 12,6 prosenttia enemmän verrattuna vuoteen 2017. Huolestuttavaa on kuolemien lisääntyminen nuorimmissa ikäryhmissä. Syksyllä 2018 tilastoon kerätty aineisto osoittaa, että yhä useammalla suomalaisella on omakohtaista kokemusta huumeista. Yleisimmin kokeiltu tai käytetty huume on kannabis. Kannabiskokeilut ovat nelinkertaistuneet suomalaisessa väestössä vuoden 1992 kuudesta prosentista 24 prosenttiin vuonna 2018. Toiseksi yleisintä on lääkkeiden käyttö ei-lääkinnällisiin tarkoituksiin, mikä näyttää pysyneen melko tasaisena 2000-luvulla. Myös stimulanttien (esimerkiksi amfetamiini, ekstaasi ja kokaiini) kokeilut ovat yleistyneet, joskin niitä kokeilleiden osuudet väestöstä jäävät alle viiteen prosenttiin vuonna 2018.

Huumeiden kokeilu ja käyttö yleistyvät edelleen erityisesti 25–34-vuotiailla nuorilla aikuisilla. Tämän ikäryhmän vastaajista peräti 45 prosenttia ilmoitti vuonna 2018 käyttäneensä jotain laitonta huumetta joskus elämässään. Myös 35–44-vuotiaiden ikäryhmässä huumeekokeilut ovat selvästi yleistyneet.

Päihdelinkki.fi <https://paihdelinkki.fi/fi>

Mielenterveystalo.fi: Päihteet päihkinänkuoressa

<https://www.mielenterveystalo.fi/aikuiset/itsehoito-ja-oppaat/oppaat/tietoa-paihteista/Pages/paihteet.aspx>

Julkari.fi: Suomalaisten huumeiden käyttö ja huumeasenteet 2018

<https://www.julkari.fi/handle/10024/137660>

Alkoholin, tupakan, huumausaineiden ja rahapelaamisen aiheuttamat ongelmat ja haitat ovat suuria, laajoja, kipeitä ja kalliita niin yksilö-, yhteisö- kuin yhteiskuntatasolla. Päihteiden käyttö vaikuttaa merkittävästi ihmisten terveyteen ja hyvinvointiin, esimerkiksi alkoholin ja tupakan tiedetään olevan yhteydessä lukuisiin sairauksiin, kuten sydän- ja verisuonisairauksiin sekä syöpään. Päihteiden käytön onkin arvioitu olevan yksi keskeisimmistä terveyttä ja turvallisuutta vaarantavista tekijöistä länsimaissa. Suomessa terveydenhuollon kustannuksista noin 20 prosenttia on arvioitu aiheutuvan päihteiden käytöstä. Pelkästään julkiselle sektorille kohdistuva taloudellinen kuormitus näiden riippuvuutta aiheuttavien aineiden ja toimintojen vuoksi lähentelee kahta miljardia euroa, eikä kyseinen summa pidä sisällään vielä haitallisesta rahapelaamisesta aiheutuvia kustannuksia. Päihteiden käyttö aiheuttaa välittömiä terveydellisiä, psykologisia ja yhteiskunnallisia haittoja. Ne ilmenevät elimistöllisinä sairauksina, päihtymystilasta johtuvina ongelmina, tapaturmina ja päihderiippuvuuksina. Väestötasolla suurimmat haitat kytkeytyvät (maksakirroosi, haimatulehdus, aivovauriot ja sikiövauriot).

Terveyden ja hyvinvointilaitoksen THL:n julkaisussa ”Näin Suomi juo - suomalaisten muuttuvat alkoholinkäyttötavat” (2018) tuodaan esille, että ehkäisevien päihdeinterventioiden kehittämisen

näkökulmasta merkittävä havainto väestökyselyiden tuloksena on se, että alkoholin suurkulutus ja muiden riippuvuutta aiheuttavien tuotteiden käyttö ovat yhteydessä toisiinsa. Alkoholin riskikäyttö lisää useamman eri päihteen sekä ongelmallisen rahapelaamisen samanaikaiskäyttöä (sekakäyttö) iästä ja sukupuolesta riippumatta. Sekakäytön kaksi suosituinta aineyhdistelmää ovat alkoholi ja kannabis sekä alkoholi ja lääkkeet.



Lähde: Alcohol and society (2015), IÖGT-NTO and the Swedish Society of Medicine in cooperation with Forum Ansvar.

Kuva: EHYT ry

Ehkäisevää päihdetyötä on Vaalassa tehty vuosikymmeniä eri tahoilla tätä aiemminkin, mutta ei yhtä suunnitelmallisesti, mm. 2000-luvun alussa on tehty Vaalan kunnan lasten ja nuorten päihdestrategia. Oulunkaaren kuntayhtymän yhtymähallituksen nimeämä Utajärven ja Vaalan kuntien ehkäisevän päihdetyön työryhmä kokosi 2011 ensimmäisen yhteisen ehkäisevän päihdetyön suunnitelman Vaalan ja Utajärven kuntien alueelle.

Vaalassa ehkäisevää päihdetyötä tekevien toimijoiden joukko on laaja. Tärkein ehkäisevän päihdetyön toimija Vaalassa on oma kuntamme ja sen kaikki työntekijät, järjestöt, yritykset ja jokainen kuntalainen omalta osaltaan. Vaalan kunta tekee aktiivista yhteistyötä myös valtakunnallisesti, tärkeimpänä yhteistyökumppaninaan EHYT ry ja erityisesti EHYT ry:n Pohjois-Suomen aluekoordinaattori Sinikka Korpela sekä Pohjois-Suomen AVI:n ja erityisesti ylitarkastaja Raija Forsin kanssa. Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry toimii koko maassa ja koko väestön parissa terveiden elämäntapojen edistämiseksi. Työ ulottuu lapsista ja nuorista työ- ja eläkeikäisiin. EHYT ry panostaa tehokkaaseen yhteiskuntavaikuttamiseen, mutta ennen kaikkea myös vahvaan läsnäoloon ja ihmisten kohtaamiseen elämän eri alueilla. EHYT ry toimii myös päihdetyötä tekevien järjestöjen yhteistyön koordinaattorina. Alkoholiin, tupakkaan ja huumeisiin liittyvän ehkäisevän työn ohella EHYT ry ehkäisee pelaamisesta syntyviä haittoja. Samalla se vaikuttaa koko yhteiskuntamme hyvinvoinnin kehittämiseen. Pohjois-Suomen AVI koordinoi ehkäisevän päihdetyön yhdyshenkilöverkostoa, kouluttaa, ohjaa sekä valvoo kuntien ehkäisevää päihdetyötä.

Kuntastrategian liitetaulukko on vuonna 2020 kirjattu tavoitteeksi päihteiden käytön väheneminen Vaalassa. Tämä ehkäisevän päihdetyön suunnitelma on ajalle 2020-2025 ja kokoaa yhteen Vaalan ehkäisevän päihdetyön tavoitteet, toimenpiteet, vastuutoimijat sekä aikataulut. Vuosittaisessa hyvinvointiraportissa arvioidaan, miten ehkäisevän päihdetyön tavoitteisiin on päästy.

Mitä on ehkäisevä päihdetyö?

Ehkäisevä päihdetyö on lakisääteistä kunnan perustyötä ja osa hyvinvoinnin- ja terveyden edistämistä. Laissa ehkäisevällä päihdetyöllä tarkoitetaan toimintaa, jolla vähennetään päihteiden käyttöä sekä päihteiden että rahapelien käytöstä aiheutuvia terveydellisiä, sosiaalisia ja yhteiskunnallisia haittoja. Tavoitteena on ehkäistä erityisesti lasten ja nuorten päihteidenkäyttöä ja rahapelaamista sekä lykätä päihde- ja rahapelikokeilujen aloittamista. Ehkäisevällä päihdetyöllä ehkäistään myös aikuisten päihteiden ja rahapelien riskikäyttöä sekä niiden käytöstä aiheutuvia haittoja. Toiminnalla lisätään päihteiden ja rahapelien käyttöön liittyvien ilmiöiden ymmärrystä ja hallintaa sekä vaikutetaan päihteitä ja rahapelejä koskeviin tietoihin, asenteisiin ja oikeuksiin.

Ehkäisevää päihdetyötä ohjaa laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä (523/2015). Siihen sovelletaan lisäksi terveydenhuoltolain (1326/2010) 11 ja 12 §:ssä säädetyllä tavalla terveyden ja hyvinvoinnin edistämisestä sekä sitä koskevasta suunnittelusta ja raportoinnista. Alkoholistista, tupakasta, huumausaineista ja rahapelaamisesta aiheutuvat terveydelliset ja sosiaaliset haitat kohdistuvat niin käyttäjiin itseensä, heidän läheisiinsä, muihin ihmisiin kuin koko yhteiskuntaankin. Ongelmakäytöstä aiheutuvien välittömien ja välillisten haittojen hinta on suuri sekä inhimillisesti että julkisen sektorin kuluissa mitattuna. Puolet terveyden epätasa-arvosta on selitettävissä alkoholilla ja tupakalla, kun mittarina ovat väestöryhmien kuolleisuuserot. Toimivilla kysyntään ja tarjontaan vaikuttavilla menetelmillä voidaan ehkäistä ja vähentää päihteiden käytön aiheuttamia haittoja. Niiden vähentäminen edistää myös väestöryhmien välisten terveys- ja hyvinvointierojen kaventamista.

Ehkäisevän päihdetyön tarkoituksena on tarjota mahdollisuuksia ja keinoja päihteettömälle elämälle ja ohjata kuntalaisia päihteettömyyttä tukeviin valintoihin. Ehkäisevän päihdetyön kohteena ovat kaikki vaalalaiset. Ehkäisevän päihdetyön toteuttaminen kuuluu kunnan kaikille toimijoille, mukaan lukien monet eri viranomaiset, järjestöt, yritykset ja yhteisöt. Ehkäisevän päihdetyön tarkoituksena on vähentää päihteiden käytöstä sekä rahapelien pelaamisesta aiheutuvia haittoja niin pieniksi kuin mahdollista ja edistää näin yksilöiden, perheiden, yhteisöjen sekä koko yhteiskunnan terveyttä, turvallisuutta ja hyvinvointia.

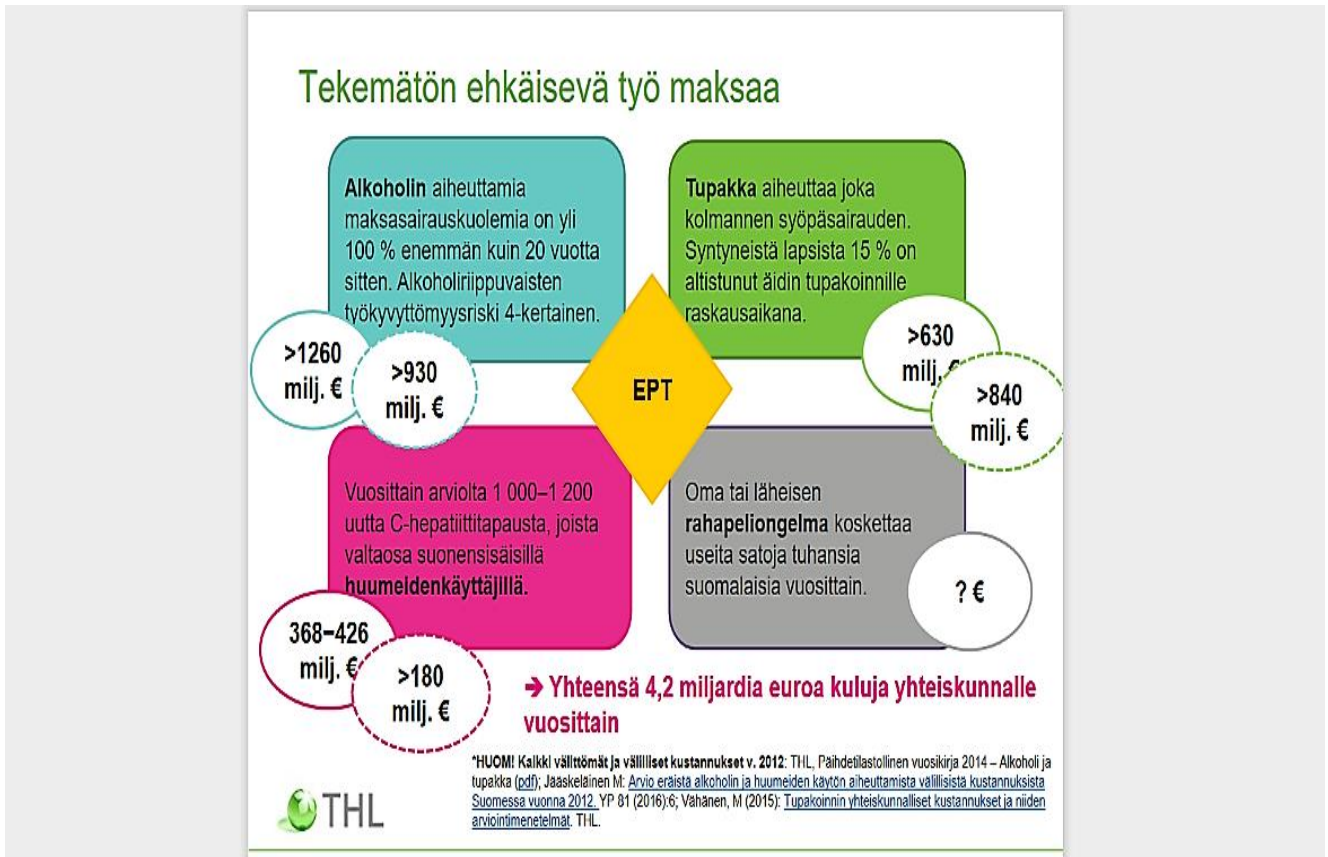
Keskeiset käsitteet ja lisää tietoa thl.fi:

<https://thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/ehkaiseva-paihdetyo>

<https://thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/ehkaiseva-paihdetyo/mita-ehkaiseva-paihdetyo-on/keskeiset-kasitteet>

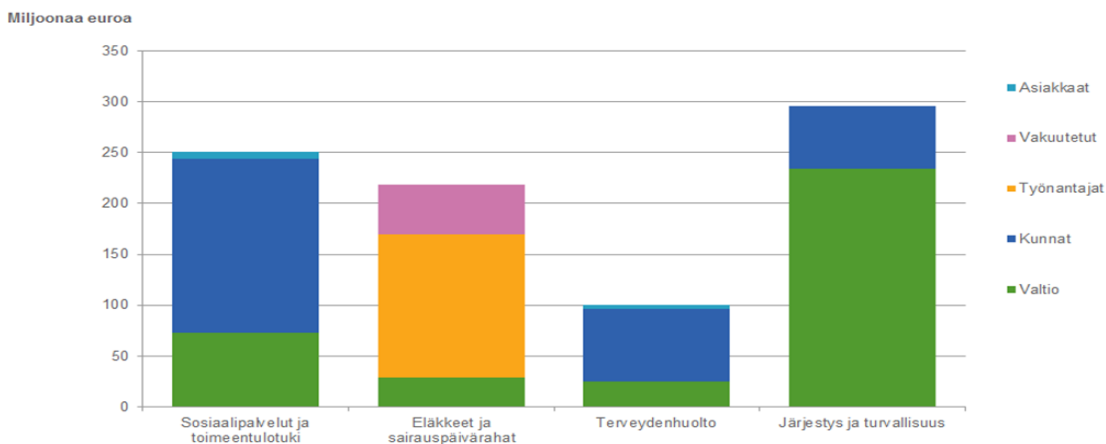
<https://thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/paihdehoito/paihdehaitat-kayttajalle-laheisille-ja-yhteiskunnalle>

Kuva: Päihdehaitat laskuun – elinvoimaa ja hyvinvointia kuntiin ehkäisevällä päihdetyöllä
<https://www.kuntaliitto.fi/file/13024/download?token=imQ71TIM>



Kuva: Alkoholihaittakustannukset <https://thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/alkoholi/alkoholihaitat/alkoholinkayton-haitat-muille-kuin-kayttajille>

Alkoholihaittakustannukset maksajan mukaan vuonna 2016, miljoonaa euroa



1.12.2015 tuli voimaan uusi **Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä (523/2015)**. Lain mukaan kunnilla on velvollisuus tuottaa rakenteet, jotka mahdollistavat ehkäisevän päihdetyön tekemisen. Tähän lakiin on myös sisällytetty rahapelihaittojen ehkäisy osaksi ehkäisevää päihdetyötä. Laki ohjaa myös kiinnittämään huomiota alkoholin, tupakan, huumeiden ja rahapelien käytöstä koituviin haittoihin läheisille, sivullisille ja laajemmin yhteiskunnalle. Lisäksi kunnan tulee edistää asukkaiden osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuuksia ehkäisevässä päihdetyössä. Vaikuttamisen keinoina ovat mm. päihdetilannekyselyt ja yhteistyöryhmät.

Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä 523/2015

<http://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2015/20150523>

THL:n koordinoima Ehkäisevän päihdetyön toimintaohjelma tukee kunnissa ja alueilla tehtävää lakisääteistä työtä. Toimintaohjelmaan on koottu tietoa tutkituista menetelmistä ja yhteistyön mahdollisuuksista ehkäisevän päihdetyön suunnittelun ja toteuttamisen tueksi.

EHKÄISEVÄN PÄIHDETYÖN VALTAKUNNALLISEN TOIMINTAOHJELMAN PAINOPISTEET

STM on julkaisussaan määritellyt seuraavat kuusi painopistettä ehkäisevään päihdetyöhön:

1. Ehkäisevän päihdetyön valtakunnalliset, alueelliset ja paikalliset rakenteet ovat kunnossa
2. Haitoista viestitään tutkittuun tietoon perustuen yksilöiden ja yhteisöjen valintojen sekä sosiaali- ja terveyspolitiikan tueksi
3. Riskikäyttö ja haitat tunnistetaan sekä tukea tarjotaan varhaisessa vaiheessa
4. Alkoholi-, tupakka- ja rahapelihaittojen ehkäisyyn kehitettyä Pakka-toimintamallia toteuttavien kuntien ja alueiden määrä lisääntyy
5. Haittojen ehkäisyyn panostetaan lähiyhteisöissä
6. Ammattilaisilla on riittävästi ehkäisevän päihdetyön osaamista

Ehkäisevän päihdetyön toimintaohjelma. Alkoholi-, huume- ja rahapelihaittojen sekä tupakoinnin vähentäminen

<http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/handle/10024/74726>

Lue lisää mikä on ”Tekemättömän ehkäisevän työn hinta” (THL 2017)

<http://phehkaisevatyo.pbworks.com/w/file/attach/114633409/2%20jmarkkula.pdf>

Ehkäisevän päihdetyön rakenteet koko maassa ja Vaalassa

Sosiaali- ja terveysministeriö johtaa ja Terveysten- ja hyvinvoinnin laitos kehittää ja ohjaa ehkäisevää päihdetyötä koko maassa yhteistyössä muiden viranomaisten kanssa.

Aluehallintovirastot ohjaavat toimialueensa ehkäisevää päihdetyötä, suunnittelevat ja kehittävät sitä yhteistyössä muiden viranomaisten ja yhteisöjen kanssa sekä tukevat toimialueensa kuntia ehkäisevän päihdetyön toteuttamisessa ja kehittämisessä.

Kunta on ehkäisevän päihdetyön tärkein toimija. Ehkäisevä päihdetyö ja sitä laajempi hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen kuuluvat kunnan vastuulle, eli mahdollisimman lähelle asukkaiden arkielämää. Kunta huolehtii ehkäisevän päihdetyön tarpeen mukaisesta organisoinnista alueellaan ja ehkäisevän päihdetyön järjestämistä koskevan lain (523/2015, 5§) mukaan asettaa ehkäisevästä päihdetyöstä vastaavan toimielimen. Vaalan kunnassa tämä on hyvinvointi- ja turvallisuustyön johtoryhmä.

Vaalan Hyvinvointi- ja turvallisuustyön johtoryhmän kokoonpano:

- Pj: valtuuston puheenjohtaja
- lautakuntien puheenjohtajat
- hallituksen puheenjohtaja
- kunnan johtoryhmä
- vanhus- ja vammaisneuvoston edustaja
- nuorisoneuvoston edustaja
- vapaa-ajanasukasneuvoston edustaja
- Oulunkaaren kuntayhtymän johtaja
- Kainuun pelastuslaitos (nimeää)
- Oulun poliisilaitos (nimeää)
- Kainuun TE-toimisto (nimeää)
- Vaalan seurakunta, kirkkoherra
- Vaalan yrittäjien edustaja (nimeää)
- Vaalan MTK edustaja (nimeää)

Ehkäisevän päihdetyön yhdyshenkilöinä toimivat

Hyvinvointijohtaja Pirjo Nikula sekä hyvinvointisuunnittelija Tiina Vaattovaara ja ehkäisevän päihdetyön monialaisena työryhmänä toimivat kaikki ikäkausiverkostot:

- LaPe-verkosto eli lasten ja perheiden parhaaksi-verkosto
- NOP eli Nuorten palvelu- ja ohjausverkosto
- Työikäisten verkosto
- Senioriverkosto

Vaalan kunta <https://www.vaala.fi/>

Kuntien avainluvut –palvelusta löydät myös tietoa Vaalasta

<https://www.stat.fi/tup/alue/kuntienavainluvut.html#?active1=785&year=2020>

Pääministeri Rinteen hallitusohjelma 2019

Ehkäisevälle päihdetyölle on luotu suuntaviivoja myös pääministeri Antti Rinteen vuoden 2019 hallitusohjelmassa. Pääministerin vaihtuessa ohjelman toimeenpanoa on jatkanut Sanna Marin. Ohjelman linjauksiin kuuluu yleisellä tasolla investoiminen sellaisiin toimiin, jotka tukevat terveyttä ja hyvinvointia sekä päätösten hyvinvointi- ja terveysvaikutusten kattava arviointi ja ennaltaehkäisevien toimien lisääminen (Valtioneuvosto 2019). Päihteiden käyttöä ja rahapelaamista kohden on lisäksi omat linjauksensa. Näitä ovat esimerkiksi päihdestrategian päivittäminen ehkäisevän työn edistämiseksi ja päihdepalveluiden kokonaisuuden yhteen sovittamiseksi, määrätietoinen työ tupakoinnin ja alkoholin kokonaiskulutuksen vähentämiseksi sekä pelihaittojen ehkäisy osana rahapelipoliittista ohjelmaa. Hallitusohjelmaan kuuluu myös mielenterveys- ja päihdelainsäädännön uudistaminen (Valtioneuvosto 2019).

Savuton Suomi 2030 (2019) on 25 eri toimijan yhteistyöverkosto, joka toiminnallaan edistää tupakoimattomuutta ja nikotiinittomuutta Tupakkalain (549/2015) tavoitetta tukien. Tavoitteena on, että vuonna 2030 alle viisi prosenttia työikäisestä väestöstä käyttäisi tupakkatuotteita tai muita ei-lääkinnällisiä nikotiinituotteita. Vuonna 2008 perustetun verkoston jäsenet, joihin kuuluvat muun muassa Allergia-, Iho- ja Astmaliitto ry, EHYT ry, THL ja Työterveyslaitos, edistävät kaikki tämän tavoitteen toteutumista verkostoyhteistyön lisäksi monipuolisesti myös omassa toiminnassaan.

Ehkäisevä päihdetyö ja sen tarve Vaalassa eri ikäkausina sekä suojaavat – ja riskitekijät päihteiden ongelmakäytön suhteen

Ehkäisevä päihdetyö on päihteiden aiheuttamien moninaisten haittojen ehkäisyä ja vähentämistä niin itse päihteidenkäyttäjän elämässä, kuin yhtä lailla myös hänen lähipiirissään sekä koko yhteisössään. Ehkäisevää päihdetyötä tehdään monilla eri tasoilla ja tavoilla kaikenikäisten ihmisten parissa läpi ihmisten elämänkaaren. Jokaisella ikäkaudella on tunnistettu useita tekijöitä, jotka vaikuttavat siihen, miten todennäköisesti ihminen ajautuu päihteiden riskikäyttäjäksi. Altistaviksi tekijöiksi eli riskitekijöiksi kutsutaan tekijöitä, jotka ovat yhteydessä suurempaan todennäköisyyteen käyttää päihteitä. Riskitekijät voivat olla geneettisiä, persoonallisuuteen kuuluvia ominaisuuksia, perheeseen ja sen toimintakykyyn liittyviä tai erilaisia muita ympäristötekijöitä. Näillä tekijöillä on erilainen merkitys eri ikä- ja kehitysvaiheissa. Suojaavia tekijöitä ovat puolestaan ne tekijät, joiden on todettu olevan yhteydessä pienempään todennäköisyyteen käyttää päihteitä.

Riskitekijöiden olemassaolosta ei seuraa ongelmia suoraan eikä yhtäläisesti kaikille. Toiset selviävät paremmin siksi, että heidän elämässään on riskitekijöiden vastapainoksi positiivisia suojaavia tekijöitä. On siis mahdollista joko vähentää riskitekijöitä tai vahvistaa suojaavia tekijöitä kohderyhmän elämässä. Nuo tekijät on aina tunnistettava kunkin toiminnan tavoitteiden, vaikuttamisen tason (yksilö, lähisuhteet, paikallisyhteisö, yhteiskunta) ja kohderyhmän ominaisuuksien (ikä, sukupuoli, kulttuuri jne.) mukaan. Päihteiden helppo saatavuus on merkittävä riskitekijä useissa ryhmissä, ja siksi niiden tarjonnan vähentäminen – tupakan ja alkoholin hintojen ja saatavuuden sääntely ja laittomien huumausaineiden levityksen estäminen – ovat tehokkain osoittautuneita keinoja, mitä käytännön työn tekijöiden ja muiden asiantuntijoiden on hyvä pitää esillä, sillä usein nuo tulokselliset keinot ovat poliittisesti epäsuosittuja. Alkoholin ja tupakan saatavuuden rajoittamiseksi ja rajoittavien normien noudattamiseksi etenkin nuorten elinympäristöissä tehdään laajaa paikallistason yhteistyötä, ja siinä yhteys alan elinkeinon on keskeistä.



Kuva: bixabay.com

Lapset ja nuoret sekä heidän perheensä Vaalassa

Sotkanet.fi:n mukaan Vaalan kaikista asukkaista vuonna 2019 (yhteensä 2792) alle 15-vuotiaita on 12%. Perheiden määrä oli 749, joista lapsiperheitä oli 27,2%. Yksinhuoltajaperheitä lapsiperheistä oli 25%, joka on enemmän kuin koko maassa (22,9%) tai Oulun alueella (20%).

Nuorten päihdehäiriöihin liittyvissä tutkimuksissa on tunnistettu tekijöitä, joilla on joko altistavia tai suojaavia vaikutuksia nuoren päihdehäiriöiden kehittymiselle. Päihteiden kokeiluun vaikuttavat elämäntyyliä sääteleviin tekijöihin liittyvät riskit, joista ensisijaisia ovat ympäristöön liittyvät tekijät: päihteiden saatavuus, hinta, vanhempien ja ystävien asenteet päihteisiin. Myös vanhempien oma päihteiden väärinkäyttö tai päihderiippuvuus, vakavat mielenterveyden häiriöt, puutteellinen vanhemmuus ja kodin riitaisa ilmapiiri. Geneettiset tekijät ovat selvimmin sidoksissa ongelmakäyttöön ja riippuvuuden kehittymiseen. Riskiin vaikuttavat myös perimän ja ympäristötekijöiden yhteisvaikutukset. Yksilöön liittyviä altistavia tekijöitä voivat olla kohonnut riskinotto, elämynshakuisuus, kokeilunhalu ja sääntöjä rikkova käyttäytyminen sekä myös traumaattiset elämäntapahtumat, mielenterveyshäiriöt ja oppimisvaikeudet.

Varhainen alkoholinkäytön aloittaminen on merkittävä myöhempien päihdeongelmien ja -häiriöiden riskitekijä riippumatta muista lapsuudenperheeseen tai omaan käyttäytymiseen liittyvistä taustatekijöistä. Esimerkiksi alle 15-vuotiaana alkoholinkäytön aloittaneiden juomatavat ovat humalahakuisempia, ja myöhemmin aloittaneisiin nuoriin verrattuna useammalla heistä on myös aikuisiässä alkoholin ongelmakäyttöä.

Päihdeongelmien ehkäisyn ja hoidon suunnittelussa on aina otettava huomioon, että nuorten ongelmat ovat yksilöllisiä ja monitekijäisiä. Samat altistavat tekijät voivat johtaa moniin yleisiin nuorten ongelmiin, kuten muihin mielenterveyden häiriöihin, tapaturmiin, väkivaltaiseen ja itsetuhoiseen käyttäytymiseen, koulunkäynnin keskeytymiseen tai työttömyyteen. Nämä ongelmat ennakoivat usein päihdeongelmia tai esiintyvät niiden kanssa samanaikaisesti.

Häiriöille ja ongelmille altistavat tekijät vaikuttavat vuorovaikutuksessa suojaavien tekijöiden kanssa. Päihdeongelmien ja -häiriöiden ehkäisyn näkökulmasta onkin tärkeää sekä pyrkiä tunnistamaan ja hoitamaan riskitekijät mahdollisimman varhain, että vahvistamaan häiriöiltä suojaavia tekijöitä. Tutkimuksissa on todettu perheiden alhaiseen sosioekonomiseen asemaan liittyvien lasten kehityksen ongelmia ehkäisemisen interventioiden vähentävän merkittävästi näiden perheiden lasten ja nuorten rikollisuutta, väkivaltaista käytöstä ja jonkin verran päihdekäyttöä sekä kohentavan heidän yleistä terveyttään.

EHYT ry:n vuoden 2018 lopulla toteuttamassa Nuorten kulttuuri ja päihteet –selvityksessä esille nousseet syyt alkoholin käytölle ovat johdettavissa suoja- ja riskitekijöistä eli nuorta suojaavia tekijöitä kannattaa vahvistaa ja riskitekijöitä ehkäistä. Hyvät ja luotettavat kavereisuhteet, mielekäs tekeminen vapaa-ajalla sekä kyky käsitellä tunteita ja hallita stressiä ovat kaikki päihteidenkäytöltä suojaavia tekijöitä. Jos nuori ei pysty olemaan oma itsensä kavereidensa seurassa, kavereiden kanssa ei löydy järkevää yhteistä tekemistä ja arjen haasteet aiheuttavat suoriutumispaineita, ovat ne riskitekijöitä päihteiden käytölle.

Nuorten kulttuuri ja päihteet -selvityksessä tutkittiin myös nuorten syitä olla käyttämättä alkoholia. Jopa 46 prosenttia 15–29-vuotiaista nuorista kertoi kyselyssä, ettei halua humaltua, menettää kontrollia tai sekoilla. Samassa kyselyssä 38 prosenttia kertoi, että alkoholista tulee paha olo. Kolmenkymmenen seitsemän prosentin mielestä alkoholi on kallista tai siitä voi koitua terveystaittoja.

Edellä mainituista alkoholista pidättäytymisen syissä merkillepantavaa on erityisesti tieto alkoholin mahdollisista terveystaittoista, koska tähän huoltajat ja ammattilaiset pystyvät omalla toiminnallaan

vaikuttamaan. Laajoissa tutkimuksissa on myös osoitettu, että vanhempien kielteinen asenne nuorten alkoholinkäyttöä kohtaan sekä vanhempien hyvä suhde nuoriin vähentävät nuorten alkoholinkäyttöä.

Useissa tutkimuksissa on osoitettu perhetaustan olevan yhteydessä ihmisen myöhempään hyvinvointiin: tiedetään, että turvallinen lapsuuden kasvuympäristö suojaa päihteiden käytöltä nuoruudessa. Perheet ja vanhemmat saattavat kohdata monenlaisia vaikeuksia, jotka vaikuttavat heidän lastensa myöhempään hyvinvointiin. Tällaisia ovat tutkimusten mukaan esimerkiksi

- työttömyys
- toimeentulovaikeudet
- asumisen ongelmat
- mielenterveys- ja päihdeongelmat
- muut terveysongelmat
- vanhempien väliset jatkuvat riidat, konfliktit ja avioero
- väkivalta ja laiminlyönti

Väestötutkimusten mukaan yleisimpiä aikuisena raportoituja lapsuuden perheen vakavia vaikeuksia olivat esimerkiksi isän alkoholiongelma, pitkäaikaiset taloudelliset ongelmat, vanhempien avioero ja muut perheen sisäiset konfliktit sekä vanhempien vakavat sairaudet tai vammat (13–29 %).

Onneksi tutkimusten mukaan vanhempien ongelmat eivät kuitenkaan automaattisesti määrää lasten myöhempää hyvinvointia. Vaikka lapsuuden elinolot ovat voimakkaasti yhteydessä myöhempien elämänvaiheiden hyvinvointiin, tutkimustulokset eivät tue käsitystä siitä, että ihmisen hyvinvointi määräytyisi ennalta lapsuuden olosuhteiden perusteella. Niinpä ehkäisevällä päihdetyöllä on mahdollista parantaa kaikkien lasten ja nuorten hyvinvointia ja vaikuttaa heidän myöhempään elämänsuuntaan ja elämänvalintoihinsa.

”Alkoholihaitat vaikuttavat perheiden sisällä ja yli sukupolvien. Alkoholista riippuvaiset vanhemmat menettävät juomisen vuoksi usein terveytensä ja täyden kykynsä toimia vanhempina ja lapset saattavat joutua ponnistelemaan yli voimiensa. Ongelmat ovat myös määrällisesti lisääntymässä, sillä alkoholin käyttö on viime vuosikymmeninä ollut niin hyvässä kuin pahassa yhä enemmän läsnä kaikessa suomalaisessa elämänmenossa. On epärealistista ajatella, että yksittäiset perheet tai vanhemmat kykenisivät yksin varjelemaan tulevaa sukupolvea ongelmilta. Siksi sellaiset ennaltaehkäisy muoto, jotka pystyvät koskettamaan perhekulttuureja, kasvatuksen ja kasvamisen ehtoja suomalaisessa kulttuurissa ovat tärkeitä. Tarvitaan yhteisiä toimia ja yhteistä keskustelua.”

(Sukupolvien sillat ja kasvamisen karikot – vanhemmat, lapset ja alkoholi 2016)

Lisää tietoa:

Huono-osaisuuden ylisukupolvisuus

<https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tyon-tueksi/nuorten-syrjaytyminen/huono-osaisuuden-ylisukupolvisuus>

Sukupolvien sillat ja kasvamisen karikot – vanhemmat, lapset ja alkoholi

https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/131418/URN_ISBN_978-952-302-738-1.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Lapsiperheiden ja erityisesti riittävän hyvän vanhemmuuden tukeminen sekä omien tunteiden käsittelytaitojen opettaminen ovat nykytietämyksen valossa hyvin tärkeää jo neuvolasta ja raskaudensuunnittelusta alkaen koko ihmisen elämänkaaren ajan, koska viime vuosina on alettu yhä enemmän kiinnittämään huomiota kiintymyssuhteiden vaikutukseen riippuvuusongelmissa. Useissa tutkimuksissa on havaittu, että turvaton kiintymyssuhde on yhteydessä päihteidenkäyttöön. Turvaton

lapsuus ei välttämättä johda riippuvuusongelmaan, mutta suurimmalla osalla päihteiden käyttäjistä on taustallaan turvaton kiintymyssuhde. On myös havaittu, että turvaton kiintymyssuhde on yhteydessä varhaisempaan päihteidenkäytön aloittamiseen.

Monet päihteidenkäyttäjien kanssa työskennelleet ovat havainneet, että säännöllisesti ja pitkään päihteitä käyttänyt ihminen ei varsinaisesti hae aineesta mielihyvää. Päihteiden pitkäaikainen käyttäjä vaikuttaa enemmänkin säätelevän aineen avulla sietämättömiä tunnetilojaan. Vaikuttaisi siltä, että käyttäjä yrittää päästä pois edes hetkeksi tyhjyyden, riittämättömyyden tai häpeän tunteista. Monille käyttäjille onkin ominaista, että omille tunteille on vaikea löytää sanallista muotoa. Tunteita ei ehkä tunnisteta, tai jos tunnistetaan, niitä on hankala säädellä.

Kun perhe tai perheenjäsen tulee palvelujen piiriin, tulisi perheen kokonaistilanne kartoittaa ja ottaa osaksi ongelmien ratkaisua, oli kyse sitten esim. toimeentulontuesta, työ- ja elinkeino- tai mielenterveys- ja päihdepalveluista. Esimerkiksi lapset, joiden vanhemmilla on mielenterveysongelma, selviytyvät yleensä hyvin, jos vanhemmat pystyvät vaikeuksistaan huolimatta tukemaan lasta. Erityisesti huono-osaisuuden ylisukupolvisuuden katkaisemisessa ratkaisevaa on vanhemmuuden ja lasten pärjäävyyden tukeminen.

- Varmistetaan sekä lasten että vanhempien tuen tarve
- Tuetaan vanhemmuutta kohti lapsen ja vanhemman välistä turvallista kiintymyssuhdetta
- Annetaan perheille tukea mahdollisimman varhaisessa vaiheessa
- Huomioidaan perhe palveluissa kokonaisuutena

	SUOJAAVAT TEKIJÄT	RISKITEKIJÄT
KOULUSSA	<ul style="list-style-type: none"> - selkeät säännöt/ohjeet ja odotukset aikuisten taholta - myönteiset teot ja edistymiset huomioidaan - yhteenkuuluvuuden, osallisuuden ja kiintymyksen tunteet - hyvä tunne- ja sosiaalinen ilmasto - oppilaat viihtyvät ja koulutyö sujuu hyvin - menestys koulutyössä /onnistumisen tunteet - selkeät rajat kiusaamiseen, vahingontekoon ja pinnaamiseen - hyviä, turvallisia aikuisia esikuvina 	<ul style="list-style-type: none"> - viihtymättömyys - kouluhaluttomuus, poissaolot - oppimisvaikeudet - epäjärjestys, jäsentymättömyys - kohtuuttomat odotukset koulun aikuisten taholta - epäonnistumisen kokemukset koulussa - kiusaaminen tai kiusatuksi joutuminen
KOTONA	<ul style="list-style-type: none"> - selkeät säännöt ja odotukset huoltajien taholta - hyvät ja rakastavat suhteet ja luottamuksellinen keskusteluyhteys - myönteisten tekojen huomiointi - huoltaja tietää, mitä lapsi puuhaa kodin ulkopuolella 	<ul style="list-style-type: none"> - vanhempien/muiden samassa taloudessa asuvien päihteidenkäyttö - haasteet ja ongelmat kiintymyssuhteessa, kasvatuksessa ja huolenpidossa - huonot, etäiset välit huoltajiin - vakavat ristiriidat perheessä

	- <i>Huoltajien kielteiset asenteet nuorten päihteidenkäyttöön</i>	- <i>huoltajat tai muut aikuiset, jotka tarjoavat tupakkaa ja alkoholia</i> - <i>huoltajat eivät tiedä, mitä lapsi tekee ja missä on vapaa-aikanaan</i>
YKSILÖ, TOVERIT	- <i>sosiaaliset ja kognitiiviset taidot</i> - <i>koulumenestys</i> - <i>ystävät, kaverit ja harrastukset</i> - <i>kyky selvittää ristiriitoja</i> - <i>kyky käsitellä erilaisia tunteita ja sietää pettymyksiä</i> - <i>kyky käsitellä riskejä</i> - <i>kyky ennakoida seurauksia</i> - <i>tunne siitä, että omaan elämään voi vaikuttaa</i> - <i>aikuisia esikuvia ja luottamukselliset suhteet aikuisiin</i>	- <i>varhain alkanut ja pitkäaikainen epäsosiaalinen käyttäytyminen</i> - <i>keskittymisvaikeudet</i> - <i>kaverit, kaveripiirit, joilla on ongelmia</i> - <i>myönteisesti päihteisiin suhtautuvat kaveripiirit</i> - <i>päihteidenkäytön varhainen aloittaminen ja myönteinen asenne niitä kohtaan</i> - <i>biologiset/geneettiset tekijät</i> - <i>aikuiset, jotka tarjoavat alkoholia</i> - <i>hyvien aikuisten esikuvien puuttuminen</i>
YHTEISKUNNASSA	- <i>päihteiden saatavuuden rajoittaminen</i> - <i>selkeät odotukset ja säännöt nuorten päihteidenkäytön suhteen</i> - <i>tasavertainen kohtelu</i>	- <i>päihteiden saatavuuden puutteellinen valvonta</i> - <i>epäselvät odotukset ja säännöt nuorten päihteidenkäytön suhteen</i>

Varhaiskasvatus

Vaalassa varhaiskasvatus on ollut maksutonta vuoden 2020 alusta lähtien. Tämä osaltaan lisää lasten tasavertaista mahdollisuutta osallistua varhaiskasvatuksen toimintaan. Varhaiskasvatus tavoittaa suurimman osan alle kouluikäisistä lapsista ja lapsiperheistä. Varhaiskasvatuksen tehtävänä on edistää lasten terveyttä ja kaikenlaista hyvinvointia. Varhaiskasvatus tekee monitoimijaisista yhteistyötä lapsen turvallisen kasvuympäristön tukemiseksi. Lapset Puheeksi -keskustelua tarjotaan esiopetusikäisten lasten perheille. Monitoimijaisen yhteistyön käytänteet on kirjattu Tuen Portaat-malliin. Mikäli varhaiskasvatuksessa tunnistetaan päihdeongelmia kotonaan kohtaava lapsi, huoltajien kanssa syntynyt luottamuksellinen suhde antaa mahdollisuuden tukea lasta ja ohjata ja kannustaa huoltajaa hakeutumaan avun piiriin.

Lastenneuvola ja varhaiskasvatus lapsen päihteettömän kasvuympäristön tukena:

Tue lapsen turvallista kasvua ja kehitystä – ota huoli puheeksi!

https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/135921/TT_Lastenneuvola%20ja%20varhaiskasvatus.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Perusopetus ja lukio

Yhtenäiskoulu ja lukio ovat Vaalassa merkittävä ja keskeinen osa kasvavan lapsen ja nuoren turvaverkkoa, joka yhdessä toimien turvaa hänelle parhaat mahdolliset eväät elämään. Ehkäisevä päihdetyö on osa yhtenäiskoulumme ja lukion terveyden ja hyvinvoinnin edistämistyötä.

Koulussa on mahdollista tehdä pitkäjänteistä ehkäisevää päihdetyötä osana terveydenedistämistä. Päihdeasiat kuuluvat useiden oppiaineiden sisältöihin. Opetussuunnitelmissa toteutettava laaja-alaisen osaamisen edistäminen sisältää tietojen, taitojen, arvojen, asenteiden ja tahdon muodostamaan kokonaisuutta, johon sisältyy kyky käyttää tietoja ja taitoja tilanteiden edellyttämällä tavalla. Monialaiset opinnot yhdistävät eri oppiaineita. Itsestään huolehtimisen taidot sisältävät mm. päihdevalistusta. Päihdevalistus alakouluilla toteutetaan laaja-alaisesti eri oppiaineissa ja yläkoulussa se kuuluu terveystiedon oppiaineeseen.

Lukion opintosuunnitelmassa on kaikille pakollinen terveystiedon kurssi, jossa käsitellään myös päihteiden käyttöä, päihteisiin liittyviä asioita sivutaan myös monissa muissa oppiaineissa. Lukiolla ensimmäisen vuoden opiskelijoille tehdään terveydenhoitajan tarkastus ja toisena vuonna lääkärin tarkastus, joissa otetaan puheeksi päihteet. Päihteiden käyttö huomioidaan myös muilla käynneillä ja ohjausta annetaan tarpeen mukaan.

Ehkäisevän päihdetyön viikon teemat, tapahtumat ja kampanjat näkyvät kouluilla. Yhteistyötä ehkäisevässä päihdetyössä tehdään mm kunnan hyvinvointiosaston kanssa. Koululla on käytössä EHYT ry:n Juteltaisko-mallin mukaiset oppitunnit alakoulun 5.-6. luokkalaisille ja tähän malliin kuuluva vanhempainilta heidän huoltajilleen. Yläkoululla toimivat vertaisosaajat: Nuuska-agentit ja myös koulupoliisi pitää säännöllisesti valistustunteja 4. ja 8. luokkalaisille.

Tutustu lisää:

Ehyt ry:n Juteltaisko-mallin mukaiset päihdeoppitunnit alakoulun 5. ja 6. luokkalaisille sekä vanhempainiltamalli

<https://ehyt.fi/tuote/juteltaisko-oppituntimateriaali-ja-ohjaajan-opas/>

EHYT ry:n tuottamassa Nuuska-agenttimallissa nuoret ovat itse ehkäisevän päihdetyön tekijöitä ja vertaisosaajia nuorten keskuudessa.

<http://smokefree.fi/nuuska-agentti/>

Vanhempainilloissa / koko perheille tarkoitetuissa tilaisuuksissa annetaan tarvittaessa ajankohtaista tietoa ja vahvistetaan vanhemmuutta nuorten elämänhallintataitojen kehittämiseksi. Kouluterveyskysely ja muut hyvinvointiin liittyvät kyselyt tarjoavat tietoa oppilaiden ja lukion opiskelijoiden päihteiden käytöstä sekä monista suojaavista ja riskitekijöistä. Tämä antaa sekä yksittäiselle koululle että alueelle mahdollisuuden suunnitella ehkäisevää toimintaa ajankohtaisen tutkimustiedon perusteella.

Parasta ennaltaehkäisevää työtä on lasten ja nuorten omien sisäisten voimavarojen, kuten sosiaalisten taitojen ja itsetunnon kasvattaminen ja tukeminen. Koulun ja kodin yhteistyö on ensiarvoisen tärkeää. Vanhemmilla ja huoltajilla on ensisijainen vastuu lapsen / nuoren hyvinvoinnista. Kaikkien koulun aikuisten vastuulla on auttaa ja tukea oppilaiden ja opiskelijoiden turvallista kasvua ja kehitystä. Opettajat ja muu henkilökunta puuttuvat välittömästi mahdolliseen päihteiden käyttöön. Koulun tilaisuudet tarjoavat esimerkkejä päihteettömästä arjesta ja juhlista. Koulu- ja oppilas- sekä opiskelijaterveydenhuolto sekä suun terveydenhuolto tavoittavat kaikki ikäryhmät ja ovat keskeisiä toimijoita terveyden edistämistyössä. Oppilaiden nikotiinituotteiden ja muiden päihteiden kokeilut tai käyttö otetaan puheeksi matalalla kynnyksellä kaikissa asiakastapaamisissa. Oppilas- ja opiskelijahuoltohenkilöstö huomioi mahdollisen päihteiden käytön tai haitallisen pelaamisen vaikutukset

oppilaan kokonaistilanteeseen. Jokaisella koululla on oma suunnitelma oppilaiden suojaamiseksi väkivallalta, kiusaamiselta ja häirinnältä.

Vaalalaisten lasten ja nuorten hyvinvointi ja päihteiden käyttö kouluterveyskysely 2017 mukaan

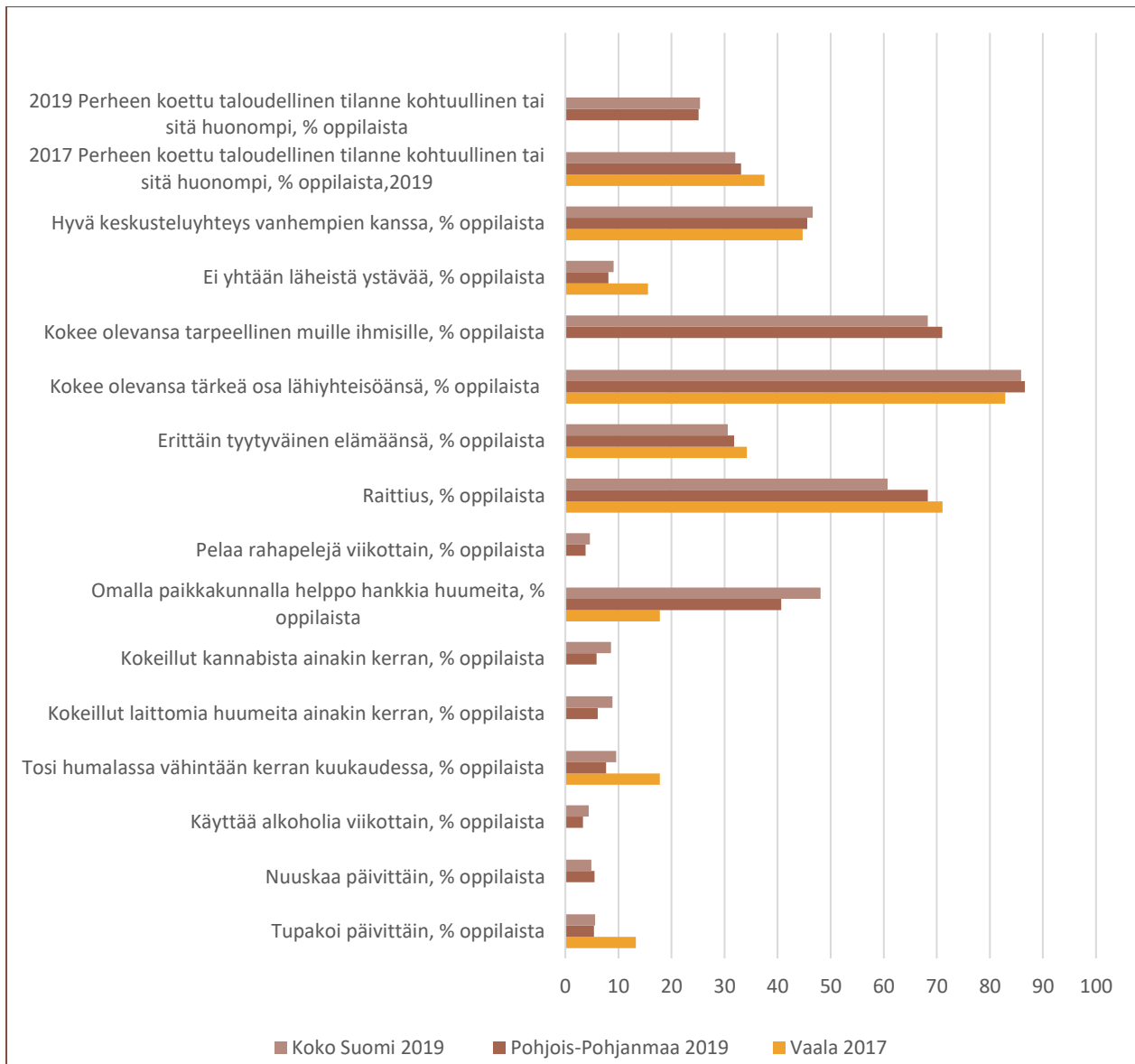
Kouluterveyskyselyiden tuloksissa 2017 ja 2019 merkillepantavaa on, että tupakoinnin vähentyessä nuuskan käyttö lisääntyi niin koko maassa kuin Pohjois-Pohjanmaalla. Nuuskan käytön lisääntyminen oli suurempaa tytöillä. Samanlainen trendi oli nähtävissä alkoholin käytön kulutuksen laskemisena, mutta huumekekoilujen kasvamisena. Tässäkin nousua oli enemmän tytöillä. Tuloksien mukaan tytöt myös kokivat poikia enemmän, että huumeita oli helppo hankkia kotikunnassa. Koko maassa nuoret kokivat huumeiden saatavuuden helpoksi. Pohjois-Pohjanmaalla alaikäisten tupakkatuotteiden hankkiminen välittämisen kautta on kuitenkin kyselyn mukaan vähentynyt.

Ammattiin opiskelevilla havaittiin selvää laskua humalajuomisen hyväksymisessä ja ylipäättään suotuisaa kehitystä monissa asioissa, mikä kenties kertoo onnistuneesta oppilaitoksissa tehdystä ehkäisevästä päihdetyöstä. Siinä missä 16,6 prosenttia ammattikoulussa opiskelevista pojista hyväksyi ikäistensä kannabiksen käytön, lukiolaispojista sen hyväksyi useampi, 21,3 prosenttia.

Perheiden taloudellinen tilanne näyttää kyselyn tulosten perusteella parantuneen vuonna 2019 koko maassa vuoteen 2017 verrattuna. Korona-epidemia tuonee kuitenkin tähän 2020 muutosta huonompaan suuntaan työttömyyden jälleen kasvaessa.

Vaalassa on toisen asteen opintoihin mahdollisuus vain lukiossa ja moni nuori lähteekin opiskelemaan peruskoulun päätyttyä lähiseudun suurempiin kuntiin kuten Muhos, Oulu ja Kajaani. Vaalan lukiosta ei ole saatavilla tuloksia 2017-2019 pienen oppilasmäärän takia.

Vaalassa viimeisin peruskoulun 8. ja 9.lk kysely on tehty vuonna 2017, joten taulukossa on vuodelta 2019 vain koko Suomen ja Pohjois-Pohjanmaan tulokset. Taulukossa Vaalaa verrataan Pohjois-Pohjanmaan ja koko maan peruskoulujen 8. ja 9. luokkalaisiin. Samassa kaaviossa on mukana muita hyvinvointiin vaikuttavia sekä päihteisiin liittyviä tuloksia.



Päihdelinkki.fi-sivuston mukaan useimmat vanhemmat ovat vakuuttuneita siitä, että heidän lapsensa eivät käytä tupakkaa, alkoholia tai kannabista (marijuana tai hasis) ja ettei heillä myöskään ole kokemusta uhkapeleistä. Tilastot kertovat kuitenkin toista. Niiden mukaan suurin osa nuorista kokeilee päihteitä vähintään kerran tai kaksi.

Seuraavat tiedot perustuvat THL:n kouluterveyskyselyihin peruskoulun 8. ja 9. luokan, lukion 1. ja 2. luokan ja ammatillisten oppilaitosten 1. ja 2. vuosiluokan oppilaille vuonna 2019 **koko maassa**.

- **Tupakka:**

Peruskoulun 8.- ja 9. luokkalaisista tupakoi päivittäin noin 5,6 %. Lukion 1.-2. luokkalaisista tupakoi 2,8 % ja ammatillisten oppilaitosten 1.-2.-luokkalaisista tupakoi 18,5 % päivittäin. Tupakoivien määrä on laskusuunnassa.

- **Alkoholi**

Peruskoulun 8. ja 9. luokkalaisista noin 9,6 % on tosi humalassa vähintään kerran kuukaudessa. Noin 4,4 % käyttää alkoholia viikoittain. Lukion 1.-2. luokkalaisista vastaavasti 17,8 % ja ammatillisten oppilaitosten 1.-2. vuoden opiskelijoista 26,9 % juo itsensä kovaan humalaan vähintään kerran kuukaudessa. Viikoittaista alkoholin käyttöä on lukiolaisista 6,3 %:lla ja ammattikoululaisista 12,8 %:lla. Myös alkoholin käyttö on nuorten keskuudessa laskusuunnassa.

- **Huumeet**

Peruskoulun 8. ja 9. luokkalaisista 8,6 %, lukion 1.- 2. luokan oppilaista 13,8 % ja ammattikoulun 1.-2. vuoden oppilaista 19,7 % on kokeillut kannabista ainakin kerran. Kannabiskokeilut ovat suositumpia poikien kuin tyttöjen keskuudessa peruskoulussa ja lukiossa. Ammatillisissa oppilaitoksissa tyttöjen osuus kannabista kokeilleiden keskuudessa oli suurempi kuin poikien. Huumeiden hankkiminen koetaan helpoksi omalla paikkakunnalla.

Peruskoululaista 12,4 %, lukiolaisista 20,2 % ja ammattikoululaisista 21,6 % hyväksyvät ikätovereidensa kannabiksen käytön.

Syksyllä 2019 Oulunkaaren teettämän päihdetilannekartoituksen mukaan kyselyyn osallistuneista vaalalaisista jopa 87 % oli havainnut alaikäisten tupakointia ja 80 % oli havainnut alaikäisten alkoholin käyttöä viimeisen vuoden aikana. Lisäksi 60 % oli nähnyt nuuskaamista, 27 % rahapelaamista, 17 % kannabiksen käyttöä ja kymmenesosa huumeiden käyttöä.



Kunnan hyvinvointiosaston perusnuorisotyö, etsivä nuorisotyö sekä nuorten työpaja

Kunnan perusnuorisotyö vahvistaa nuorten elämänhallintataitoja, jolloin pyritään ennaltaehkäisemään päihteiden käyttöä. Ennaltaehkäisy pitää sisällään päihdehaittojen ehkäisyä, päihdeettömien valintojen tukemista ja tiedon jakamista esimerkiksi kampanjoin. Päihdekysymyksistä keskustelu nuorten kanssa ja nuorten päihdekokeiluihin puuttuminen ovat osa nuorisotyöntekijöiden arkea nuoria kohdatessa niin kasvokkain kuin verkossa. Kunnan nuorisopalveluiden järjestämät tapahtumat sekä nuortenillat Fobiat nuorisotila Ampparilla ovat päihdeettömiä. Perusnuorisotyössä tarjotaan mahdollisuuksia kokeilla erilaisia liikunnallisia harrastuksia ja motivoidaan nuoria terveellisiin, hyvinvointia vapaa-ajalla lisääviin harrastuksiin.

Etsivä nuorisotyö on erityisnuorisotyötä, jonka tavoitteena on tavoittaa alle 29 -vuotiaita nuoria, jotka ovat koulutuksen tai työelämän ulkopuolella tai tarvitsevat tukea saavuttaakseen tarvitsemansa palvelut. Etsivä nuorisotyö tarjoaa nuorelle varhaista tukea, jos nuori sitä haluaa, vahvistaa nuoren valmiuksia päästä elämässä eteenpäin ja on nuorelle aina vapaaehtoista. Etsivä nuorisotyö on läsnä nuorten

keskuudessa ja tarjoaa mahdollisuuden turvalliseen ja luottamukselliseen aikuiskontaktiin, etsii nuoren kanssa ratkaisuja nuoren pulmiin ja kysymyksiin sekä tukee nuorta hakeutumaan niihin palveluihin, joita hän tarvitsee ja haluaa. Pääteiden käyttö otetaan avoimesti esille asiakassuhteissa ja tarvittaessa nuorelle etsitään apua pääteiden käytön lopettamiseksi tai vähentämiseksi.

Vaalassa toimii myös nuorten työpaja Amppari. Työpaja on ponnahduslauta tulevaan elämään ja sillä ehkäistään osaltaan nuorten syrjäytymistä. Työpajatoiminta ohjaa pajalaista työn avulla hyödyntäen yksilö- että ryhmäohjausta. Työpajajakso on nuorelle siirtymävaihe koulutukseen tai työelämään. Työpajalla toteutuvat koulutukset mahdollistavat nuorten elämäntaitojen ja sosiaalisen vahvistumisen tukemista. Työpajalla nuori saa apua myös tarvittaessa päihdeongelmiinsa. Työpajan ehkäisevä päihdetyö näkyy nuorten kokonaisvaltaisen elämänhallinnan tukemisessa; terveellisten elämäntapojen ja elämänhallinnan opettelu osana.

Etsivästä nuorisotyöstä ja nuorten työpajoista lisää:

<https://www.intory.fi/etsiva-nuorisotyö/sidosryhmille/mita-on-etsiva-nuorisotyö/>

<http://www.entit.fi/>

<https://minedu.fi/tyopajat-ja-etsiva-nuorisotyö>

EHYT ry:n käytännön vinkit ehkäisevään päihdetyöhön kasvatustyötä tekeville ammattilaisille:

- Kohtaaminen, kuuntelu, läsnäolo: Kohtaa ihminen, älä pääteiden käyttäjää. Anna aina uusi mahdollisuus! Mieti myös omaa suhtautumistasi päihteisiin, sillä asenteesi tulee näkymään keskusteluissa.
- Puheeksiotto ja rohkeus: Uskalla ottaa vaikeat asiat puheeksi. Uskaltaudu puhumaan, vaikka et tietäisi kaikkia faktoja päihteistä. Tärkeintä on viesti, että olet kiinnostunut siitä, miten kohtamallasi henkilöllä menee.
- Päihdekäytön olosuhteet: Pohtikaa yhdessä pääteiden käytön syitä, koettuja hyötyjä, uskomuksia, kirjoittamattomia sääntöjä ja normeja. Miettikää keinoja rakentaa arkea ja saada iloa ilman päihteitä.
- Säännöt ja rajoitukset: Pohtikaa yhdessä työntekijöiden kesken, mitä sallitte ja mitä ette salli. Miettikää, miten suhtaudutte päihteiden käyttöön, myyntiin ja välittämiseen tai päihteitä ihannoivaan puhumiseen. Miettikää etukäteen, miten toimitte, jos rajoituksia rikotaan, jotta suhtautuminen on mahdollisimman oikeudenmukaista. Jutelkaa yhdessä rajoitusten syistä ja tavoitteista sekä laatikaa yhteisön säännöt yhdessä. Päivittäkää sääntöjä tarpeen mukaan tilannetta paremmin vastaavaksi. Muistakaa, että rajojen asettaminen on huolehtimista.
- Suunnitelmallisuus ja vastuun jako: Luokaa ehkäisevälle päihdetyöllä rakentetut työyhteisössänne. Merkitkää kalenteriin ja täyttäkää vuosikelloon ehkäisevän päihdetyön teemat. Nimetkää jokaisen vastuut ja jakakaa työn kuormaa. Kun on olemassa yhteiset käytännöt, jotka toimivat, jää aikaa ja voimavaroja reagoida ja olla läsnä.
- Vertaistuki ja hyvät käytännöt: Jakakaa kokemuksianne, haasteitanne ja toimintatapojanne niin oman työyhteisön sisällä kuin moniammatillisestikin. Osallistukaa verkostotyöhön ja kyseenalaistakaa toimimattomat käytännöt. Kertokaa rohkeasti omat toimivat tapanne.

Lisää tietoa päihdekasvatuksesta

ehyt.fi <https://ehyt.fi/paihde-peli-info/mita-on-ehkaiseva-paihdetyo/paihdekasvatus/>

Tukea ehkäisevään päihdekasvatukseen koululla [https://ehyt.fi/tuote/ehkaisevaa-paihde-ja-pelikasvatusta-koululle-ja-oppilaitoksille-esite/](https://ehyt.fi/tuote/ehkaisevaa-paihde-ja-pelikasvatusta-koululle-ja-oppilaitoksille-esite/thl.fi)
thl.fi

<https://thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/ehkaiseva-paihdetyo/paihdekasvatus-ja-valistus>

- Päihdekasvatuksessa valttia ovat toisto, riittävä kesto, intensiivisyys ja vuorovaikutteisuus. Yhdensuuntaisen esitelmöinnin sijaan keskusteleva tyyli ja nuorten osallistaminen toiminnan suunnitteluun ja toteutukseen ovat osoittautuneet hyviksi toimintatavoiksi.

- On tärkeää muistaa, että aikuisen kielteinen asenne ala-ikäisten päihteidenkäyttöön on tärkeämpää kuin se, käyttääkö aikuinen itse päihteitä vai ei!

Vaalan aikuisväestö

Kuntien avainluvut- palvelun mukaan Vaalan kaikista asukkaista vuonna 2019 (yhteensä 2792) 15-64-vuotiaita oli 51,5 % väestöstä. Työllisyysaste vuonna 2018 oli 62,6 % ja työttömien osuus työvoimasta 14,4 %.

Aikuisten ehkäisevän päihdetyön tavoitteena on edistää päihdeettömiä elämäntapoja tiedon, itsearviointin ja varhaisen puheeksi oton keinoin. Kuntalaisille tuotetaan tietoa päihdehaitoista ja välineitä niiden ehkäisyyn ja hallintaan sekä tehdään tunnetuksi ehkäisevää päihdetyötä. Toiminta kohdentuu kuntalaisiin sekä suoraan että ammattilaisten välityksellä. Asiakas saa sekä tietoa, arviointivälineitä ja vertaistukea omatoimiseen muutokseen. Ammattilaisille pyritään turvaamaan riittävät työvälineet ja osaaminen.

Alkoholin liikkakäyttö on yksi keskeisimmistä suomalaisen yhteiskunnan terveysuhista. On arvioitu, että vähintään 13 prosenttia koko maan väestöstä (eli 560 000 suomalaista) käyttää alkoholia niin, että heillä on kohonnut riski pitkäaikaisille terveyshaitoille. Pohjois-Pohjanmaalla joka 3. työikäinen käyttää liikaa alkoholia (32,4 % 20-64-vuotiaista, sotkanet.fi). Humalahakuisesti juovia työikäisiä Pohjois-Pohjanmaalla on enemmän kuin muualla ja tämä korostuu etenkin matalammin koulutetun väestön parissa.

Alkoholiin liittyvät kuolinsyyt ovat viime vuosina olleet yksi työikäisten yleisimmistä kuolemansyistä. Alkoholin aiheuttamien terveysongelmien määrän tiedetään olevan suorassa suhteessa alkoholin kokonaiskulutukseen. Alkoholin runsas käyttö lisää sairastavuutta, pahentaa monien sairauksien oireita ja lisää riskiä ajautua työelämän ulkopuolelle. Lisäksi alkoholi selittää miehillä noin neljänneksen väestöryhmien välisistä ns. sosioekonomisista eroista kuolleisuudessa.

Erilaiset mielenterveyden häiriöt sekä elämän altistavat päihteiden käytölle myös aikuisikäisiä. Masennus tai masennustilat ovat kaksi kertaa yleisempiä päihdehäiriötä sairastavilla verrattuna muihin. Etenkin miesten tiheä humalajuominen liittyy masennusoireisiin. Masennuksen ja alkoholin ongelmakäytön yhteys selittyy joko sillä, että masennusta yritetään helpottaa juomalla tai alkoholin käyttö itsessään aiheuttaa masennusta. Kaikkien vaalalaisten kokonaisvaltainen hyvinvointi ja psyykkisen resilienssin (eli psyykinen muutosjoustavuus, palautumiskyky elämän haasteista ja kriiseistä) vahvistuminen ovat tärkeitä ehkäisevän päihdetyön tavoitteita.

Lisää resilienssistä:

<https://mieli.fi/fi/mielenterveys/vaikeat-el%C3%A4m%C3%A4ntilanteet/sairastuminen-voi-olla-kriisi/mit%C3%A4-resilienssi>

Päihteiden vuoksi sairaaloiden ja terveyskeskusten vuodeosastoilla hoidossa olleet 25-64-vuotiaat / 1 000 vastaavan ikäistä. Indikaattori (id:713) ilmaisee vuoden aikana alkoholi, huumeaine, lääkeaine tai korvikkeet -päädiagnooseilla sairaaloiden ja terveyskeskusten vuodeosastoilla hoidossa olleiden 24 -64-vuotiaiden lukumäärän tuhatta vastaavan ikäistä kohti.

	2017	2018
Koko maa	3,8	3,8
Pohjois-Pohjanmaa	4,5	5,1
Oulunkaaren seutukunta	7,9	6,7
Vaala	14,9	10,2

Päihteiden käytön vuoksi sairaalahoitoa tarvinneiden henkilöiden määrä (25 - 64- vuotiaat suhteutettuna kyseiseen ikäluokkaan) on Vaalassa laskenut viime vuosina, mutta määrä on edelleen suurempi kuin Oulunkaaren seutukunnassa ja Suomessa keskimäärin. Päihteiden riskikäytön tunnistaminen peruspalveluissa on tärkeää, koska esimerkiksi alkoholin suurkulutus on monen sosiaalisen terveys- ja työkykyongelman taustalla. Sosiaali- ja terveyspalveluissa on hyvä sopia tavoista, jolla päihteiden käyttöä arvioidaan, riskikulutus tunnistetaan ja asiakkaita neuvotaan. Alkoholin puheeksi ottamiseen on monia erilaisia keinoja. Mini-interventiolla tarkoitetaan alkoholinkäytön puheeksi ottoa ja täten riskikulutuksen tunnistamista ja sitä kautta neuvontaa alkoholikulutuksen vähentämiseksi. AUDIT-testi toimii alkoholin puheeksi oton välineenä ja mittarina, jolla kartoitetaan alkoholin käyttömäärää.

Suomessa valtaosa kulutetusta tupakasta poltetaan savukkeina. Vuonna 2018 savukkeita kulutettiin 966 kappaletta 15 vuotta täyttänyttä henkilöä kohden. Tupakointi on vähentynyt miehillä 1960-luvulta alkaen ja naisilla eritoten 2000-luvulla. Miehistä päivittäin tupakoi 15 % ja naisista 13 %. Pohjois-Pohjanmaalla päivittäin tupakoivia 20-64-vuotiaita oli vuonna 2018 14% saman ikäisestä väestöstä. Pohjois-Pohjanmaalaiset työkikäiset nuuskaavat kaksi kertaa enemmän muuhun maahan verrattuna. Tuleekin huomata, että yksi nuuskapussi voi sisältää jopa neljä kertaa enemmän nikotiinia kuin yksi savuke.

Väestöryhmittäiset erot tupakoinnissa ovat edelleen suuret. Esimerkiksi matalammin koulutetut tupakoivat selvästi korkeasti koulutettuja yleisemmin, vaikka tupakointi on vähentynyt viime vuosina myös matalasti koulutetuilla. Raskauden aikana tupakoivien osuus on myös pienentynyt viime vuosina. Vuonna 2018 koko maassa alkuraskauden aikana tupakoi 11 % synnyttäjistä. Pohjois-Pohjanmaalla joka 10. raskaana oleva ei lopettanut raskaaksi tultuaan tupakointia, vaikka nykyisin tiedetään raskauden aikaisen tupakoinnin haitat sikiön terveyteen tulisi raskausajan tupakoinnin haitoista tiedottaa perheitä yhä enemmän.

Tupakkatuotteet vahingoittavat koko elimistöä. Vuosittain arviolta lähes 5 000 suomalaista kuolee tupakan aiheuttamiin sairauksiin. Joka kolmas syöpäkuolema on tupakan aiheuttama, ja joka viides sydän- ja verenkiertoelinten sairaus aiheutuu tupakoinnista. Keskimäärin tupakointi lyhentää elämää kahdeksan vuotta. Tupakointi on monien sairauksien riskitekijä ja pahentaa jo todettuja sairauksia. Vuodessa tupakkasairauksien hoitoon käytetään vähintään yhden keskussairaalan työpanos.

Tupakoinnin arvioidaan aiheuttaneen vuonna 2012 Suomessa noin 4 300–4 500 kuolemaa, yli 700 uutta työkyvyttömyyseläkejaksoa ja noin 340 000 vuodeosastohoitopäivää. Vuonna 2012 tupakoinnin aiheuttamien välittömien taloudellisten haittojen arvioidaan olevan yhteensä noin 617–621 miljoonaa

euroa. Tupakoinnin välillisten kustannusten arvioidaan olevan yhteensä 840–930 miljoonaa euroa. Tupakoinnin arvioidaan näin ollen aiheuttaneen vuonna 2012 yhteensä noin 1,5 miljardin euron taloudelliset haittakustannukset.

Suomen tupakkalain tavoite on tupakkalain alaisten tuotteiden käytön loppuminen. Käytännössä se tarkoittaa sitä, että tavoitteen mukaan enintään viisi prosenttia väestöstä käyttää tupakka- tai nikotiinituotteita päivittäin vuonna 2030. Tavoitteen saavuttamiseksi tarvitaan lisätoimia eritoten tupakoinnin lopettamisen tukeen liittyen.

Faktaa tupakan aiheuttamista sairauksista:

https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk01066

Savuton Suomi 2030

<https://savutonsuomi.fi/materiaalit/>

<http://www.28paivaailman.fi/>

Savuton työpaikka

https://savutonsuomi.fi/wp-content/uploads/2017/11/Savuton_tyo%CC%88paikka_esite.pdf

Tukea tupakoinnin lopettamiseen <https://stumpi.fi/>

Tupakasta vieroituksen neuvontakortti

https://savutonsuomi.fi/wp-content/uploads/2018/12/tupakasta-vieroituksen-neuvontakortti_STESO_2018.pdf

Lisätietoa tupakkalain tavoitteiden saavuttamisesta

https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/138512/URN_ISBN_978-952-343-384-7.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Kunnassa on huolehdittava, että sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisilla on riittävät ja ajantasaiset tiedot ehkäisevän päihdetyön toteuttamiseen. Tieto päihteiden käyttöön liittyvistä riskeistä ja haitoista sekä siitä mistä apua on saatavilla lisäävät päihteiden käyttöä koskevia terveyttä edistäviä valintoja. Terveydenhuoltopalvelut ovat avainasemassa yksilökohtaisessa terveysneuvonnassa (Terveydenhuoltolaki 1326/2010). Ennaltaehkäisevän tiedotuksen mahdollisuuksia on myös sellaisissa sosiaalipalveluissa, joissa toteutetaan riskikäyttöön kohdennettua lyhytneuvontaa. Haittoja kokevien ja heidän läheistensä tulee saada tietoa, mistä voi hakea apua. Haittariskejä koskevassa neuvonnassa tulisi kiinnittää erityistä huomiota elämänkaaren murrosvaiheisiin (esim. raskaus, siirtyminen alakoulusta yläkouluun, opiskelijaelämän aloittaminen, työttömäksi jääminen, eläkkeelle siirtyminen, puolison menettäminen).

Alkoholinkäytön arkistuminen lisää riskiä, että työpaikat kohtaavat entistä enemmän vaikeasti havaittavia alkoholihaittoja – oireina saattavat olla vain sairauspoissaolojen lisääntyminen tai lisääntyvä väsyneisyys tai ärtyisyys. Huumeidenkäytön kasvu lisää riskiä myös näiden haittojen kohtaamiseen: erityisesti nuoremmissa ikäluokissa suhtautuminen kannabiksen käyttöön on muuttunut viime aikoina sallivammaksi.

Työikäisten päihteiden käyttö voidaan tunnistaa monilla työpaikoilla ja monissa työpaikoissa onkin omia päihdeohjelmia ja ohjeita, miten päihteiden käyttö otetaan työpaikalla puheeksi. Päihdeohjelma on osa työkykyä ylläpitävän toiminnan ja työsuojelun kokonaisuutta. Monet työpaikat ovat sopineet yhteisiä pelisääntöjä päihdeettömyyden suhteen. Vaalan kunta näyttää esimerkkiä muille kaupungissa toimiville työnantajille olemalla savuton työpaikka.

Työttömien kohdalla ehkäisevä päihdetyö on erityisen tärkeää, koska työttömyys on iso riskitekijä elämänhallintaongelmien kasaantumiseen ja myös päihteiden käyttöön. Vaalassa työttömyys on lähtenyt uudestaan lisääntymään koronaepidemian takia vuonna 2020. Vaalassa työttömille tarjotaan ilmaista

terveystarkastusta, jossa otetaan päihteet puheeksi ja tehdään järjestelmällisesti kaikille Audit- testi. 2020 keväällä Vaalan kunta on aloittanut uuden VERTY-hankkeen, joka pyrkii löytämään työttömät ja työttömyysuhan alaiset henkilöt, saamaan heidät erilaisten palveluiden piiriin sekä kokoamaan heille tarkoitettut palvelut yhteen paikkaan ja helposti löydettäväksi. Toiminnan päätavoitteena on työttömien kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin lisääminen ja työelämävalmiuksien paraneminen. Kullekin asiakkaalle tarjotaan sopivaa ja henkilökohtaisesti kiinnostavaa tekemistä, jolla pyritään parantamaan asiakkaan itsetuntoa, osallisuutta, hyvinvointia ja heidän perheidensä hyvinvointia ja tätä kautta asiakkaiden työ- ja toimintakykyä. Pitkällä tähtäimellä toiminnan tarkoituksena on työelämän ulkopuolella olevien työllistyminen.

PSAVI:n raportin mukaan koko Pohjois-Pohjanmaan alueella on huumerikosten määrä kasvanut ja kasvua on myös ruiskuhuumeitten käyttöön liittyvissä hepatiittitartunnoissa. Vaalassa on ollut useita vuosia erityisen paljon poliisin tietoon tulleita rattijuopumustapauksia: vuonna 2019 4,3 tapausta/ 1000 asukasta, kun Pohjois-Pohjanmaan keskiarvo oli 3,0 ja koko Suomen 3,3.

Vuoden 2018 väestökyselyn mukaan seitsemän prosenttia 15–69-vuotiaista suomalaisista on joskus elämänsä aikana käyttänyt rauhoittavia lääkkeitä, unilääkkeitä tai vahvoja kipulääkkeitä ei-lääkinnälliseen tarkoitukseen. Huumeista ainoastaan kannabiksen käyttö on tätä lääkkeiden väärinkäytöksikin kutsuttua ilmiötä yleisempää.

Amfetamiini on jo pitkään ollut keskeinen käytetty huumausaine kaikkialla Suomessa. Sen rooli on merkittävä arvioitaessa huumausaineista yleisesti aiheutuvia haittoja ja lieveilmiöitä. Jätevesiseurannan perusteella amfetamiinia ja ekstaasia käytetään kutakuinkin kaikkialla Suomessa. Käyttö on jatkanut myös kasvamistaan ja jätevesitutkimusten perusteella näyttää siltä, että asukasluvuun suhteutettuna yleisimpiä seurattuja huumeita käytetään suurissa kaupungeissa enemmän kuin pienemmissä. Koronarajoitukset vähensivät joissakin kaupungeissa keväällä 2020 käyttöä mm. Oulussa.

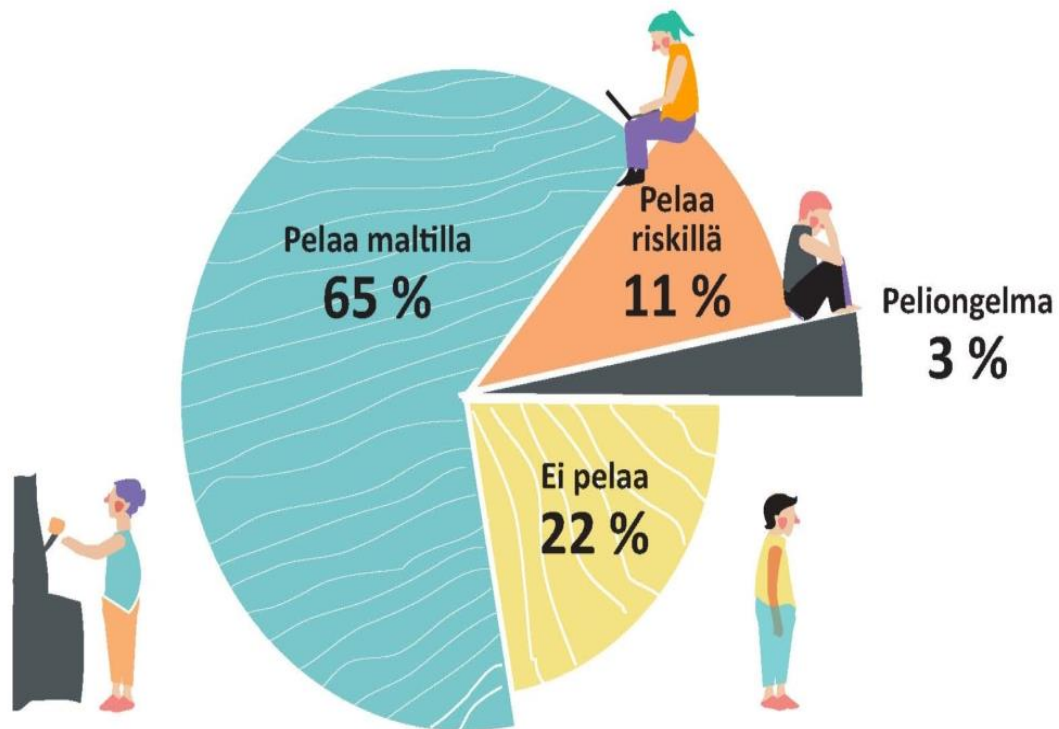
Vuonna 2018 huumeisiin liittyviä kuolemia oli Suomessa 100 000 asukasta kohden 4,7. Kuolleisuus huumeisiin on Suomessa muiden Pohjoismaiden tavoin korkeampaa kuin muualla Euroopassa. Huumeisiin kuolleista oli miehiä yli 70 prosenttia, mutta huumeilla tehdyistä itsemurhista valtaosa oli naisten tekemiä.

Suomalaisten rahapeliongelmaluvut ovat Euroopan korkeimpia. Rahapelaamiseen kulutetun rahan määrää tarkasteltaessa Suomi on kärkimaita Euroopassa. Suomalaiset hävisivät Veikkauksen mukaan 1,69 miljardia euroa yksinoikeusjärjestelmän puitteissa toimeenpantuihin rahapeleihin vuonna 2019. Rahapelit näkyvät arjen ympäristössä monin tavoin. Koronaepidemia sulki rahapelit keväällä 2020 muutamaksi kuukaudeksi ja pelaaminen väheni koko maassa.

Suomalaisten rahapelaaminen 2019 - väestötutkimuksen mukaan rahapelien pelaaminen riskitasolla on vähentynyt. Suosituimpia rahapelejämmä ovat lotto, arvat ja rahapeliautomaatit. Miehet pelaavat rahapelejä naisia useammin. Naisista 75 prosenttia ja miehistä 82 prosenttia oli pelannut rahapelejä edeltävän vuoden aikana. Yleisintä pelaaminen on 25–44-vuotiaiden ikäryhmissä. Noin 11 prosenttia väestöstä eli 397 000 henkilöä pelasi riskitasolla eli heille aiheutui pelaamisesta yksittäisiä, lieviä haittoja. Lisäksi kolmella prosentilla väestöstä eli noin 112 000 henkilöllä oli rahapeliongelma. Näistä ongelman vakavin muoto, todennäköinen rahapeliriippuvuus, oli 1,4 prosentilla eli noin 52 000 henkilöllä. Rungas viidennes eli noin 21 prosenttia Suomalaisten rahapelaaminen 2019 - tutkimukseen vastanneista kertoi, että ainakin yhden läheisen rahapelaaminen oli ollut ongelmallista. Läheisen peliongelma koskettaa siis noin 790 000:ta henkilöä ja heidän osuutensa on kasvanut.

15- 74- vuotiaista arvioidaan olevan

- riskitasolla pelaavia 10,7 prosenttia (n. 397 000 hlö)
- ongelmallisesti pelaavia 3,0 prosenttia (n. 112 000 hlö)
- rahapeliiriippuvaisia 1,4 prosenttia (n. 52 000 hlö)



Kuva: EHYT ry

Lisää tietoa

Ehyt.fi <https://ehyt.fi/paihde-veli-info/rahapelaaminen/>

Rahapelaaminen ja peliongelmat–Suomalaisten rahapelaaminen 2019

Rahapelien pelaaminen riskitasolla on vähentynyt

https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/139636/Suomalaisten%20rahapelaaminen%20ja%20peliongelmat%202019_tilastoraportti%2017.4.20..pdf?sequence=1&isAllowed=y

Pelirajaton.fi

<https://pelirajaton.fi/tietoa/tietoa-rahapeliongelmasta/>

Peluuri.fi

<https://www.peluuri.fi/fi/tietopankki/yleista-tietoa-rahapelaamisesta-ja-peliongelmasta/rahapelaaminen-suomessa>

Thl.fi <https://thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/rahapelit>

Koronaepidemiaan vaikutuksia rahapeliongelmiä kohdanneisiin pelaajiin ja läheisiin

<https://pelirajaton.fi/wp-content/uploads/sites/2/2020/05/Tilastoraportti.pdf>

Rahapelaamisen riskeille altistavia tekijöitä voidaan tutkimusten perusteella tunnistaa useita. Osa riskeistä liittyy heikkoon itsetuntoon tai elämynshakuiseen persoonallisuuteen. Mielenterveyden häiriöt ja keskittymisvaikeudet, kuten masennus, skitsofrenia tai ADHD, voivat myös altistaa rahapeliongelmalle. Runsaalla alkoholinkäytöllä voi olla rahapelaamista edistävä vaikutus. Toisille taas rahapelit voivat olla pakoaine vaikeissa elämäntilanteissa, kuten avioeron, työttömyyden tai läheisen kuoleman yhteydessä.

Lisäksi tietyt lääkkeet voivat laskea impulssikontrollia ja täten altistaa toiminnallisille riippuvuuksille, kuten rahapeliriippuvuudelle. Tällaisia lääkkeitä ovat Parkinsonin hoitoon käytettävät dopamiiniantagonistit kuten Levodopa ja kaksisuuntaisen mielialahäiriön ja skitsofrenian hoidossa käytettävä Abilify.

Valtaosalla pelaajista rahapelaaminen on hallinnassa, mutta osalle liiallisesta pelaamisesta koituu eriasteisia taloudellisia, sosiaalisia ja terveydellisiä ongelmia. Rahapelihaitat koskettavat suoraan tai välillisesti satoja tuhansia suomalaisia. Haittoihin on mahdollista vaikuttaa vastuullisella rahapelipolitiikalla, muilla ehkäisevän työn keinoilla sekä riittävällä tuki- ja hoitopalveluilla.

Vaalassa on asukaslukuun verrattuna suuri määrä pelikoneita: kaikkiaan 14 kappaletta. THL:n tutkimusten perusteella tiedetään, että rahapelejä pelaavat eniten vähätuloiset työttömät. Helsingin yliopistossa tutkittiin postinumeroittain pelikoneiden sijoittelua kolmessa isoimmassa kaupungissa. Todettiin, että pelikoneita on eniten alueilla, joilla on suurin työttömyys ja pienin tulotaso.

Veikkaus julkisti lokakuussa 2019 uuden strategiansa rahapelien aiheuttamien haittojen vähentämiseksi: rahapeliautomaateilla voi tammikuusta 2021 lähtien pelata vain tunnistautuneena. Tunnistautumisen avulla pelaaja voi asettaa itselleen pysyvän tai määräaikaisen pelikiellon.

Rahapeliautomaattien määrää myös vähennetään vuoteen 2025 mennessä jopa 8 000: lla kappaleella. Nyt niitä on kioskeissa, kaupoissa, ravintoloissa ja huoltoasemilla noin 18 500.

Monille pienille kaupille ja kahviloille erityisesti haja-asutusalueella rahapeliautomaatti on yksi tärkeä tulonlähde. Yksi pelikone tuottaa vuodessa keskimäärin 30 000 euroa, siitä 17 prosenttia miinus arpajaisvero on noin 14,9 prosenttia, mikä on yhden peliautomaatin keskimääräinen palkkio asiamiehelle.

Ikääntyneet/ seniorit

Yli 65-vuotiaiden alkoholinkäyttö on kasvanut koko Suomessa viime vuosikymmeninä ja kasvu näyttäisi edelleen jatkuvan. Suuret ikäluokat, jotka ovat kasvaneet alkoholimyönteisemmässä yhteiskunnassa, ovat eläköitymässä. Pohjois-Pohjanmaalla joka 3. yli 65-vuotias käyttää liikaa alkoholia, tämä on PSAVI:n selvityksen mukaan koko maan keskitasoa. Suurin osa ikääntyneistä käyttää kuitenkin yhä edelleen alkoholia terveyden kannalta riskittömästi.

Tilastokeskuksen Kuntien avainluvut -palvelun mukaan Vaalan kaikista asukkaista vuonna 2019 (yhteensä 2792) yli 64-vuotiaita oli 36,5 %. Ikääntyneillä yksinäisyys on päihteiden käyttöön liittyvä riskitekijä. Vaalassa 46,5 % vastaavan ikäisistä yli 75-vuotiaista asuu yksin. Kuntamme hyvinvointisuunnitelman mukaan senioreillemme hyvinvoinnin kannalta merkittävää on, että arjen asiat sujuvat, kodin ja asumisen turvallisuudesta on huolehdittu, naapuriapua on tarjolla eri-ikäisille, yhteisöllisyyden tunne, yksinäisyyden lievittyminen ja sosiaali- ja terveyspalvelujen läheisyys ja helposti saavutettavuus.

Ikääntyneet ovat työkäisiä alttiimpia alkoholin haitoille iän myötä elimistössä tapahtuvien muutosten takia. Tästä johtuen iäkkäiden alkoholinkäytölle on asetettu tiukemmat riskirajat. Riskirajat ylittävästä

alkoholinkäytöstä todennäköisesti seuraa merkittäviä terveyshaittoja. Noin joka viidennen yli 65-vuotiaan alkoholinkäyttö ylittää alla mainitut suositukset.

Yli 65-vuotiaiden alkoholinkäytön riskirajat ovat kaikille ikääntyville samat:

- yli 7 alkoholiannosta viikossa
- yli 3 annosta kerralla

Kunta on päättänyt panostaa ikäihmisten hyvinvointiin ja siten myös päihdehaittojenkin ehkäisyyn muun muassa palkkaamalla lokakuussa 2020 määräaikaisen hyvinvointisuunnittelijan, jonka tavoitteena on löytää ikäihmisten yksinäisyyden lievittämiseksi uusia keinoja sekä kehittää Löytävän seniorityön-mallia meidän kuntaamme.

Senioreiden päihdehaasteissa Vaalassakin korostuvat lääkkeiden ja alkoholin kielteiset yhteisvaikutukset ja iäkkäiden ihmisten ahdinko alkoholia käyttävän perheenjäsenen vuoksi. Näihinkin haasteisiin pyritään tarttumaan mm. tiedottamisen sekä löytävän seniorityön keinoin.

Päihdelinkki. fi

<https://paihdelinkki.fi/fi/tietopankki/tietoiskut/paihteiden-kayton-erityisryhmia/ikaantyneet-ja-paihteidenkaytto>

Ikääntyminen ja alkoholi omahoito-ohjeita, mielenterveystalo.fi

https://www.mielenterveystalo.fi/aikuiset/itsehoito-ja-oppaat/oppaat/tietoa_ikaihmissen_mielenterveydesta/psykiatriset_ja_neuropsykiatriset_ongelmat/Pages/ikaantymisen_ja_alkoholi.aspx

Puheeksiotto ikääntyneiden palveluissa

<https://thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/ehkaiseva-paihdeyto/alkoholinkayton-puheeksiotto-ja-mini-interventio/puheeksiotto-ikaantyneiden-palveluissa>

Yli 65-vuotiaan alkoholimittari

https://thl.fi/documents/10531/104447/Alkoholimittari_itsearviointi_A4_print.pdf

Vaalan kunnan hyvinvointiosaston kaikki palvelut kaikenikäisille vaalalaisille osana kunnan ehkäisevää päihdetyötä

Vaalan kunnan sisäinen organisaatiouudistus astui voimaan 1.1.2019., jolloin kunnassa aloitti uusi hyvinvointiosasto, johon kuuluvat hyvinvointipalvelut, nuorisopalvelut, kirjasto- ja kulttuuripalvelut.

Vaalan kunnan tavoitteena on edistää kuntalaisten hyvinvointia, terveyttä sekä fyysistä aktiivisuutta monin eri tavoin: Ehkäisevän päihdetyö kuuluu siten kaikille hyvinvointiosaston työntekijöille.

Hyvinvointikoordinaattorin tekemä elintapaohjaus on erittäin tärkeä osa ehkäisevää päihdetyötä kaikenikäisten ja erityisesti ikäihmisten parissa. Hyvinvointikoordinaattorin vastuulla olevat kunnan tarjoamat liikuntapalvelut edistävät ehkäisevää päihdetyötä ja hyvinvointia tarjoamalla mahdollisuuksia liikunnan harrastamiseen sekä järjestämällä ohjattua liikuntatoimintaa.

Pienessä kunnassa yritysten tarjoamia liikuntamahdollisuuksia on vähän ja siksi kunnan ylläpitämät liikuntapaikat sekä yhteistyössä yhdistysten kanssa järjestettävät liikuntatapahtumat ja -ryhmät ovat tärkeitä. Myös kansalaisopistolla on tärkeä rooli kuntalaistemme liikuttajana.

Valtakunnallinen liikunta- ja urheiluorganisaatio Valo ry on linjannut urheiluyhteisön yhteiset eettiset periaatteet, josta löytyy myös ehkäisevää päihdetyötä koskevat ihanteet ja tavoitteet:

- Tupakan, nuuskan, alkoholin, huumausaineiden ja muiden päihteiden käyttöä ei liitetä liikunnan ja urheilun maailmaan.
- Alkoholimainonta ja siihen liittyvä mielikuvamainonta on kielletty urheilutapahtumissa ja tiloissa, jotka on suunnattu lapsille ja nuorille.
- Tupakanpolto sekä nuuskan ja päihteiden käyttö on kielletty urheilusuorituspaikoilla ja katsomoissa.
- Lapsille ja nuorille suunnatun toiminnan yhteydessä on alkoholitarjoilu kokonaan kielletty.
- Aikuiset näyttävät lapsille ja nuorille mallia omalla päihdekäyttäytymisellään. Vastuu korostuu, kun alaikäiset ovat aikuisten vastuulla muun muassa pelimatkoilla.
- Ongelmapelaajia tuetaan ja etsitään heille osaavaa apua sekä edistetään peliongelmaa ehkäisevää työtä.

Vaalan kunnan kulttuuripalvelut tarjoavat osallistavaa ja päihdeetöntä toimintaa kaikenikäisille. Osallistuminen kulttuuripalvelujen tarjoamaan harrastetoimintaan tarjoaa mielekästä tekemistä, joka ennaltaehkäisee päihteiden käyttöä. Myös kunnan kirjastopalvelut tarjoavat palveluillaan ihmisten elämään terveellisiä, hyvinvointia lisääviä harrastusmahdollisuuksia sekä mahdollistavat asiakkailleen monipuolisen tiedon saamisen. Vuonna 2020 jo 10. vuotiaan viettävä Peliviikko on kirjastojen aloitteesta lähtenyt pelikasvatuksen teemaviikko, jonka tarkoituksena on rakentaa positiivista pelikulttuuria sekä vähentää pelaamiseen ja pelaajiin liittyviä ennakkoluuloja.

Lue lisää:

Peliviikko <https://www.peliviikko.fi/>

Hyvinvointisuunnittelija vastaa omalta osaltaan ehkäisevän päihdetyön suunnitelman toteuttamisesta Vaalan kunnassa mm. organisoimalla eri ikäryhmille suunnattuja väestökampanjoita Ehyt ry:n teemapäivien ja –viikon mukaisesti ympäri vuoden. Järjestämällä kansalaisten parissa tai esimerkiksi työpaikoilla häkämittauksia, joka auttaa havainnollistamaan tupakoinnin vaaroja. Olemalla osa ehkäisevän päihdetyön tekijätiimiä koululla ja nuorisotyössä. Tiedottamalla päihdeasioista ja esimerkiksi oma-apusivustoista somessa ja muissa tiedottamiskanavissa ja järjestämällä ehkäisevän päihdetyön koulutusta myös mm. ammatilaisille ja järjestötoimijoille. Hyvinvointisuunnittelija koordinoi myös ammatilaisille ja muille toimijoille järjestettäviä koulutuksia.

Nuorisotyöstä, etsivästä nuorisotyöstä ja nuorten työpajasta on mainittu erikseen kohdassa ”Kunnan hyvinvointiosaston perusnuorisotyö, etsivä nuorisotyö sekä nuorten työpaja”.

Hyvinvointiosasto tekee aktiivista ja tavoitteellista yhteistyötä Pohjois-Suomen AVI:n (PSAVI:n) verkostoissa kuten Ehkäisevän päihdetyön yhdyshenkilöverkostossa ja Mielenterveys-, päihde- ja väkivaltaverkostossa eli Miepäväki-verkostossa. Olemme olleet myös mukana suunnittelemassa ja yhtenä kumppanina Pohjois-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin kuntayhtymän hankehakemuksessa NikotiiniPakka-toimintamalli, jossa on tavoitteena nikotiinituotteiden saatavuuden ja haittojen ehkäisy Pohjois-Pohjanmaalla. Hankkeen rahoitus ratkeaa tammikuussa 2021. (Sosiaali- ja terveysministeriö (STM) päättää tammikuussa 2021 THL:n ehdotuksen pohjalta.)

Vaalan kunta on myös aktiivisesti mukana kansallisessa sosiaali- ja terveysministeriön johtamassa sote-uudistuksessa: Pohjois-Pohjanmaalla uudistuksen eteenpäin viemiseksi on perustettu POPsote-hanke, jossa kaikki maakunnan kunnat ja sote-organisaatiot ovat mukana.

Vaalalaiset järjestöt ja muut toimijat mukana tekemässä ehkäisevää päihdetyötä

Useat järjestöt tukevat omalla toiminnallaan Vaalan kunnassa tehtävää ehkäisevää päihdetyötä. Ehkäisevää päihdetyötä tekevien järjestöjen yhteistoimintaa koordinoi valtakunnallisesti Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry:n koordinoima ehkäisevän päihdetyön verkosto (EPT-verkosto). EPT-verkosto ottaa aktiivisesti kantaa päihdepoliittisiin uudistuksiin ja lakien valmisteluun. EPT-verkosto toimii foorumina eri toimijoiden avoimelle vuorovaikutukselle ja tarjoaa mahdollisuuden tietojen ja taitojen jakamiseen sekä toiminnan kehittämiseen toteuttaen mm. kampanjoita ja koulutuksia. Verkosto tuo esille laadukasta tietoa ja menetelmiä ja tekee ehkäisevän päihdetyön tuloksia näkyväksi.

Useilla paikallisilla järjestöillä on tavoitteena terveiden elämäntapojen, päihteettömyyden ja yhteisöllisyyden edistäminen paikallisesti. Kunnassa toimivat urheiluseurat kannustavat kaikenikäisiä terveellisiin elämäntapoihin. Vaalassa toimivat järjestöt, yhdistykset ja seurat tarjoavat eri ikäryhmille monipuolista toimintaa. Lasten ja nuorten parissa tehtävää hyvinvointityötä tekee Vaalassa mm 4H-järjestö sekä Mannerheimin Lastensuojeluliiton MLL:n Vaalan paikallisyhdistys muun muassa perhekahvilatoiminnallaan. Elinvoimasopimuksessa yhdistykset ja muut toimijat ovat sitoutuneet ehkäisevän päihdetyön ohjelman toimenpiteisiin.

Vaalalaisia järjestöjä sekä muita toimijoita tullaan suunnitelman mukaisesti kouluttamaan ehkäisevän päihdetyön menetelmien käyttöön omassa toiminnassaan ja siten parantamaan heidän valmiuksiaan toimia. Vaalan perustetaan ehkäisevää päihdetyötä suunnittelemaan ja koordinoimaan moniammatillinen ehkäisevän päihdetyöryhmä (EPT), jossa myös järjestöt ja muut toimijat ovat mukana.

Yrittäjiä ja kauppoja tullaan myös haastamaan yhteistyöhön; mm. Pakka-toimintamalliin mukaan sekä sitoutumaan, jotta alaikäisille tai päihtyneille myynti saataisiin kokonaan kunnassa loppumaan.

Vastuullisen myynnin ja vastuullisen anniskelun ohjeet

<https://www.julkari.fi/handle/10024/136175>

Viestitään vaikuttavasti

Ehkäisevässä päihdetyössä viestintä on tuloksen ja vaikuttavuustavoitteiden saavuttamisen kannalta avainasemassa. Ehkäisevää päihdetyötä tehdessä on tärkeää viestiä eettisesti tutkittuun tietoon perustuen päihteisiin liittyvistä riskeistä ja haitoista sekä riskien vähentämisen ja avun saannin mahdollisuuksista. Sähköinen viestintä on nykypäivänä luonut lisää mahdollisuuksia ehkäisevän päihdetyön viestintään. Viestinnän tulee olla kohderyhmälähtöistä ja osallistavaa.

Erityisesti nuorten, mutta myös kaikenikäisten parissa toimittaessa, samoin kuin kaikessa viestinnässä, on myös huomioitava eettisyys: vaikuttamaan ei voi pyrkiä aivan millä keinolla hyvänsä. Ylhäältä alaspäin suuntautuva viestintä ei yleensä kohtaa kuulijaa, vaan on mietittävä, millä tavalla kuulija voisi vaikuttaa tilanteen (tai viestin) kulkuun ja kokea osallisuutta. Monta samansuuntaista viestiä useasta vinkkelistä ja eri lähettäjäiltä saa sekin yleensä vastaanottajassa aikaan suuremman vaikutuksen kuin yksi ja ainoa kerran vuodessa julkaistu tietoisuus.

Valistusviestintää tehdään esimerkiksi kampanjoiden avulla, joita on ympäri vuoden. Tärkein kampanja-aika Vaalassakin on ehkäisevän päihdetyön viikko, joka on marraskuun alussa. Erilaisten kampanjoiden aikaan kunta viestii päihteiden käytön haitoista ja riskeistä eri kanavilla, kuten esimerkiksi sosiaalisessa mediassa. Ehkäisevää päihdetyön tiedottamista tehdään ehkäisevän päihdetyön toimintasuunnitelman

mukaisesti ja siitä vastaavat erityisesti hyvinvointisuunnittelija yhteistyössä kunnan viestinnän asiantuntijan kanssa. Tavoitteellisen ja oikea-aikaisen viestinnän aikaansaamiseksi kampanjat ja muut ohjelmassa suunnitellut tapahtumat ovat koottuna vuosikalenteriin.

Preventiimi.fi

Nuorisoalan ehkäisevän päihdetyön viestintäopas ja työkalu

<http://www.preventiimi.fi/wp-content/uploads/sites/28/2018/02/nept-viestint%C3%A4ty%C3%B6kalu.pdf>

- Kohderyhmälähtöisyys: missä kanavissa ja millaisilla viesteillä tavoitat kohderyhmän?
- Osallisuus: Millä saat nuoret innostumaan ept-keskusteluista ja tuomaan oman äänensä niihin? (tavoittele kaksisuuntaista viestintää)
- Eettisyys: viestintä ei saa loukata, leimata, vahingoittaa tai syrjiä ketään, esim. päihteidenkäyttäjiä tai nuoria itseään
- Viestin monitulkintaisuus: huomioi erilaiset tulkintavaihtoehdot, hyvän maun rajat ja viesti harkitusti-perehdytä nuoretkin!
- Viestinnän arviointi ja mittaaminen: miten viestintä sujui kunkin ept-toiminnon osalta: tavoitettiinko kohderyhmä, aktivoiko viestintä haluttua toimintaa? Millaista palautetta saatiin?

PREVENTIIMI2018

Omahoito-ohjelmia ja oppaita: mielenterveystalo.fi

<https://www.mielenterveystalo.fi/aikuiset/itsehoito-ja-oppaat/Pages/default.aspx>



Ehkäisevän päihdetyön tavoitteet ja toimenpiteet Vaalassa 2021- 2025

TAVOITTEET	TOIMENPITEET	KOHDERYHMÄ/KOHDERYHMÄT	JÄRJESTÄJÄ JA YHTEISTYÖKUMPPANIT	AJANKOHTA	MITTARI
<p>LAPSET JA LAPSIPERHEET Ylisukupolvisen syrjäytymisen ehkäisy varhainen tuki itsetunnon vahvistaminen päihdetietouden lisääntyminen lapsilla ja heidän vanhemmillaan sekä henkilökunnalla</p>	<p>Audit- kysely neuvolassa puheeksi ottaminen tupakoinnin lopettamisen tuki Lapset puheeksi-menetelmä perhekeskus- ja kohtaamispaikkatoiminnan aloittaminen vertaisryhmät tarjotaan perheille erilaisia ilmaisia tapahtumia, harrastusmahdollisuuksia tuetaan perheitä liikkumaan ja osallistumaan yhdessä huolehditaan, että lapsiperheet saavat tarvittaessa tukea varhaisessa vaiheessa esim. Lapsen tuen polku –menetelmä lasten vanhempien ongelmakäytön ja peliriippuvuuden tunnistaminen ja niihin puuttuminen.</p>	<p>lasta odottavat perheet alle kouluikäiset lapset ja perheet</p>	<p>Terveystoimijat neuvoloissa varhaiskasvatuksen henkilökunta</p>	<p>jatkuvasti</p>	

	päihdetietouden lisääntyminen: tiedon jakamista ja avointa keskustelua haasteellisistakin asioista mm nuorten tapahtumat, nuorisotyö, koulu, perhekerhot, vanhempainillat, somekanavat.				
NUORET Ylisukupolvisen syrjäytymisen ehkäisy varhainen tuki itsetunnon vahvistaminen päihdetietouden lisääntyminen lapsilla, nuorilla ja heidän vanhemmillaan sekä koulun henkilökunnalla Päihdehaittojen vähentäminen. Koulun keskeyttämisen ehkäisy. Yksinäisyyden vähentäminen	Juteltasko-päihdetunnit sekä vanhempainilta 4-5-luokalle keväällä 2021. (hyvinvointisuunnittelija ja kuraattori) Kouluun on koulutettu Ehyt ry:n oppien mukaiset Nuuska-agentit. Toimintaa jatketaan 2021. Koulutetaan uudet nuuska-agentit keväällä 2021. EPT-kampanjat 2021 mm. ehkäisevän päihdetyön eli EPT-viikkoon (vko 45) osallistuminen (lisää kohdasta teemapäivät ym.) EHYT ry Nuorisotyössä, koululla ja koko kunnassa hyödynnetään mm. Ehyt ry:n tarjoamia koulutuksia monipuolisesti. tupakoinnin lopettamisen tuki vuorovaikutteiset menetelmät päihdeteemojen käsittelyssä	peruskoulu ja lukio lapset ja nuoret	sivistys- ja hyvinvointiosastot Koulun henkilökunta kuraattori terveydenhoitaja hyvinvointisuunnittelija koulukoppari koulunuorisotyöntekijä		Osallistujamäärä

	<p>varhaisen puuttumisen -prosessin kuvaaminen</p> <p>huolehditaan, että lapset, nuoret ja perheet saavat tarvittaessa tukea varhaisessa vaiheessa. Esim. Lapsen tuen polku –menetelmä varhaiskasvatuksessa,</p> <p>vanhempainkoulu murrosikäisten lasten vanhemmille sekä alle 10-vuotiaiden lasten vanhemmille.</p> <p>puheeksi ottamisen ohjeistus, miten toimitaan, kun havaitaan syrjäytymisen merkkejä ja riskitilanteet.</p> <p>vanhempainillat, infot ajankohtaisista päihdeasioista kunnassamme</p> <p>vertaisryhmät</p> <p>kiusaamisen vastainen toiminta</p> <p>koulun tukioppilastoiminta</p> <p>osallisuutta lisäävää toimintaa</p> <p>luokkien hyvään ilmapiiriin tähtäävät, tarpeen mukaan toteutettavat, luokkien ryhmäyttämistunnit, ryhmäyttämiset aina uuden oppilaan tullessa luokkaan.</p>				
--	---	--	--	--	--

	<p>oppilas- ja opiskelijahuollon lisäämisen tarpeen tarkastaminen</p> <p>koulukopparitoiminta</p> <p>erityisen tuen tarpeessa olevien lasten ja nuorten hyvinvoinnin edistämisen toimintamallin kehittäminen.</p>				
<p>NUORISOTYÖ Nuorten yksinäisyys vähenee Nuorille on saatavilla mielekästä toimintaa</p> <p>kaikki nuoret saavat peruskoulunsa käytyä ja pääsevät töihin tai opiskelemaan sen jälkeen</p>	<p>ideariihi nuorisovaltuuston kanssa; nuorten ept kehittäminen nuorten kanssa</p> <p>kysely nuorille?</p> <p>kouluterveyskyselyn tuloksien käyttäminen monipuolisesti?</p> <p>tapahtumia, fobia- illat, torstaitupa verkossa tapahtuva toiminta esim. discord etänuorisotyö</p> <p>päihdekasvatus</p> <p>etsivän nuorisotyön sekä nuorten työpajan toiminta: Nuorten työttömien aktivointi, päihdehaittojen väheneminen</p> <p>ohjaamo</p>	<p>Nuoret 0-28- vuotta</p>	<p>nuorisotyöntekijä etsivä nuorisotyöntekijä hyvinvointisuunnittelija nuorten työpajan ohjaaja</p>		

	<p>supportiivista tukea antava aikuinen tavattavissa: nuorisotyöntekijät, etsivä nuorisotyö, nuorten työapaja</p>				
<p>TYÖIKÄISET päihdeongelmat vähenevät: työikäisten Päihdeongelmien varhaisella tunnistamisella ja rohkealla puuttumisella</p> <p>kaikkien, mutta erityisesti työelämän ulkopuolella olevien osallisuuden ja tarpeellisuuden kokemuksen lisääntyminen yksinäisyyden väheneminen perheiden hyvinvointi lisääntyy päihdeongelmaisten perheenjäsenille on tarjolla erilaista tukea</p>	<p>Päihdehaittojen ehkäisy erityisesti lapsiperheissä: kun perhe tai perheenjäsen tulee palvelujen piiriin huomioidaan perhe kokonaisuutena: Varmistetaan sekä lasten että vanhempien tuen tarve, tuetaan vanhemmuutta ja annetaan perheille tukea mahdollisimman varhaisessa vaiheessa.</p> <p>työpaikkojen päihdeohjelmien päivitys</p> <p>Haastetaan työpaikkoja mukaan päihdeohjelmiin, Ehyt antaa maksutonta neuvontaa (HUGO-malli)</p> <p>päihdeongelmien varhainen tunnistaminen, puuttuminen ja tarvittaessa hoitoonohjaus</p> <p>riskirajoista tiedottaminen</p> <p>työterveyshuollossa audit ja häkämittäus ja puheeksi ottamisen ohjaus</p> <p>työttömien terveystarkastukset</p>	<p>työikäiset töissä olevat työelämän ulkopuolella olevat:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Kotona lasta tai omaista hoitavat -Työttömät -Pitkällä sairauslomalla olevat 	<p>- työpaikat: päihdeohjelmista vastaavat työterveyshuollot hyvinvointiosasto urheiluseurat järjestöt</p>		

	<p>yksinäisyyttä vähentävää, osallisuutta lisäävää toimintaa, vertaistukea esim ryhmät</p> <p>päihteetöntä koko perheen toimintaa liikunnan parissa</p> <p>VERTY-hanke</p> <p>ohjaamot</p> <p>kohtaamispaikkatoiminta</p> <p>vertaisryhmät</p>				
<p>IKÄÄNTYNEET Ikääntyneiden osallisuuden ja tarpeellisuuden kokemuksen lisääntyminen ongelmallisen? päihteidenkäytön väheneminen yksinäisyyden väheneminen</p>	<p>eläkeläisjärjestöjen ept:n käynnistäminen/tuki</p> <p>päihdeongelmien varhaisella tunnistaminen, puuttuminen ja tarvittaessa hoitoonohjaus</p> <p>riskirajoista tiedottaminen</p> <p>kaveritoiminta</p> <p>ryhmätoiminnat/ vertaisryhmät</p> <p>löytävä seniorityö</p> <p>huolichätti</p>				

<p>YLEINEN EHKÄISEVÄ PÄIHDETYÖ Osaamisen lisääminen: Ammatillaiset tunnistavat päihteisiin ja ongelmapelaamisen liittyvät riskit ja haitat ja osaavat ottaa ne puheeksi sekä tarjota tukea jo varhaisessa vaiheessa.</p>	<p>Koulutusta päihteiden käytön tunnistamisesta sekä puheeksi ottamisesta kaikille ehkäisevää päihdetyötä eri-ikäisten kanssa tekeville ammattilaisille sekä julkisen että kolmannen sektorin toimijoille, että mahdollisimman moni kunnassa tunnistaa päihteisiin ja ongelmapelaamiseen (myös digipelaaminen) liittyvät riskit ja haitat ja osaa ottaa ne puheeksi sekä tarjota tukea/ ohjata tuen piiriin mahdollisimman varhaisessa vaiheessa.</p> <p>Koulutukset eri kohderyhmille yhteistyössä EHYT ry:n kanssa mm mini-interventio, kannabisinterventio-koulutukset ja kaksi kysymystä rahapelaamisesta- koulutus</p> <p>Lasten ja nuorten pelaaminen ja pelikasvatus (digipelaaminen) – koulutus kohderyhmänä vanhemmat</p> <p>Tiedottaminen koulutuksista kaikille ehkäisevää päihdetyötä tekeville!</p> <p>Osallistuminen THL, AVI, EHYT koulutuksiin</p>	<p>eri kohderyhmiä: mm. koulun henkilökunta, varhaiskasvatus, sotealan ammattilaiset, nuorisotyötä tekevät, kuraattorit, oppilashuolto kaikki ept tekevät tahot</p>	<p>hyvinvointi- ja turvallisuustyön johtoryhmä hyvinvointiosasto Ehyt ry ept-yhdys- henkilö ept-ryhmä esimiehet</p>		
<p>PAKKA-TOIMINTA Alaikäisille alkoholin ja</p>	<p>Pakka-toimintamallin käynnistämisen selvittely</p>	<p>Paikalliset toimijat, yhteistyö muiden kuntien esim.</p>	<p>hyvinvointi- ja turvallisuustyön johtoryhmä ept-yhdys-</p>		<p>toiminta käynnistyy/ ei</p>

tupakan välittämisen ehkäisy	Kauppojen kanssa yhteistyö, alaikäisille tai päihtyneille myynti? Esim. Yrittäjien aamukahveilla esille yrittäjien huolet alaikäisten päihteiden käytöstä	Oulujokilaakson kuntien kanssa	henkilökaupat järjestöt nuorisotyö kaikki kansalaiset		
Ehkäisevän päihdetyöryhmän toiminta käynnistyy	Moniammatillisen ehkäisevän päihdetyöryhmän (EPT) perustaminen ja toiminnan aloittaminen	Monia toimijoita, Oulunkaari, POPSote	hyvinvointi- ja turvallisuustyön johtoryhmä ept-yhdyshenkilö		Ryhmän kokoontumiskerrat
Tiedon kerääminen	Päihdekysely 2-4 vuoden välein milloin tehty viimeksi, milloin tehdään seuraavan kerran?	Kaikenikäiset kuntalaiset			Kysely tehty (kyllä/ei)
Viestintä ja infotilaisuudet	Materiaalin jakaminen (painettu ja sähköinen materiaali: julisteet, lehtiset, itsehoito-oppaat) nuorisotila, kirjastot, hyvinvointipalvelut, koulut, tapahtumien yhteyteen Infotilaisuudet ajankohtaisista päihdeilmiöistä ja tietoisuus yhteistyötahojen kanssa (esim. poliisi, koulut ja Ehyt ry) Tiedotetaan erilaisista tukea antavista tahoista, palveluista sekä valtakunnallisista vertaisryhmistä, joita internetissä. Oma-apu- tiedon ja lähteiden suunnitelmallinen, motivoiva jakaminen eri lähteissä. Tiedottamisesta vastaa hyvinvointisuunnittelija yhteistyössä	Kaikenikäiset kuntalaiset	hyvinvointiosasto	KOKO AJAN	Jaetun materiaalin määrä Kunnan nettisivun sisällöt

	kunnan viestinnän asiantuntijan kanssa. Kootaan tiedot nettisivuille.				
Teemapäivät ja – viikot, kampanjat	Tiedottaminen ja tapahtumien järjestäminen: EHYT ry:n ja muut kampanjat, tiedotus kunnan sivut, somekanavat ja sähköpostitiedotus, Tervareitti. <ul style="list-style-type: none"> - Ehkäisevän päihdetyön (EPT) viikko, ohjelmaa ja toimintaa - Tipaton tammikuu - Selvin päin kesään -kampanja - Anna lapselle raitis jouluku - Peliviikko Kansainvälinen tupakaton päivä 31.5.	kaikki kuntalaiset sekä mökkiläiset	hyvinvointiosasto ept-yhdyshenkilö ept-ryhmä yrityksiä	VUOSITTAIN Marraskuu: - EPT-viikko, vko 45 - Peliviikko, vko 46 Marras-, jouluku: - Anna lapselle raitis jouluku Jouluku, tammikuu: Tipaton tammikuu toukokuu, kesäkuu: -Selvin päin kesään -kampanja Kansainvälinen tupakaton päivä 31.5.	
Haittojen ehkäisy lähiyhteisöissä, esim. perheet, asuinalueet, kylät	Perheiden Päihteetön Juhannus ja Uusi Vuosi ym. yhteiset tapahtumat ”paikallisparlamentit” ja muut vapaat yhteisöt (4.sektori)	.			

Vuosikalenteri 2020-2025

- Joka vuosi toistuvat tapahtumat ja teemapäivät/-viikot.

TAMMIKUU	TIPATON TAMMIKUU –KAMPANJA https://www.ept-verkosto.fi/tipaton/
HELMIKUU	JUTETASKO- PÄIHDEKASVATUSTUNNIT 4.-5. LK JA VANHEMPAINILTA https://ehyt.fi/koulutus-ja-tapahtumat/kouluille-ja-oppilaitoksille/paihde-ja-pelikasvatusta-alakouluissa/juteltaisko-oppitunnit-ja-vanhempainillat/
MAALISKUU	
HUHTIKUU	
TOUKOKUU	SELVIN PÄIN KESÄÄN- KAMPANJA http://selvinpainkesaan.fi/ KANSAINVÄLINEN TUPAKATON PÄIVÄ 31.5. https://www.ykliitto.fi/tapahtumat/yk-paivat/kansainvalinen-tupakaton-paiva
KESÄKUU	SELVIN PÄIN KESÄÄN- KAMPANJA JATKUU
HEINÄKUU	
ELOKUU	
SYYSKUU	NUUSKA-AGENTTIEN TUNNIT http://smokefree.fi/nuuska-agentti/
LOKAKUU	
MARRASKUU	VKO 45 EHKÄISEVÄN PÄIHDETYÖN VIIKKO https://www.ept-verkosto.fi/ept-viikko/ VKO 46 PELIVIKKO https://www.peliviikko.fi
JOULUKUU	ANNA LAPSELLE RAITIS JOULU-KAMPANJA http://annalapselleraitisjoulu.fi/wordpress/

Päihdehaittoja Vaalan kunnassa ennakoivat tekijät

- **Uuden koronaviruksen aiheuttama epidemia**

Koronavirukset ovat ryhmä yleisiä viruksia, jotka aiheuttavat ihmisellä yleensä lievän hengitystietulehduksen.

Joulukuussa 2019 alkoi Wuhanissa Kiinassa epidemia, jonka aiheuttaja on ihmiselle uusi koronavirus. Sen aiheuttama tauti on viralliselta nimeltään COVID-19. Taudinaiheuttajavirus on nimetty SARS-CoV-2-virukseksi.

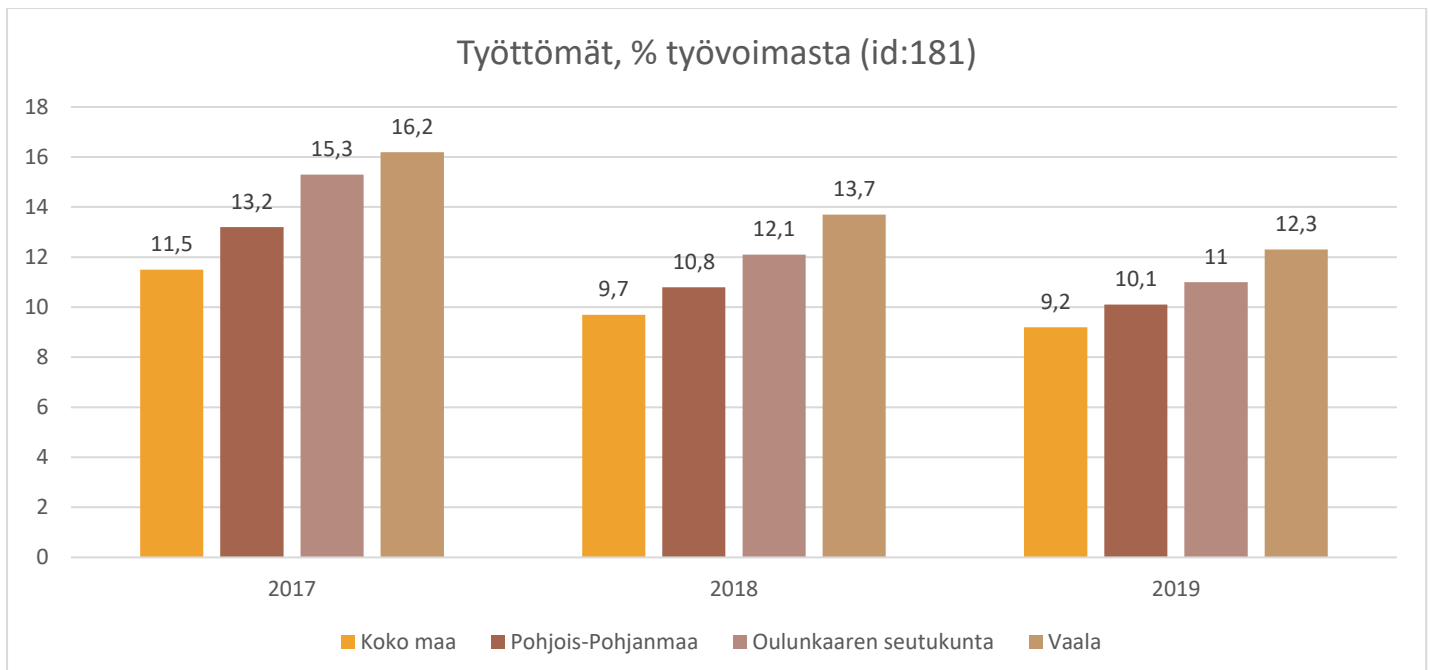
COVID-19 on levinnyt maailmanlaajuisesti. Maailman terveysjärjestö WHO julisti koronavirusepidemian pandemiaksi 11.3.2020. (terveyskirjasto.fi)

Koronaepidemia ja siihen liittyvät rajoitustoimet vähensivät alkoholin arvioitua kokonaiskulutusta. Huhti-kesäkuussa arvioitu kokonaiskulutus oli suuruusluokaltaan noin 10 prosenttia alemmalla tasolla kuin vuonna 2019. Rajoitustoimien aikana alkoholi hankittiin pääosin vähittäismyynnistä ja sen kulutus keskittyi yksityiseen elinpiiriin. Alkoholin kulutuksen muutokset eivät ole kuitenkaan jakautuneet väestössä tasaisesti.

Lue lisää koronan vaikutuksesta:

<https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/ajankohtaista/koronan-vaikutukset-yhteiskuntaan-ja-palveluihin>

- **Työttömyyden kasvu**



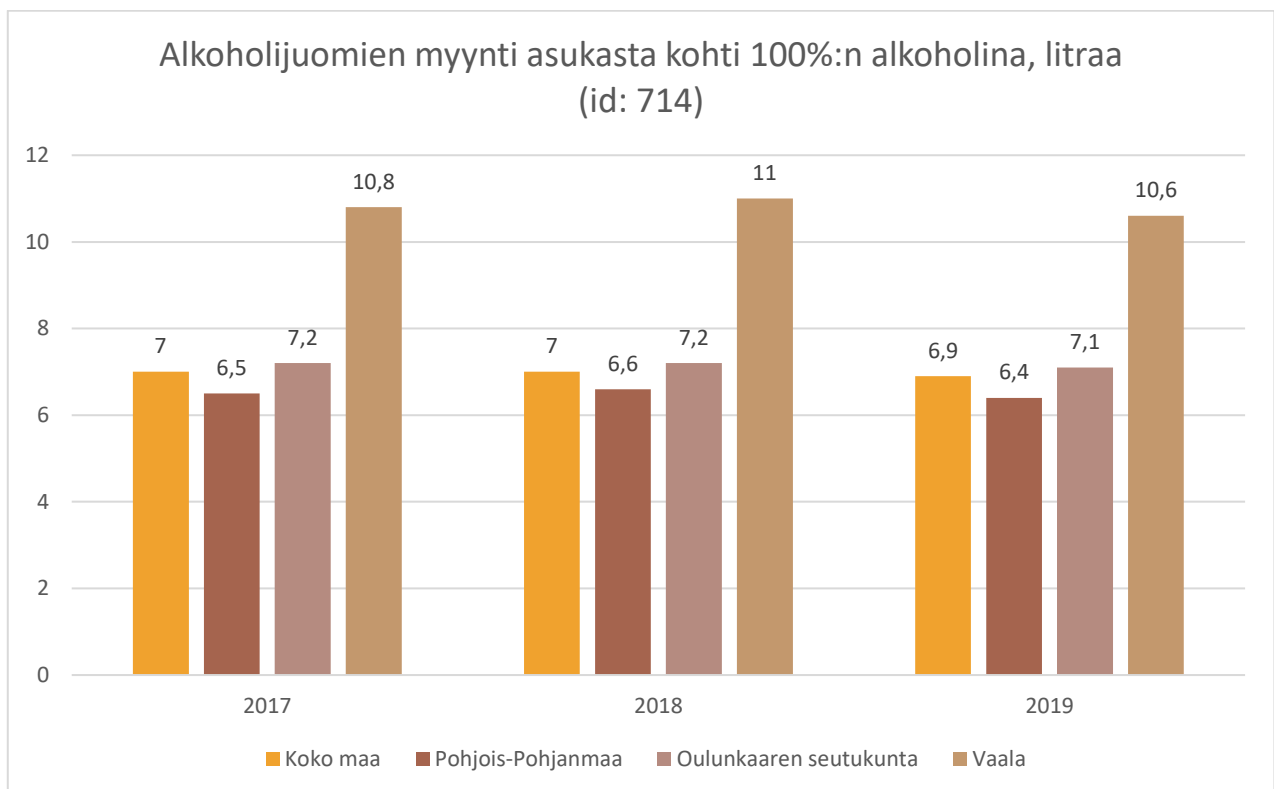
Tuoreimman työllisyyskatsauksen mukaan syyskuussa 2020

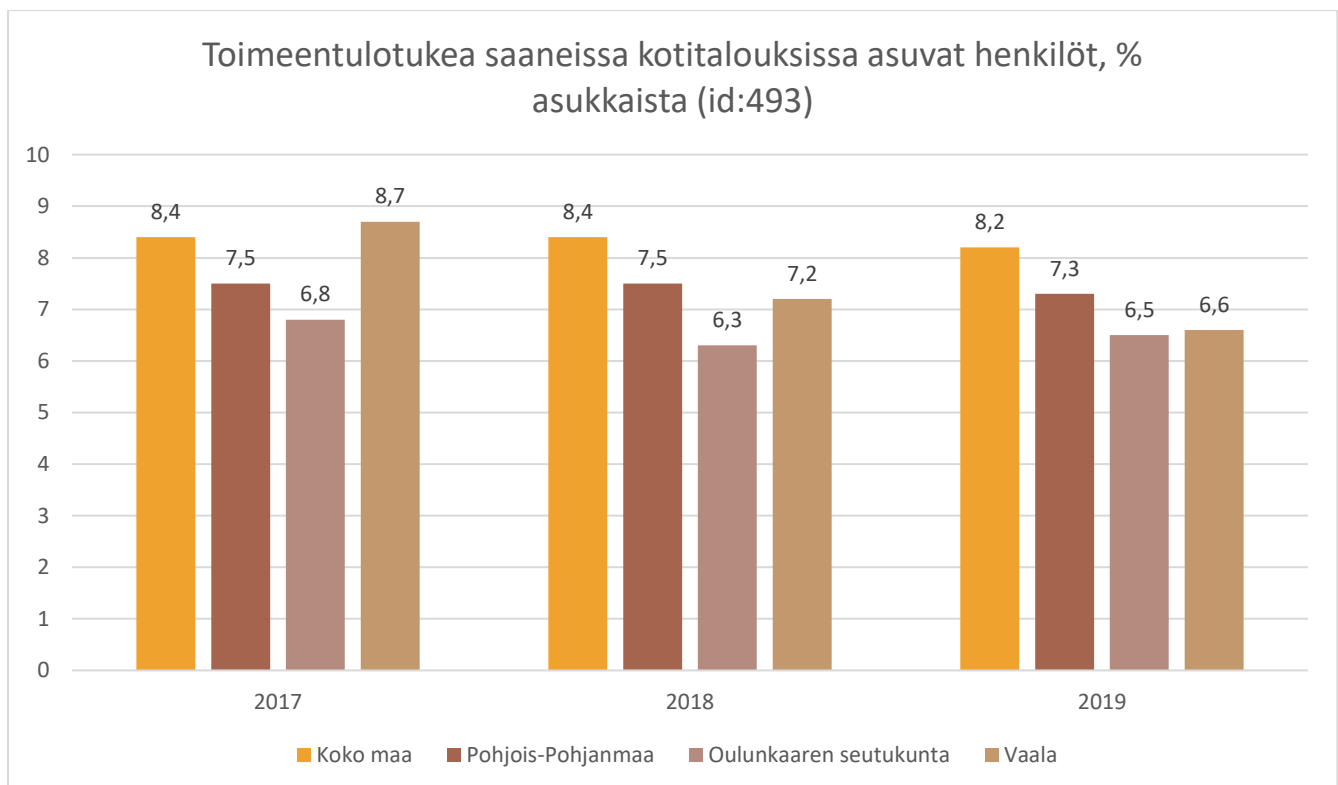
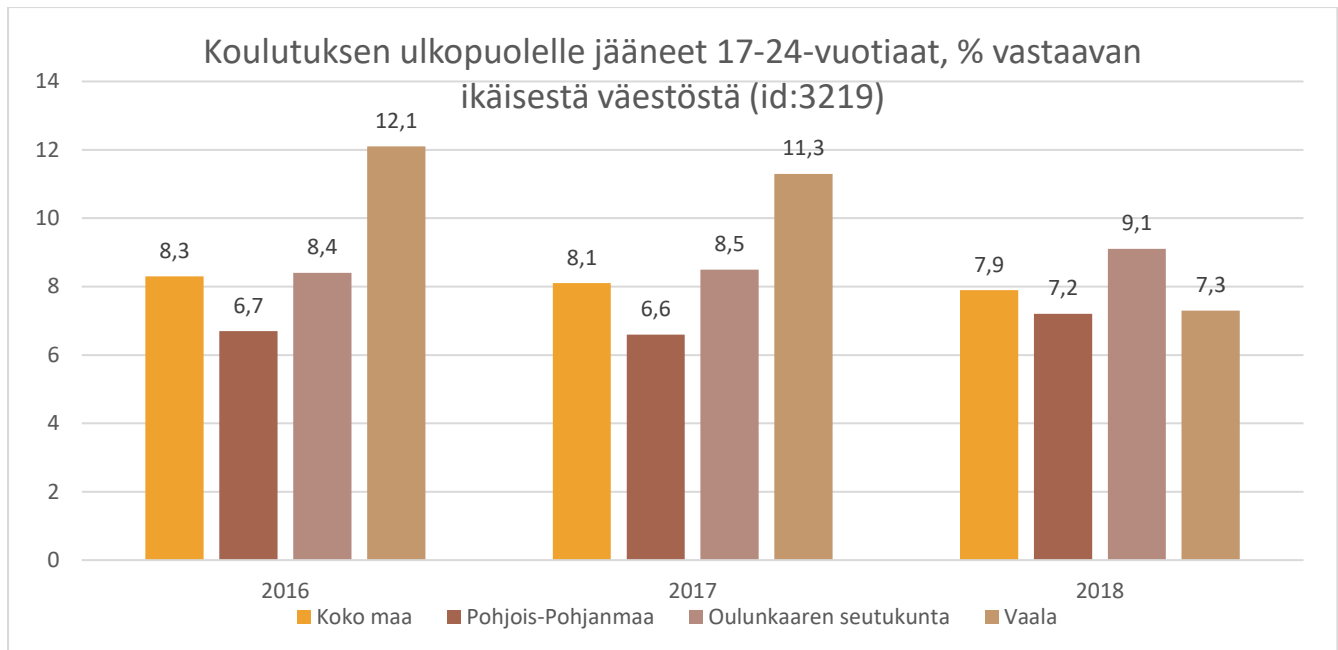
Pohjois-Pohjanmaalla

- 22 100 työtöntä työnhakijaa (ml. lomautetut), mikä on 4 950 (28,8 %) enemmän kuin vuosi sitten. Työttömistä työnhakijoista kokoaikaisesti lomautettuja oli 2 900, mikä on yli nelinkertainen määrä vuoden takaiseen verrattuna.
- työttömyysaste (työttömien työnhakijoiden osuus työvoimasta) oli 11,8 %, mikä on 2,6 prosenttiyksikköä korkeampi kuin vuosi sitten.
- alle 25-vuotiaita työttömiä työnhakijoita oli 3 300, mikä on 550 enemmän kuin vuosi sitten syyskuussa.
- yli 50-vuotiaita työttömiä työnhakijoita oli 7 200, mikä on 1 600 vuoden takaista enemmän.
- pitkäaikaistyöttömien määrä (5 800) oli noussut lähes 1 400:lla vuoden takaisesta.

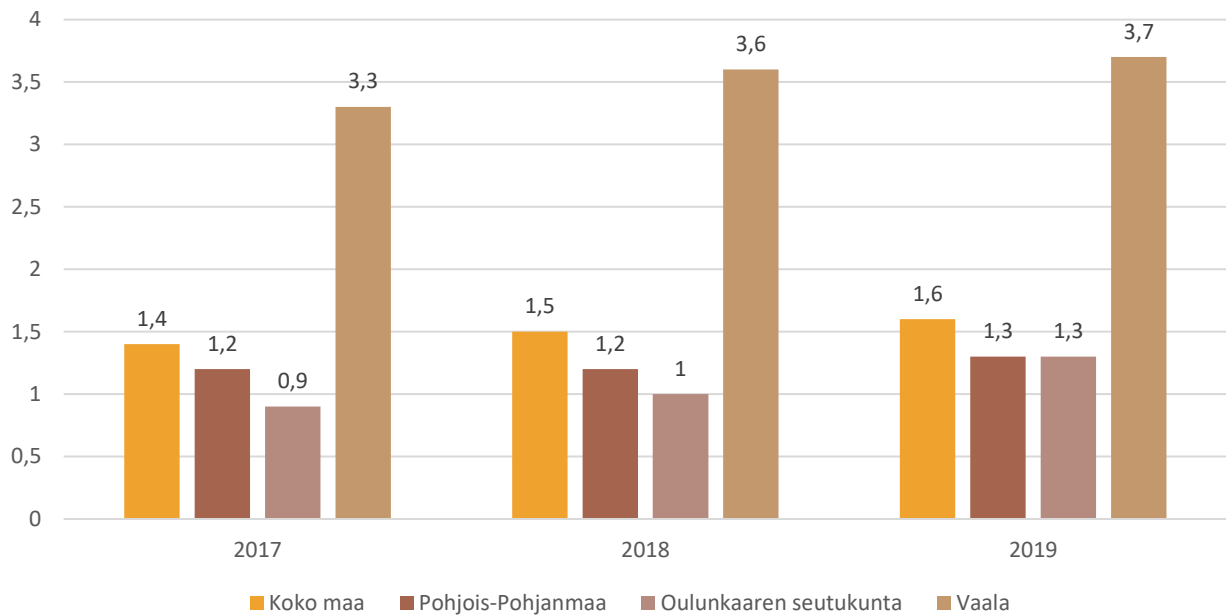
Vaalassa

- syyskuussa 2020 työttömiä työnhakijoita oli 150 (14,2 % työvoimasta)
- alle 20-vuotiaita oli työttömänä 5 ja alle 25-vuotiaita 17
- yli 50-vuotiaita oli työttömänä 81
- pitkäaikaistyöttömiä oli 51

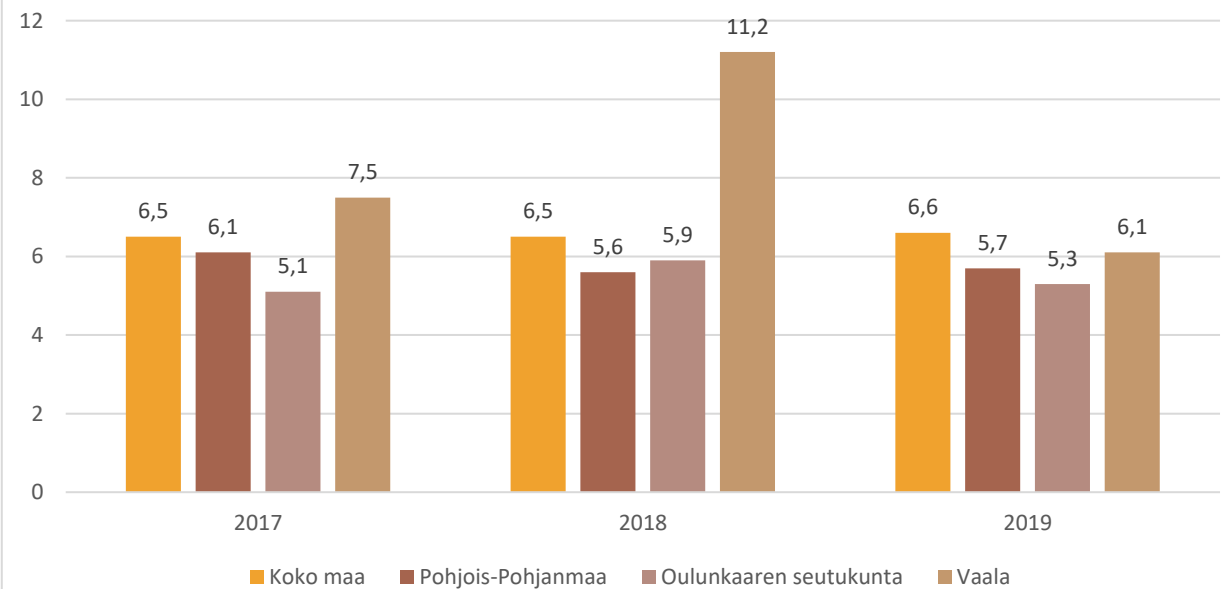


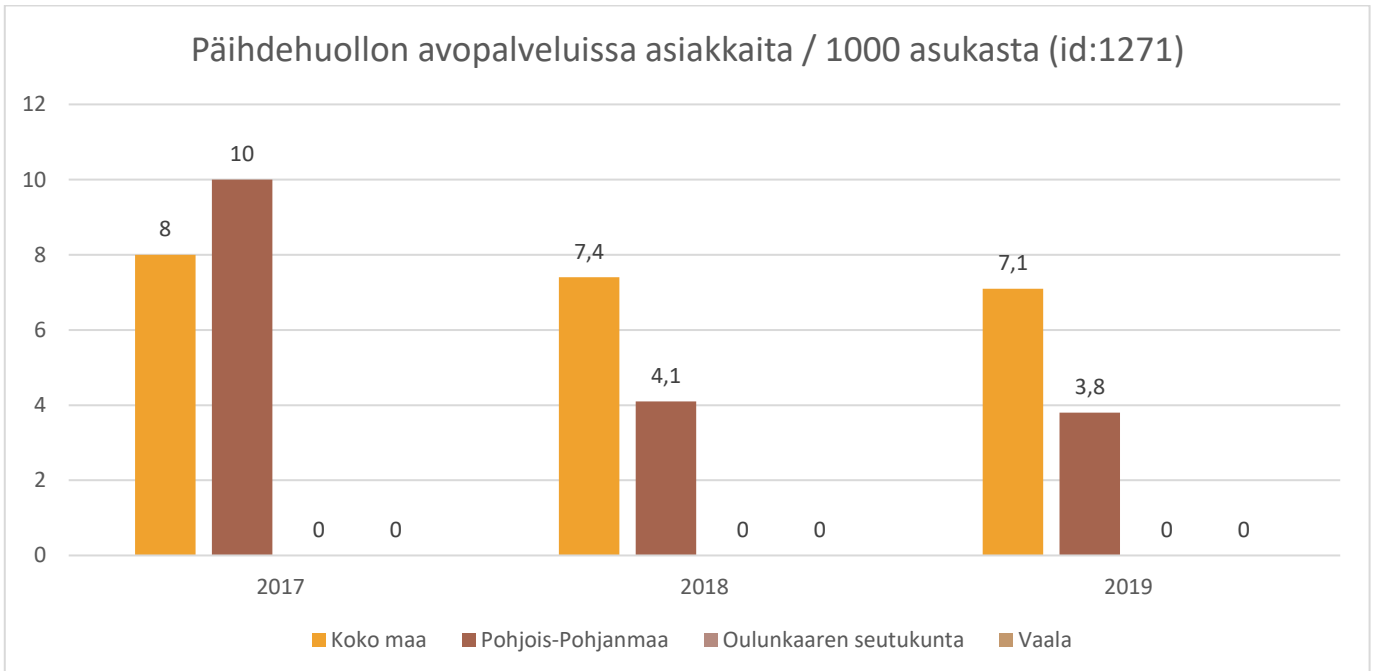
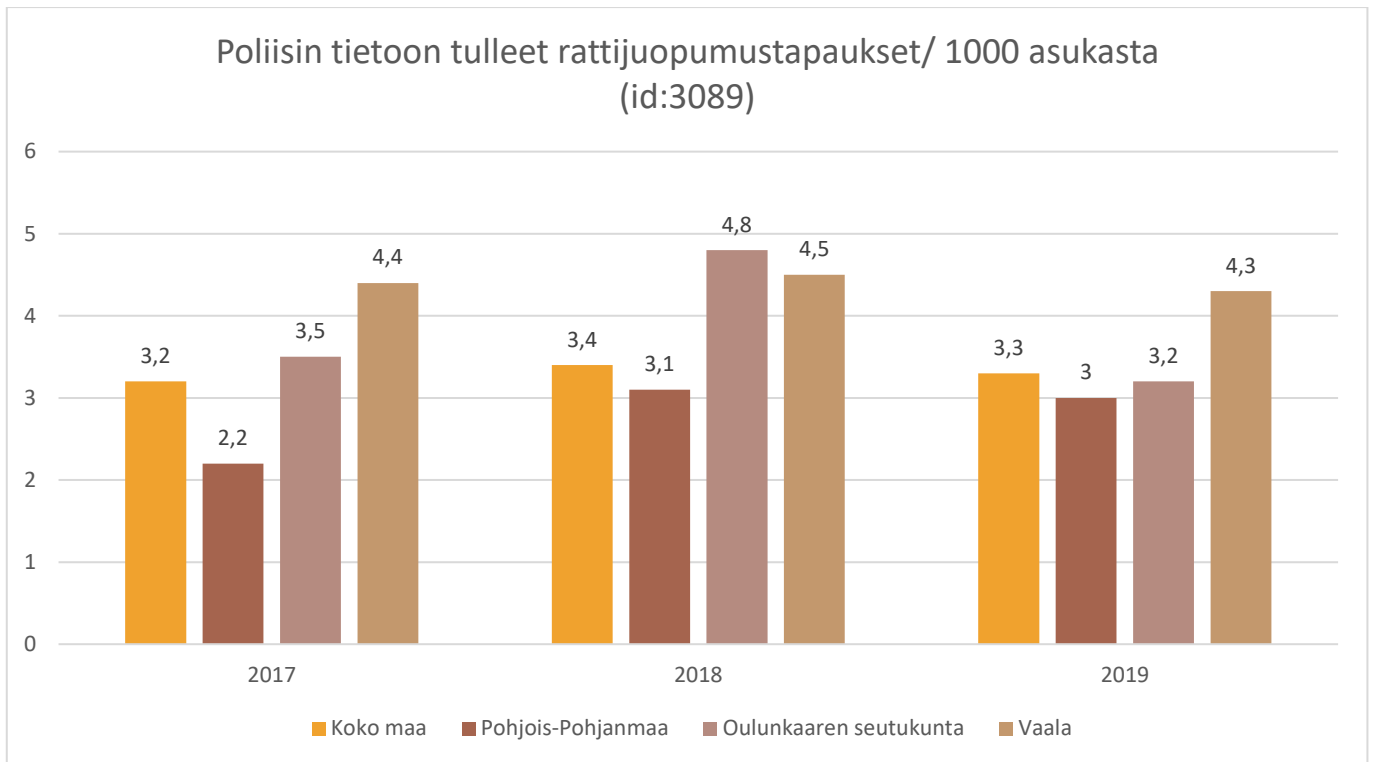


Kodin ulkopuolelle sijoitetut 0-17-vuotiaat, % vastaavanikäisestä väestöstä (THL) (id:191)

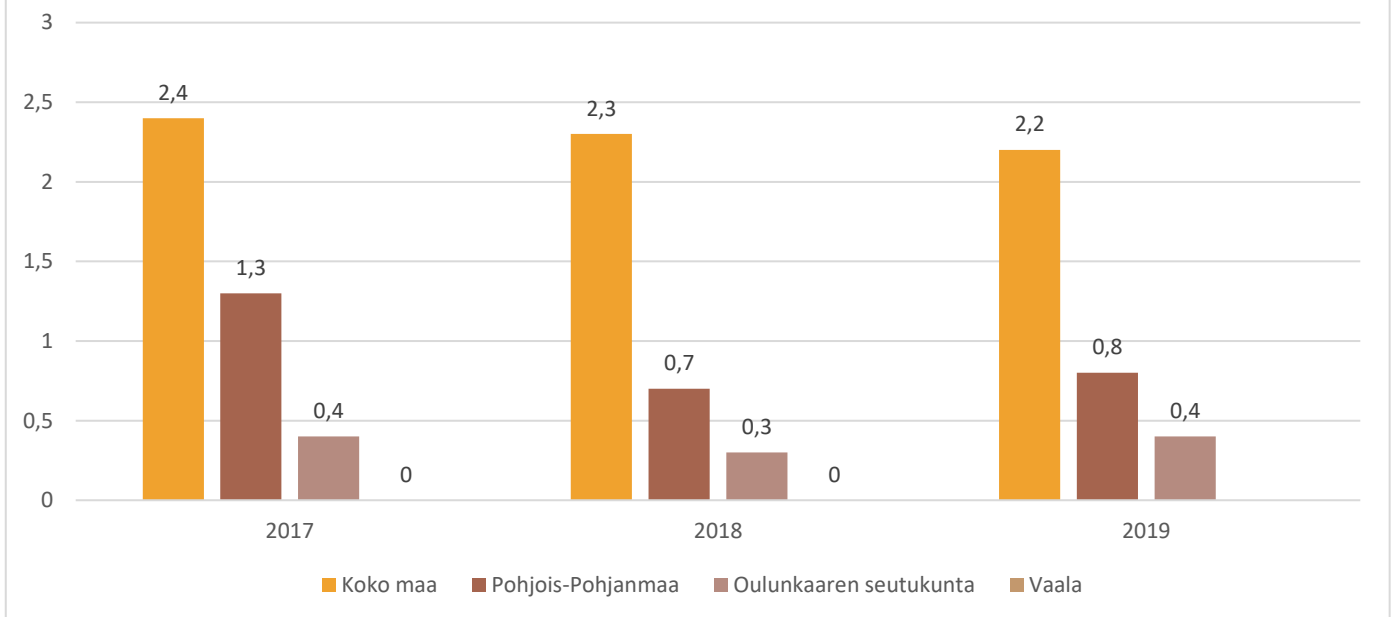


Poliisin tietoon tulleet henkeen ja terveyteen kohdistuneet rikokset/ 1000 asukasta (id:3113)





Päihdehuollon laitoksissa hoidossa olleet asiakkaat / 1000 asukasta
(id:1270)



Päihteiden vuoksi sairaaloiden ja terveyskeskusten vuodeosastoilla
hoidettut potilaat /1000 asukasta (id:1278)



Tiivistelmä

Laki ehkäisevästä päihdetyön järjestämisestä 523/2015:

Julkinen valta huolehtii tämän lain mukaisesti alkoholin, tupakan, huumausaineiden ja muiden päihtymiseen käytettävien aineiden sekä rahapelaamisen aiheuttamien haittojen ehkäisystä yhteistyössä yleishyödyllisten yhteisöjen kanssa. <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2015/20150523>

4§ Sosiaali- ja terveysministeriö johtaa ja Terveiden ja hyvinvoinnin laitos kehittää ja ohjaa ehkäisevää päihdetyötä koko maassa yhteistyössä muiden viranomaisten kanssa.

Aluehallintovirastot ohjaavat toimialueensa ehkäisevää päihdetyötä, suunnittelevat ja kehittävät sitä yhteistyössä muiden viranomaisten ja yhteisöjen kanssa sekä tukevat toimialueensa kuntia ehkäisevän päihdetyön toteuttamisessa ja kehittämisessä.

STM, Sosiaali- ja terveysministeriö: Ehkäisevä päihdetyö on päihteiden aiheuttamien haittojen ennaltaehkäisyä ja vähentämistä. Työn tavoitteena on vähentää päihteiden kysyntää, saatavuutta, tarjontaa ja päihdehaittoja sekä edistää terveyttä, turvallisuutta ja hyvinvointia. <https://stm.fi/ehkaiseva-paihdeyto>

STM on laatinut julkaisun: Ehkäisevän päihdetyön TOIMINTAOHJELMA – Alkoholi-, huume- ja rahapelihaittojen sekä tupakoinnin vähentäminen (Julkaisu 2015:19) <https://stm.fi/julkaisu?pubid=URN:ISBN:978-952-00-3746-8>

THL, Terveiden ja hyvinvoinnin laitos: Terveiden ja hyvinvoinnin laitos (THL) on sosiaali- ja terveysministeriön alaisuudessa toimiva itsenäinen tutkimuslaitos, joka tutkii ja seuraa väestön hyvinvointia ja terveyttä ja kehittää toimenpiteitä niiden edistämiseksi. Keräämme ja tuotamme tutkimukseen ja tietoaimeistoihin perustuvaa tietoa. Lisäksi tarjoamme asiantuntemusta ja ratkaisuja, joita sidosryhmämme voivat käyttää päätöksenteossa ja työnsä tukena. Palvelemme monipuolisesti eri tahoja: valtion, kuntien ja maakuntien päättäjiä, sosiaali- ja terveysalan toimijoita, järjestöjä, tutkimusmaailmaa ja kansalaisia. Autamme asiakkaitamme ja kumppaneitamme turvaamaan suomalaisille hyvän elämän oikeudenmukaisessa ja uudistuvassa hyvinvointiyhteiskunnassa. <https://thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/ehkaiseva-paihdeyto>

Aluehallintovirasto: Ehkäisevään päihdetyöhön on luotu alueelliseen koordinaatioon perustuva malli, jossa aluehallintovirastoilla on keskeinen rooli. Ehkäisevän päihdetyön järjestämistä koskevan lain (523/2015) mukaan aluehallintovirastot ohjaavat toimialueensa ehkäisevää päihdetyötä, suunnittelevat ja kehittävät sitä yhteistyössä muiden viranomaisten ja yhteisöjen kanssa, tukevat toimialueensa kuntia ehkäisevän päihdetyön toteuttamisessa ja kehittämisessä. Aluehallintovirastojen keskeisiä ohjauksen ja tuen keinoja ovat: kunnissa toimivien yhdyshenkilöiden verkoston ylläpito, ennakoivan valvonnan kuntakäynnit ja vuorovaikutusohjaus, alueellisten päihdetilastojen koostaminen sekä yhteistyökokoukset ja koulutukset. Jokaisessa aluehallintovirastossa toimii ylitarkastaja, jonka yhtenä tehtäväalueena on ehkäisevän päihdetyön koordinaatio alueellaan. Hänen tukena toimii alueellinen poikkihallinnollinen työryhmä, jonka tehtäviin kuuluu ehkäisevän päihdetyön edistäminen, seuranta ja arviointi sekä alueellisen koordinaation tukeminen. <https://www.avi.fi/web/avi/ehkaiseva-paihdeyto>

EHYT ry: EHYT tuottaa menetelmiä, tietoa ja apua eri-ikäisten suomalaisten ja yhteisöjen terveiden elämäntapojen pohjaksi. Järjestön lähtökohtana on, etteivät päihteet kuulu työelämään, liikenteeseen, raskausaikaan, lapsuuteen eikä nuoruuteen. Lapsilla ja nuorilla on oikeus turvalliseen ja päihteettömään kasvuympäristöön, jonka aikuinen mahdollistaa omilla valinnoillaan. EHYT nojaa tutkittuun tietoon ja tekee sen pohjalta päihdepolitiikkaa sekä päihdeyhteistyötä. EHYT on asiantuntijajärjestö, tukija ja vaikuttaja. Se on samalla kansalaisjärjestö - inhimillinen areena vapaaehtoistoiminnalle, vertaistuelle ja ihmisten kohtaamiselle. Toiminnassa yhdistyvät jäsenjärjestöjen ympäri Suomen tekemä vapaaehtoistyö ja oman henkilöstön osaaminen. <http://www.ehyt.fi>

EPT-verkosto: Ehkäisevän päihdetyön järjestöverkosto edistää yksilöiden ja yhteisöjen hyvinvointia ja ehkäisevän päihdetyön edellytyksiä. Ehkäisevän päihdetyön verkosto yhdistää lähes 50 järjestöä, jotka haluavat ehkäistä ja vähentää päihdehaittoja. <https://www.ept-verkosto.fi/>

Pakka-toiminta: Pakka-toimintamallin mukaisella työllä vaikutetaan paikallisiin yhteisöihin alkoholi-, tupakka- ja rahapelihaittojen ehkäisemiseksi. Toimintamallissa huomiota kiinnitetään erityisesti alkoholin, tupakan ja rahapeliin saatavuuden sääntelyyn kysynnän vähentämisen rinnalla. Pakka-toiminnan tavoitteena on: • ehkäistä suunnitelmallisesti ja yhteistyössä alueen alkoholiin, tupakointiin ja rahapelaamiseen liittyviä haittoja • ehkäistä ja vähentää nuorten ja aikuisten alkoholin käyttöä, tupakointia ja ongelmia aiheuttavaa rahapelaamista • nostaa alkoholin käytön, tupakoinnin ja rahapelaamisen aloitusikää • vähentää humalajuomista ja siitä aiheutuvia haittoja.

Vinkkejä kunnalle (PSAVI 2020)

- Varmista, että toimielimellä on riittävät valtuudet tehdä päätöksiä ja, että se seuraa tehtyä työtä.
- Huolehdi, että moniammatillinen työryhmä kattaa kaikki ikäryhmät ja että siinä on edustettuna olennaiset yhteistyökumppanit: kunnan eri hallinnonalat, poliisi, alkoholi- ja tupakkavalvonta, järjestöt ja elinkeinoelämä.
- Muista, että hyvinvointikertomuksessa ja -suunnitelmassa ehkäisevän päihdetyön tulisi näkyä kautta linjan aina tilannekuvauksesta, tavoitteisiin ja toimiin.
- Valitse edistettäväksi toimiksi ensisijaisesti sellaiset, joiden toimivuudesta on hyviä kokemuksia.
- Varaa yhdyshenkilölle riittävä työaika määriteltyihin tehtäviin nähden.
- Varmista, että ehkäisevän päihdetyön rakenteet kunnassa säilyvät sosiaali- ja terveydenhuoltoon suunnitellusta uudistuksesta huolimatta ja, että toiminta tulevilla yhdyspinnoilla on sujuvaa.
- Muista, että toimielimen tulisi huolehtia lain mukaan päihdeolojen seurannasta ja niitä koskevasta tiedotuksesta sekä siitä, että päihdehaittoja ja niiden vähentämistä koskevaa tietoa tarjotaan yksityisille henkilöille ja koko väestölle.
- Kohdenna viestisi: mitä tietoa päättäjä tarvitsee päätöksen tueksi? Entä millainen viesti tavoittaa eri-ikäiset kuntalaiset, riskiryhmiä unohtamatta?
- Älä moralisoi, vaan viritä ajattelua!
- Huolehdi, että:
 - eri-ikäisten sosiaali- ja terveydenhuollon palveluissa on kirjalliset ohjeet ja prosessikuvaus siitä, miten alkoholin riskikäyttö, huumausaineiden ja tupakka- ja nikotiinituotteiden käyttö sekä haitallinen rahapelaaminen tunnistetaan ja tarvittaessa toteutetaan mini-interventiota ja ohjataan hoitoon
 - masennuksen mahdollisuus huomioidaan
 - käyttö, puheeksiotto ja mini-interventio kirjataan potilas- ja asiakastietojärjestelmiin tehdyn työn ja asiakkaan tilanteen seuraamiseksi
 - ammattilaista tuetaan prosessissa (esim. päihdeasioista vastaavan ammattilaisen konsultaatio- ja tukimahdollisuus)
 - asiakasta tuetaan monipuolisesti (esim. kokemusasiantuntijan tai vertaistuen tarjoaminen).
- Tunnista palvelupolut ja yhdyspinnat sosiaali- ja terveystalouden ja kunnan muiden palveluiden välillä: varhainen tunnistaminen ja tuki ei kuulu vain sosiaali- ja terveystaloukselle.
- Vahvista kuntasi ehkäisevää päihdetyötä saatavuuden sääntelyn näkökulmalla!
- Varmista Pakka-toiminnan laatu (THL 2017c).
- Osallista kuntalaisia ehkäisevään päihdetyöhön Pakka-toimintamallin keinoin: kuule kuntalaisten näkemyksiä päihdeasioista ja koetuista haitoista sekä ota heidät mukaan kehittämään: neuvostot ja raadit, päihde- ja asukasfoorumi, turvallisuuskävely ja päihdetilannekysely
 - aktivoi kuntalaiset toteuttajiksi: oppilaitosten opiskelijoiden vähittäismyynnin ostokokeet tai anniskeluravintoloiden asiakasarvioinnit
 - tuo kuntalaisten ääni kuuluviin: hyödynnä lupalausuntomalli alkoholijuomien anniskelulupiin liittyen (THL 2017a).
- varmista, että ehkäisevä päihdetyö näkyy kunnan eri hallinnonalojen suunnitelmissa-
- Ota varhaiskasvatuksessa huoli lapsesta kunnioittaen puheeksi vanhemman kanssa.
- Luo oppilaitokseen koko oppimisyhteisön kattava päihdeohjelmasta tukeva toimintakulttuuri, joka huomioi niin oppilaitoksen päihdetilanteen, päihdekasvatuksen kuin opiskelu- ja yhteisöllähtöisen työn.
- Tee kunnan päihdeohjelmasta suunnannäyttävä kunnan alueella toimiville muille työyhteisöille: haasta muut työpaikat kehittämään omia päihdeohjelmiaan ja vertaiskehittäkää toimintaa yhdessä.
- Tunnista eri-ikäisten vapaa-ajan yhteisöjen moninaiset toimintamahdollisuudet ehkäisevässä päihdetyössä ja luokaa työlle yhteiset tavoitteet ja toimintatavat kunnassa.
- Koosta suunnitelma osaamisen varmistamisesta kullakin kunnan hallinnonalalla.
- Varmista toimivien mallien käyttöönotto tukemalla tarvittaessa koulutuksin.
- Ota käyttöön ns. kouluttajakoulutus-malli, jolloin yksi koulutettu vie tiedon muille työyhteisöissä.

Lähteet

Alkoholi- ja päihdehaitat läheisille, muille ihmisille ja yhteiskunnalle (2013)

https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/104454/THL_TEE2013_014_verkko.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Audit, alkoholin käytön arviointi –kysely materiaalit, ladattavia

<https://paihdelinkki.fi/fi/testit-ja-laskurit/alkoholi/tulostettavat-versiot-pdf>

Duodecimlehti.fi <https://www.duodecimlehti.fi/lehti/2018/23/duo14647?keyword=P%C3%84IHTEET>

Ehkäisevä päihdetyö kunnan peruspalveluissa

<https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/104359/OpasKunnanEhkaisevaanPaihdeyohon.pdf?sequence=1>

Ehkäisevän päihdetyön lupaavat käytännöt: Kohderyhmänä lapset ja nuoret, Ella Tuomipuu (Keski-Suomen sairaanhoitopiiri, 2019)

Ehkäisevän päihdetyön suunnitelma 2011 Utajärven ja Vaalan kuntien alueella

<http://www.oulunkaari.org/iinseutu/kokous/2012360-8-1.PDF>

Ehkäisevä päihdetyö toisen asteen ammatillisessa koulutuksessa – esimerkki ryhmäinterventiosta.

http://www.humak.fi/sites/default/files/liitteet/yhteisollisia_nakokulmia.pdf

Ehyt.fi

<https://ehyt.fi/paihde-peli-info/mita-on-ehkaiseva-paihdeyoto/>

<https://ehyt.fi/paihde-peli-info/tukea-eri-elamantilanteisiin/nuoret-ja-alkoholi-mita-kasvattajan-on-syyta-tietaa/>

<https://ehyt.fi/tuote/juteltaisko-oppituntimateriaali-ja-ohjaajan-opas/>

<http://smokefree.fi/nuuska-agentti/>

<https://ehyt.fi/tuote/ehkaisevaa-paihde-ja-pelikasvatusta-kouluille-ja-oppilaitoksille-esite/>

<https://ehyt.fi/paihde-peli-info/mita-on-ehkaiseva-paihdeyoto/paihdekasvatus/>

<https://ehyt.fi/uutishuone/tiedotteet/paihteidenkayton-ja-pelaamisen-puheeksiotto-tehokas-tapa-haittojen-ehkaisyssa/>

<https://ehyt.fi/paihde-peli-info/rahapelaaminen/>

<https://ehyt.fi/tuote/kaksi-kysymysta-rahapelaamisesta-suomi-ruotsi-englanti/>

<https://ehyt.fi/paihde-peli-info/tukea-eri-elamantilanteisiin/mita-tyopaikalla-voidaan-tehda-paihdeongelmien-ehkaisemiseksi/>

Finlex, Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä <https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2015/20150523>

Huono-osaisuuden ylisukupolvisuus

https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tyon_tueksi/nuorten-syrjaytyminen/huono-osaisuuden-ylisukupolvisuus

Ikääntyneiden alkoholinkäytön puheeksi otto ja lyhytneuvonta

<https://www.hel.fi/static/sote/paihde/ety/aineistopankki/ammattilaisille-ikaantyneiden.pdf>

Koronaepidemian vaikutuksia rahapeliongelmia kohdanneisiin pelaajiin ja läheisiin

<https://pelirajaton.fi/wp-content/uploads/sites/2/2020/05/Tilastoraportti.pdf>

Kouluterveyskysely (THL) <https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/kouluterveyskysely/kouluterveyskyselyn-tulokset#alueittain>

Kuntaliitto.fi <https://www.kuntaliitto.fi/file/13024/download?token=imQ71TIM>

Kuntien avainluvut –palvelu <https://www.stat.fi/tup/alue/kuntienavainluvut.html?#?activeI=785&year=2020>

Laatutähteä kiertämässä, Ehkäisevän päihdetyön laatukäsikirja (2013)

https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/104420/KID2013_021_verkkojulkaisu.pdf?sequence=1

Laatutähteä tavoittelemassa, Ehkäisevän päihdetyön laatukriteerit (2006)

https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/75223/laatutahta_tavoittelemassa1.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Lastenneuvola ja varhaiskasvatus lapsen päihteettömän kasvu ympäristön tukena:

https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/135921/TT_Lastenneuvola%20ja%20varhaiskasvatus.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Mielenterveystalo.fi

<https://www.mielenterveystalo.fi/aikuiset/itsehoito-ja-oppaat/Pages/default.aspx>

<https://www.mielenterveystalo.fi/aikuiset/itsehoito-ja-oppaat/oppaat/tietoa-paihteista/Pages/paihteet.aspx>

<https://www.mielenterveystalo.fi/aikuiset/itsearviointi/Pages/AUDIT-kysely-alkoholinkayton-riskit.aspx>

Mieli.fi

<https://mieli.fi/fi/kehitt%C3%A4mist%C3%A4/toiminta/mielenterveysosaaminen/nuoren-mielen-ensiapu/p%C3%A4ihdety%C3%A4n-puheet>

<https://mieli.fi/fi/mielenterveys/vaikeat-ol%C3%A4m%C3%A4ntilanteet/sairastuminen-voi-olla-kriisi/mit%C3%A4-resilienssi>

Mini-interventio <https://www.pkkansanterveys.fi/paihteetpuheeksi/puheeksiotto-ja-mini-interventio/>

Nuorten päihdehäiriöiden varhaistunnistaminen: Tietoa nuorten kanssa työskenteleville aikuisille (2003)

<https://www.julkari.fi/handle/10024/78216>

Oulunkaaren 2011 päihdeohjelma <http://www.oulunkaari.org/iinseutu/kokous/2011314-3-394.PDF>

Pakka-toimintamalli

https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/114853/THL_Pakkahaitari2015_verkko.pdf?sequence=3

Pelirajaton.fi <https://pelirajaton.fi/tietoa/tietoa-rahapeliongelmasta/>

Peluuri.fi <https://www.peluuri.fi/fi/tietopankki/yleista-tietoa-rahapelaamisesta-ja-peliongelmasta/rahapelaaminen-suomessa>

PSAVI Ehkäisevä päihdetyö Pohjois-Suomen aluehallintoviraston toimialueen kunnissa vuonna 2020

Päihdehaittakustannus-laskennan menetelmät

https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/90813/URN_ISBN_978-952-245-742-4.pdf?sequence=1

Päihdehäiriöiden kehittymistä voidaan ehkäistä. Lääketieteellinen Aikakauskirja Duodecim

<https://www.duodecimlehti.fi/duo11263>

Päihdekortti ikäihmisten kanssa työskenteleville

https://paihdelinkki.fi/sites/default/files/paihdekortti_paino_muokattu_12.pdf

Päihdetilastollinen vuosikirja 2019

https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/139083/P%c3%a4ihdetilastollinen%20vuosikirja%202019_verkkoon.pdf?sequence=7&isAllowed=y

Rahapelaaminen ja peliongelmat–Suomalaisten rahapelaaminen 2019

https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/139636/Suomalaisten%20rahapelaaminen%20ja%20peliongelmat%202019_tilastoraportti%2017.4.20..pdf?sequence=1&isAllowed=y

https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/136166/YP1803_Selinym.pdf?sequence=3&isAllowed=y

Rahapelikoneiden määrä <https://infogram.com/katso-oman-alueesi-tilanne-pelikoneet-1h7k23jnppzv4xr?live>

Rahapelaaminen puheeksi: Puheeksiotto, tunnistaminen ja lyhytneuvonta

<https://www.julkari.fi/handle/10024/13762>

Savuton Suomi 2030 <https://savutonsuomi.fi/materiaalit/>

sotkanet.fi. tilasto- ja indikaattoripankki (THL) <https://sotkanet.fi/sotkanet/fi/haku>

Suomalaisten huumeiden käyttö ja huumeasenteet 2018 <https://www.julkari.fi/handle/10024/137660>

Suomalaisten rahapelaaminen 2019

https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/139636/Suomalaisten%20rahapelaaminen%20ja%20peliongelmat%202019_tilastoraportti%2017.4.20..pdf?sequence=1&isAllowed=y

Sukupolvien sillat ja kasvamisen karikot – vanhemmat, lapset ja alkoholi (2016)

https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/131418/URN_ISBN_978-952-302-738-1.pdf?sequence=1&isAllowed=y

STM 2015. Ehkäisevän päihdetyön toimintaohjelma – Alkoholi-, huume- ja rahapelihaittojen sekä tupakoinnin vähentäminen http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/74726/STM_EPT-kansi_sisus_netti.pdf

Tekemättömän ehkäisevän työn hinta (THL 2017)

<http://phekaisevatyo.pbworks.com/w/file/attach/114633409/2%20jmarkkula.pdf>

Terveyskirjasto.fi https://www.terveyskirjasto.fi/terveyskirjasto/tk.koti?p_artikkeli=dlk01066

THL.fi

<https://thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/alkoholi/alkoholihaitat/alkoholinkayton-haitat-muulle-kuin-kayttajille>

<https://thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/ehkaiseva-paihdeetyo/paihdekasvatus-ja-valistus>

<https://thl.fi/fi/web/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistamisen-johtaminen/ajankohtaista/koronan-vaikutukset-yhteiskuntaan-ja-palveluihin>

<https://thl.fi/fi/web/mielenterveys/mielenterveyshairiot/nuorten-mielenterveyshairiot/nuorten-paihteiden-kaytto-ja-kaytoshairiot>

<https://thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/rahapelit>

<https://thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/tupakka>

<https://thl.fi/fi/tilastot-ja-data/tilastot-aiheittain/paihteet-ja-riippuvuudet/tupakka>

https://www.julkari.fi/bitstream/handle/10024/138512/URN_ISBN_978-952-343-384-7.pdf?sequence=1&isAllowed=y

<https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/jatevesitutkimus>

Ttk.fi

https://ttk.fi/tyoturvallisuus_ja_tyosuojelu/tyosuojelu_tyopaikalla/vastuut_ja_veloitteet/paihde-tyo_tyopaikalla/paihteiden aiheuttamat haitat tyoelamassa

Työ- ja elinkeinoministeriön työllisyyskatsaukset syyskuu 2020

<https://www.temtyollisyyskatsaus.fi/graph/tkat/tkat.aspx#>

<https://www.temtyollisyyskatsaus.fi/graph/tkat/tkat.aspx?ely=12#>

Urheiluyhteisön reilun pelin ihanteet ja tavoitteet (2013) https://storage.googleapis.com/valo-production/2016/12/urheiluyhteison_reilun_pelin_ihanteet_ja_tavoitteet.pdf

Vaala.fi <https://www.vaala.fi/>

Vahvistamo.fi <https://vahvistamo.fi/tietoa-ja-materiaaleja/>

Vastuullisen myynnin ja vastuullisen anniskelun ohjeet

<https://www.julkari.fi/handle/10024/136175>

Veikkauksen myyntijohtaja Marko Peltokorpi <https://www.mtvuutiset.fi/artikkeli/kiista-peliautomaateista-kay-kuumana-kuinka-paljon-rahaa-tuo-yksi-pelikone-mita-kaupalle-ja-kateen-ja-kuka-maksaa-kulut-veikkaus-paljasti-mtv-lle-rahapeli-ten-tarkeimmat-luvut/7513768#gs.jiiftd>

<https://yle.fi/uutiset/3-11044155>

Väestöliitto <https://www.hyvakysymys.fi/artikkeli/paihteilla-saadellaan-kestamattomia-tunteita/>

Ykliitto.fi <https://www.ykliitto.fi/tapahtumat/yk-paivat/kansainvalinen-tupakaton-paiva>