



YHDESSÄ KOHTI PÄIHTEETTÖMYYTTÄ

Nivalan kaupungin ehkäisevän
päihdetyön malli 2019-2021

Sisällys

JOHDANTO	2
EHKÄISEVÄN PÄIHDETYÖN RAKENTEET NIVALASSA	3
EHKÄISEVÄ PÄIHDETYÖ ERI IKÄKAUSINA	4
Varhaiskasvatus ja neuvolat	4
Perusopetus	5
Toinen aste	6
Työikäiset	8
Ikäänntyneet	8
EHKÄISEVÄ PÄIHDETYÖ KAUPUNGIN ERI PALVELUISSA	10
Liikuntapalvelut	10
Kulttuuripalvelut	10
Nuorisopalvelut	11
Työpajasäätio	11
Yhteistyö Peruspalvelukuntayhtymä Kallion kanssa	11
JÄRJESTÖT EHKÄISEVÄN PÄIHDETYÖN TOIMIJOINA	13
VAIKUTTAVAA VIESTINTÄÄ PÄÄTÖSTEN JA VALINTOJEN TUEKSI	14
LÄHTEET	15
LIITTEET	
Liite 1: Ehkäisevän päihdetyön toimet 2019-2021 Nivalassa	16
Liite 2: Päihdehaittoja ennakoivat tekijät	19

JOHDANTO

1.12.2015 tulleen lain ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä (523/2015) mukaan kunnilla on velvollisuus tuottaa rakenteet, jotka mahdollistavat ehkäisevän päihdetyön tekemisen. Tähän lakiin on myös sisällytetty rahapelihaittojen ehkäisy osaksi ehkäisevää päihdetyötä. Kunnan tulee myös edistää asukkaiden osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuuksia ehkäisevässä päihdetyössä, kuten yhteistyöryhmien ja kyselyjen avulla.

Ehkäisevä päihdetyö on osaltaan edistämässä kuntalaisten hyvinvointia ja terveyttä. Ehkäisevä päihdetyö vastaa myös ehkäisevän mielenterveystyön haasteisiin ja samoilla keinoilla voidaankin ehkäistä molempia. Ehkäisevän päihdetyön tavoitteena on vähentää päihdeiden kysyntää, saatavuutta ja tarjontaa eri kohderyhmissä vaikuttaviksi todettuja menetelmiä hyödyntäen. Parhaimmillaan edistetään päihdeettömiä elintapoja, vähennetään päihdehaittoja ja edistetään päihdeongelmista kärsivien kansalaisten oikeuksia. Ehkäisevään päihdetyöhön sisältyy alkoholi, huumausaineet, tupakka ja muut päihtymiseen käytetyt aineet. Myös rahapeliriippuvuus ja muut toiminnalliset riippuvuudet kuuluvat ehkäisevän päihdetyön aihepiiriin.

Sosiaali- ja terveysministeriö on ehkäisevän päihdetyön toimintaohjelmassa määritellyt kuusi painopistettä, jotka huomioimalla ehkäisevä päihdetyö on kattavaa, vaikuttavaa ja kustannustehokasta. Ensinnäkin ehkäisevän päihdetyön valtakunnalliset, alueelliset ja paikalliset rakenteet tulee olla kunnossa ja haitoista viestitään tutkittuun tietoon perustuen yksilöiden valintojen ja sosiaali- ja terveyspolitiikan tueksi. Lisäksi riskikäyttö ja haitat tunnistetaan, jolloin tukea voidaan tarjota jo varhaisessa vaiheessa. Paikallisen alkoholi-, tupakka- ja rahapelipolitiikan suunnittelu tulee toteuttaa suunnitellusti ja laajassa yhteistyössä sekä haittojen ehkäisyyn tulisi panostaa myös lähiyhteisöissä. Kaiken tämän takaamiseksi tulee huolehtia, että ammattilaisilla on riittävästi ehkäisevän päihdetyön osaamista.

Nivalassa ehkäisevän päihdetyön rakenteet ovat vahvistuneet parin viime vuoden aikana, kun hyvinvoinnin toimiala ja hyvinvointilautakunta perustettiin 1.6.2017. Samalla perustettiin hyvinvointikoordinaattorin toimi, joka täytettiin syksyllä 2017. Hyvinvointikoordinaattorin toimenkuvaan sisällytettiin ehkäisevän päihdetyön koordinointi kaupungissa, joten eri toimijoiden tekemä työ on saatu paremmin koottua yhteen. Tämän mallin tarkoituksena on kuvata nykyinen ehkäisevän päihdetyön toimijaverkosto, analysoida kaupungin päihdekulttuuria ja -ilmiöitä sekä luoda toimintasuunnitelma vuosille 2019-2021.

Ehkäisevän päihdetyön malli on hyväksytty hyvinvointilautakunnassa 27.11.2019.

EHKÄISEVÄN PÄIHDETYÖN RAKENTEET NIVALASSA

Ehkäisevän päihdetyön järjestämistä koskevan lain (523/2015, 5§) mukaan kunnan tulee asettaa ehkäisevästä päihdetyöstä vastaava toimielin, joka Nivalassa on hyvinvointilautakunta. Nivalassa on perustettu huhtikuussa 2019 moniammatillinen ehkäisevän päihdetyön työryhmä (EPT-ryhmä), johon kuuluu edustajia Nivalan kaupungilta sekä peruspalvelukuntayhtymä Kalliolta. Nivalan kaupungissa ehkäisevän päihdetyön yhdyshenkilönä toimii hyvinvointikoordinaattori.

Nivalassa ehkäisevää päihdetyötä tekevien toimijoiden joukko on laaja. Tämä suunnitelma kokoaa yhteen Nivalassa toimivia tahoja, jotka toteuttavat ehkäisevää päihdetyötä eri ikäryhmien parissa. Suunnitelma kuvaa käytössä olevia toimintamalleja sekä ajankohtaisia ilmiöitä. Lisäksi suunnitelmassa on kehittämisehdotuksia ehkäisevän päihdetyön toteuttamiseen kaupungissa. Suunnitelma on kolmivuotinen ja keskeisimmät toimet seuraavan kolmen vuoden aikana on koottu taulukkoon, joka on lopussa liitteenä. Vuosittaisessa hyvinvointiraportissa kuvataan, miten ehkäisevän päihdetyön tavoitteisiin on päästy.

Ehkäisevän päihdetyön mallia on ollut valmistelemassa moniammatillinen ehkäisevän päihdetyön työryhmä. Lisäksi valmisteluvaiheessa on kerätty tietoa peruspalvelukuntayhtymä Kallion eri yksiköistä, perusopetuksen ja varhaiskasvatuksen edustajilta, työpajasäätiöltä, ammattiopisto JEDU:lta sekä kaupungin liikunta-, kulttuuri- ja nuorisopalveluiden työntekijöiltä.

EHKÄISEVÄ PÄIHDETYÖ ERI IKÄKAUSINA

Ehkäisevä päihdetyö on päihteiden aiheuttamien haittojen ehkäisyä ja vähentymistä, joita esiintyy eri tavoin läpi ihmisen elinkaaren. Ehkäisevää päihdetyötä tehdään monilla eri tasoilla ja tavoilla. Jokaisella ikäkaudella on tunnistettu useita tekijöitä, jotka vaikuttavat siihen, miten todennäköisesti ajautuu päihteiden riskikäyttäjäksi. Altistaviksi tekijöiksi eli riskitekijöiksi kutsutaan tekijöitä, jotka ovat yhteydessä suurempaan todennäköisyyteen käyttää päihteitä. Riskitekijät voivat olla geneettisiä, persoonallisuuden 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. Ehkäisevän päihdetyön tulisikin keskittyä suojaavien tekijöiden tunnistamiseen ja niiden vahvistamiseen sekä riskitekijöiden vähentämiseen.

Varhaiskasvatus ja neuvolat

Lapset puheeksi -menetelmissä tavoitteena on rakentaa lapselle ja nuorelle toimivia ihmissuhteita ja tukevaa arkipäivää lapsen ja nuoren hyvinvoinnin ja suotuisan kehityksen tueksi. Lapset puheeksi -menetelmä tukee lapsen hyvää kehitystä ja tarjoaa mahdollisuuden havaita ja puuttua lasten ja nuoren kehityshaasteisiin ennaltaehkäisevästi. Nivalan kaupungissa on otettu käyttöön Lapset puheeksi -keskustelu, jota tarjotaan varhaiskasvatuksessa 3- ja 6-vuotiaiden lasten huoltajille. Keskustelu voidaan myös käydä huolen herätessä lapsesta tai huoltajan pyytäessä. Keskusteluun osallistuminen on aina vapaaehtoista.

Lapset puheeksi -keskustelussa käydään yhdessä läpi lapsen vanhempien kanssa arjen asioita kotiin, varhaiskasvatukseen ja kouluun sekä harrastuksiin ja vapaa-aikaan liittyen vahvuuksien ja haavoittuvuuksien kautta. Tavoitteena on tunnistaa lapsen ja nuoren hyvinvoinnin kannalta keskeiset tekijät ja pohtia sitä, kuinka niitä voidaan tarvittaessa tukea. Lapset puheeksi -keskustelu käydään vanhemmille etukäteen annettujen kysymysten ja aihealueiden pohjalta ja mikäli keskustelussa nousee esille huolenaiheita, joihin tarvitaan lisätoimenpiteitä, järjestetään tarvittaessa Lapset puheeksi -neuvonpito. Neuvonpito on toiminnallista verkostotyötä, jonka tavoitteena on saada aikaan perheen ja lapsen arjessa sellaisia konkreettisia tekoja, jotka tukevat lapsen pärjäämistä. Varhaiskasvatuksessa toteutetaan päihdekasvatusta lapsille leikin ja toiminnan kautta.

Jo äitiysneuvolassa tuetaan vanhempia päihdeettömyyteen ja ehkäistään täten sikiövaurioita. Odottavalle äidille tehdään AUDIT-kysely alkoholin käytöstä ja keskustellaan sen pohjalta. Myös odottavien äitien tupakoinnin lopettamista tuetaan. Tarvittaessa voidaan tehdä lähete äitiyspoliklinikalle, jos huoli herää äidin päihteidenkäytöstä. Neuvolassa tehtävien laajojen terveystarkastusten (18kk ja 4v) yhteydessä lasten huoltajia pyydetään täyttämään AUDIT-kysely, joka käydään läpi ja keskustellaan kyselyn pohjalta perheen päihteidenkäytöstä, asenteista ja tottumuksista. Tarpeen mukaan vanhempia ohjataan päihdehuollon piiriin.

MITÄ SEURAAVAKSI?

Varhaiskasvatuspalveluissa sovitaan yhteinen toimintamalli, miten toimitaan, jos havaitaan huoltajien ongelmallista päihteiden käyttöä

LUE LISÄÄ:

Jos sais kolme toivomusta – työkirja päihdeasioista varhaiskasvatuksen työntekijöille
https://www.lastenseurassa.fi/media/blogin-tiedostot/jos_sais_kolme_toivomusta.pdf

Lasinen lapsuus – Konkreettisia välineitä aikuisten päihdeongelmista kärsivien lasten ja nuorten auttamiseen <https://lasinenlapsuus.fi/tyohosi>

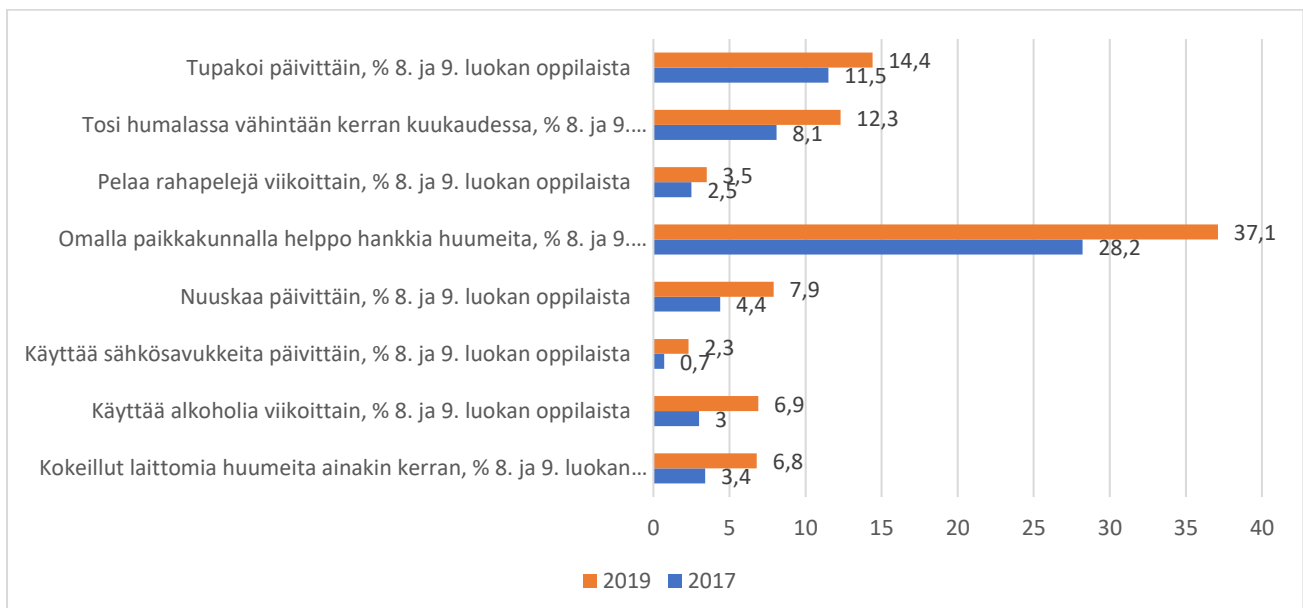
Lapsi ja vanhempien alkoholin käyttö – opas varhaiskasvatuksen työntekijöille
https://lasinenlapsuus.fi/sites/default/files/pdf/lapsi_ja_vanhempien_alkoholinkaytto_-_opas_varhaiskasvatuksen_tyontekijoille.pdf

Perusopetus

Koulu on yksi suuri ja merkittävä tekijä lasten ja nuorten päihdekasvatuksessa. Koulun tehtävät ennaltaehkäisevässä päihdetyössä lasten ja nuorten kohdalla liittyvät kasvun ja kehityksen tukemiseen, laadukkaaseen opetukseen, vaikutus- ja osallistumismahdollisuuksien tukemiseen, ongelmien varhaiseen havaitsemiseen ja puuttumiseen sekä hyvään yhteistyöhön lapsen tai nuoren muiden tukiverkkojen (koti, oppilashuolto) kanssa. (Danska-Honkala & Krogerus 2010.)

Lasten ja nuorten päihteiden käyttöön vaikuttaa suojaavana tekijänä turvallinen kasvuympäristö. Hyvät sosiaaliset taidot ja verkostot sekä hyvä itsetunto ja minäkuva vähentävät riskiä päihteiden riskikäyttöön etenkin murrosiän lähentyessä. Lapsen ja nuoren lähiympäristön vastuullinen suhtautuminen päihteisiin on myös suojaava tekijä. Päinvastoin taas lähiyhteisön runsas päihteiden käyttö ja luotettavien aikuiskontaktien puute ovat riskitekijöitä päihteiden käytölle lapsilla ja nuorilla.

Nuorten päihteiden käyttö on yleistynyt huomattavasti kahden vuoden aikana. Vuoden 2019 kouluterveyskyselyssä tuli esille, että erityisesti tupakointi ja nuuskan käyttö on huomattavasti keskimääräistä yleisempää Nivalassa. Nivalalaisista 8.-9.luokkalaisista tupakoi päivittäin 14,4% (koko maa 5,6%) ja nuuskaa päivittäin 7,9% (koko maa 4,9%). Myös sähkötupakan käyttö on lisääntynyt. Alkoholia heistä käyttää viikoittain 6,9% ja laittomia huumeita on kokeillut 6,8%. 8.-9.luokkalaisista jopa 37,1% kokee, että paikkakunnalta on helppo hankkia huumeita. 3,5% pelaa rahapelejä viikoittain. (THL kouluterveyskysely.)



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 kuuluu yläkoulussa terveystiedon oppiaineeseen. Alakouluilla valistus toteutetaan laaja-alaisesti eri oppiaineissa. Ehkäisevän päihdetyön viikon teemat, tapahtumat ja kampanjat näkyvät kouluilla. Yläkoululla järjestetään vuosittain valtakunnallinen Smokefree-kilpailu. Huoltajille ja kouluhenkilöstölle on järjestetty viimeksi vuonna 2018 poliisin vetämät valistus- ja tiedotustilaisuudet Nivalan huumetilanteesta. Suun terveydenhoidossa lapset ja nuoret saavat valistusta tupakoinnin ja nuuskaamisen vaikutuksesta suun terveyteen. Vierailijaluentoja on pidetty ja ns. huumbussi on vierailut paikkakunnalla. Lapset puheeksi-keskustelua tarjotaan peruskoulussa 3. ja 7.vuosiluokilla tai jos huoli herää lapsesta tai huoltaja pyytää. Vanhempainilloissa käsitellään säännöllisesti lasten ja nuorten päihteiden käyttöä.

MITÄ SEURAAVAKSI?

Jatkossa vierailijaluentojen aiheita täsmennetään ja kohdennetaan eri ikäluokille
Henkilökuntaa koulutetaan tunnistamaan ja puuttumaan päihteiden väärinkäyttöön
Nostetaan esiin hyviä käytänteitä päihteettömyydestä

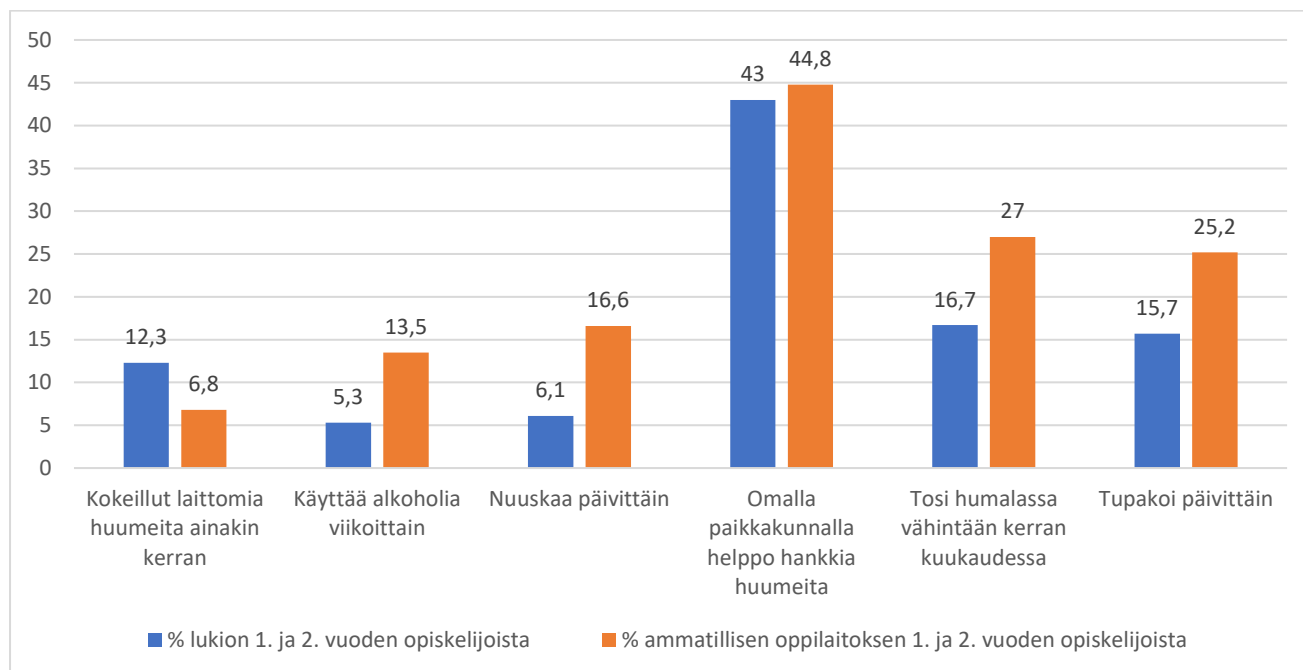
Toinen aste

Toisen asteen opiskelijoilla korostuu suojaavina tekijöinä hyvä itsetunto ja sopeutumiskyky muuttuvissa tilanteissa. Tietoa päihteiden käytön riskeistä tulisi viimeistään tässä vaiheessa viestiä, vaikka toki se on tärkeää jo varhaisnuoruudesta lähtien. Nuoren lähipiirin suhtautuminen päihteisiin määrittelee paljon nuoren omaa suhtautumista päihteisiin ja esimerkiksi harrastukset nähdään päihteiltä suojaavana tekijänä. Päihteiden vaikeaan saatavuuteen ja kontrolliin tulisi kiinnittää erityistä huomiota, kun nuoret tekevät ensimmäisiä päihdekokeilujaan.

Nuorten päihteiden käyttöön vaikuttavia riskitekijöitä ovat heikko itsetunto, turvattomuuden tunne ja kriisit. Myös jos lähipiirissä käytetään paljon päihteitä ja jopa ihannoidaan niitä, on suurempi riski ajautua päihteiden riskikäyttäjäksi. Yksinäisyys ja syrjäytyminen ovat myös riskitekijöitä. Myös perimällä on vaikutusta ja varhain aloitetut päihdekokeilut johtavat usein myös riskikäyttöön vanhempana. Koulussa oppimisvaikeudet ja heikko koulumenestys sekä sitoutumattomuus koulunkäyntiin ovat nuorten päihteiden käyttöön liittyviä riskitekijöitä.

Ammatillisen oppilaitoksen opiskelijoilla päihteiden käyttö on yleisempää kuin lukion opiskelijoilla, vaikkakin ammatillisen oppilaitoksen opiskelijoiden päihteiden käyttö on viimeisimpien tilastojen mukaan lähtenyt laskuun Nivalassa, kun taas puolestaan lukiolaisilla nousuun. Kouluterveyskyselyssä 2019 on ollut mukana lukion ja ammatillisen oppilaitoksen 1. ja 2. vuoden opiskelijat. Nivalassa lukiolaisista 15,7% (v.2017 6,7%) tupakoi päivittäin, kun taas ammatillisen oppilaitosten opiskelijoilla vastaava osuus on 25,2% (v.2017 40,6%). Nuuskaa puolestaan lukiolaisista käyttää päivittäin 6,1% (v.

2017 2,2%) ja ammatillisten oppilaitosten opiskelijoista 16,6% (v.2017 12,3%). Alkoholia viikoittain nauttii 5,3% (v.2017 3,4%) lukion opiskelijoista ja 13,5% (v.2017 18,5%) ammatillisten oppilaitosten opiskelijoista. Laittomia huumeita on kokeillut lukiolaisista 12,3% (v.2017 4,4%) ja ammatillisten oppilaitosten opiskelijoista 6,8% (v.2017 13,9%). (THL kouluterveyskysely.) Jatkossa on siis panostettava aiempaa enemmän ehkäisevän päihdetyön resursseja myös lukiolaisiin sekä pyrkiä tavoittamaan myös niitä nuoria, jotka eivät ole opiskelun tai työn piirissä esimerkiksi etsivän nuorisotyön avulla.



Nivalassa toimii ammatillisten opintojen tarjoajana Jokilaaksojen koulutuskuntayhtymä JEDU, jossa on ennaltaehkäisevän päihdetyön toimintamalli ja sen mukaan JEDUn alue on päihteetöntä aluetta. Tämä koskee myös työmailla tapahtuvaa työssäoppimista. Epäiltäessä opiskelijan päihteiden käyttöä, pyritään opiskelija ohjaamaan hoitoon. Jos opiskelija on päihtyneenä koulupäivän aikana, hänet poistetaan oppilaitoksesta. Alle 18 – vuotiaan opiskelijan huoltajalle ilmoitetaan tapahtumasta ja pyydetään huoltajaa hakemaan opiskelija kotiin. Yhteistyötä opiskelijan tukemiseksi voidaan tehdä opettajien, terveydenhoitajan, kuraattorin ja huoltajien sekä tarvittaessa myös poliisin, sosiaaliviranomaisten ja A-klinikan kanssa. Törkeästä huumausainerikoksesta, esim. myynti alaikäiselle, tulee ilmoittaa poliisille. (JEDU 2018.)

JEDU:lla otetaan jokaisessa terveystarkastuksessa päihteet puheeksi ja tehdään suunnitelma terveyden tukemiseksi opiskelijan kanssa. Terveystarkastaja arvioi opiskelijan kanssa yhdessä riippuvuustyyppin ja päihteiden käytön syyn. Käynnin aikana keskustellaan riskeistä ja motivoidaan opiskelijaa punnitsemaan päihteiden käytön etuja ja haittoja. Keskustelun aikana pyritään kannustamaan opiskelijaa jatkamaan hyviä käytänteitä ja mietitään yhdessä keinoja päihteiden käytön vähentämiseen.

Lukion opintosuunnitelmassa on kaikille pakollinen terveystiedon kurssi, jossa käsitellään myös päihteiden käyttöä. 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.

Työikäiset

Päihteiden käytön vuoksi sairaalahoitoa tarvinneiden henkilöiden määrä (24 - 64-vuotiaat suhteutettuna kyseiseen ikäluokkaan) sekä päihdehuollon avopalveluiden asiakkaiden määrä on Nivalassa laskenut viime vuosina, mutta määrä näissä on edelleen suurempi kuin maakunnassa ja Suomessa keskimäärin. Päihteiden riskikäytön tunnistaminen peruspalveluissa on tärkeää, koska esimerkiksi alkoholin suurkulutus on monen sosiaalisen terveys- ja työkykyongelman taustalla. Sosiaali- ja terveystalvveluissa 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 otton välineenä ja mittarina, jolla kartoitetaan alkoholin käyttömäärää.

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. Nivalan kaupunki näyttää esimerkkiä muille kaupungissa toimiville työnantajille olemalla savuton työpaikka.

Työttömien kohdalla ehkäisevä päihdetyö on erityisen tärkeää, koska työttömyys on iso riskitekijä elämäntallintaongelmien kasaantumiseen ja myös päihteiden käyttöön. Nivalassa työttömyys on vähentynyt (vuonna 2017 11,0% ja vuonna 2018 8,0%) ja on myös maakunnan keskiarvoa alhaisempi (v.2018 10,8%). Nivalan kaupunki tarjoaa TE-toimiston kautta työttömille terveystarkastuksia, jolloin voidaan ottaa puheeksi päihteiden käyttö ja näin tunnistaa riskikäyttäjii.

MITÄ SEURAAVAKSI?

Kohtaamispaikkatoimintaa työttömille?

Kannustetaan työpaikkoja laatimaan päihdeohjelma ja tuomaan sen sisältö tunnetuksi työntekijöille

Ikääntyneet

Ikääntyneillä yksinäisyys on päihteiden käyttöön liittyvä riskitekijä. Nivalassa 41,4% yli 75-vuotiaista asuu yksin, joka on hieman alle maakunnan keskiarvon 44,0%. Yli 65-vuotiaiden vuodeosastojaksot päihdesairauksien vuoksi ovat lisääntyneet hurjasti. Vuonna 2017 10,1 henkilöä tuhannesta vastaavan ikäisestä oli ollut päihdesairauden vuoksi vuodeosastohoidossa, kun taas vuonna 2016 vastaava luku oli 5,9 eli määrä on lähes tuplaantunut (Sotkanet). Ikääntyneiden hyvinvointia pyritään tukemaan esimerkiksi hyvinvointia edistävillä kotikäynnneillä 75-vuotiaille, jotka eivät ole minkään palveluiden piirissä. Kotihoidon palveluita haettaessa tehtävillä palvelutarpeen arvioinneilla on myös hyvinvointia tukeva vaikutus. Ikäihmistien palvelutarpeen arvioinnit ja hyvinvointia edistävät

kotikäynnit ovat otollisia tilaisuuksia alkoholinkäyttötapojen, tupakoinnin ja rahapelaamisen kartoittamiseen ja riskien arviointiin. Mahdollisuuksia tiedon jakamiseen, puheeksi ottoon ja tuen piiriin ohjaamiseen on myös neuvontapalveluissa ja päiväkeskuksissa. Erityistä huomiota ikääntyneiden kohdalla on kiinnitettävä lääkkeiden ja alkoholin yhteisvaikutuksiin. Tehostetun palveluasumisen piiriin tulevien ikääntyneiden päihteettömyyteen totuttelua tuetaan.

MITÄ SEURAAVAKSI?

Otetaan puheeksi useammin ikääntyneiden päihteiden käyttö, hyödynnetään olemassa olevia mittareita, kuten yli 65-vuotiaiden alkoholimittaria

Otetaan käyttöön menetelmä ikäihmisten peliongelmiin tunnistamiseen

LUE LISÄÄ:

Päihdekortti ikäihmisten kanssa työskenteleville

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

Ikääntyneiden alkoholinkäytön puheeksi otto ja lyhytneuvonta

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

Ikääntyneiden päihde- ja mielenterveystyö

<https://tietopuu.a-klinikkasaatio.fi/ika-paihteet-ja-mieli>

EHKÄISEVÄ PÄIHDETYÖ KAUPUNGIN ERI PALVELUISSA

Liikuntapalvelut

Liikuntapalvelut edistävät ehkäisevää päihdetyötä ja hyvinvointia tarjoamalla mahdollisuuksia liikunnan harrastamiseen sekä järjestämällä ohjattua liikuntatoimintaa. Näin edesautetaan liikunnallisen elämäntavan syntymistä. 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 päihdekäyttötymisellään. Vastuu korostuu, kun alaikäiset ovat aikuisten vastuulla muun muassa pelimatkoilla.
- Ongelmapelaajia tuetaan ja etsitään heille osaavaa apua sekä edistetään peliongelmaa ehkäisevää työtä. (Valo 2013.)

Kulttuuripalvelut

Nivalan kaupungin kulttuuripalvelut tarjoavat osallistavaa ja päihteetöntä toimintaa kaikenikäisille. Osallistuminen kulttuuripalvelujen tarjoamaan harrastetoimintaan tarjoaa mielekäästä tekemistä, joka ennaltaehkäisee päihteiden käyttöä. Kulttuuripalvelut tekevät nuorisopalveluiden ja paikallisen elävän musiikin yhdistyksen Nelemun kanssa erittäin hyvää kulttuurillista nuorisotyötä NivaGemut-tapahtumailtojen merkeissä. Toiminta alkoi marraskuussa 2018 ja sitä on jatkettu menestyksekkäästi keväällä 2019. Kyseessä ovat musiikkipainotteiset disko-illat, jotka ovat päihteettömiä, maksuttomia ja K13 ikärajoituksella. Kulttuuripalvelut tukevat nuorten kulttuuriharrastuksia tarjoamalla nuorille esiintymismahdollisuuksia tapahtumissa. Nivalasta löytyy runsaasti musiikillisesti aktiivisia nuoria, jotka ovat innokkaita esiintymään. Kulttuuripalvelut tekevät tiivistä yhteistyötä myös koulujen kanssa. Vuosittain jaetaan avustuksia paikallisille kulttuuritoimijoille.

MITÄ SEURAAVAKSI?

Järjestöavustuksia myönnettäessä huomioidaan myös järjestöjen ja yhdistysten toimet päihdehaittojen ehkäisemiseksi.

Tehdään kaupungille ikääntyneiden kulttuurisuunnitelma, jossa huomioidaan myös ehkäisevä päihdetyö.

Otetaan käyttöön Kaiku-kortti vuoden 2020 alusta, joka mahdollistaa myös tiukassa rahatilanteessa olevien ihmisten yhdenvertaiset osallistumismahdollisuudet kulttuurielämään ja harrastamiseen.

Nuorisopalvelut

Kaupungin nuorisopalvelujen työntekijät kohtaavat nuoria monenlaisissa toiminnoissa ja edistävät osaltaan nuorten terveitä elämäntapoja, päihdeettöntä vapaa-aikaa ja osallisuutta. Nuorisotyö vahvistaa nuorten elämönhallintataitoja, jolloin pyritään ennaltaehkäisemään päihdeiden käyttöä. Ennaltaehkäisy pitää sisällään päihdehaittojen ehkäisyä, päihdeettömien valintojen tukemista ja tiedon jakamista esimerkiksi kampanjoin. Etsivä nuorisotyö antaa tukea riskiryhmissä oleville nuorille. Päihdekysymyksistä keskustelu nuorten kanssa ja nuorten päihdekokeiluihin puuttuminen ovat osa nuorisotyöntekijöiden arkea nuoria kohdatessa niin kasvokkain kuin verkossa. Nivalan kaupungin nuorisotila Kulmaus ja nuorisopalveluiden järjestämät tapahtumat ovat päihdeettömiä.

Työpajasäätiö

Työpajatoiminta tukee työpajavalmennuksessa olevien hyvinvointia ja osallisuutta, auttaa heitä eteenpäin elämän eri osa-alueilla sekä tukee koulutukseen ja työelämään hakeutumista. Ehkäisevän päihdetyön näkökulmasta toiminnalla vahvistetaan työpajatoiminnassa mukana olevan elämässä olevia suojatekijöitä ja pyritään lisäämään niitä. Työpajavalmennuksessa tunnistetaan myös yksilökohtaisia riskejä päihdeiden käytölle ja tarjoamalla tukea, ohjausta sekä hyvän elämän rakennuspalikoita, voidaan vähentää näiden riskien vaikutusta elämään.

Työpajoilla tuetaan savuttomuutta. Nivalan työpajasäätiölle on laadittu syksyllä 2018 päihdeohjelma sekä ehkäisevän päihdetyön ohjeet, joiden mukaisesti päihdeasiat otetaan asiakkaiden kanssa puheeksi ja järjestetään tarvittaessa tukea. Työpajasäätiön asiakkaiden kanssa käydään yksilökeskusteluja, joissa voidaan ottaa päihdeet puheeksi luontevasti. Päihdeongelmat muodostavat ison työllistymisen esteen paitsi henkilön työ- ja toimintakyvyn kannalta, myös työnantajien asenteina. Ehkäisevänä päihdetyönä säätiöllä myös järjestetään päihdevalistusluentoja ja tietoisuuksiä asiakkaille sekä henkilöstölle.

Yhteistyö Peruspalvelukuntayhtymä Kallion kanssa

Peruspalvelukuntayhtymä Kallio tuottaa sosiaali- ja terveystyöpalvelut Nivalassa. Kallion palveluissa työntekijät kohtaavat ihmisiä vauvasta vaariin. Ehkäisevä päihdetyö on sosiaalihuoltolain mukaisesti työskentelevien sosiaali- ja perhepalveluiden tärkeä tehtävä. Sosiaali- ja perhepalveluissa pyritään edistämään ja ylläpitämään kuntalaisten hyvinvointia sekä sosiaalista turvallisuutta, vähentämään eriarvoisuutta ja turvaamaan riittävät ja laadukkaat sosiaalipalvelut. Tavoitteena on myös parantaa yhteistyötä sosiaalihuollon ja kunnan eri toimialojen sekä muiden toimijoiden välillä aikaisemmin mainittujen tavoitteiden toteuttamiseksi.

Sosiaali- ja perhepalveluissa annetaan ehkäisevään päihdetyöhön liittyen ohjausta ja neuvontaa sekä tarvittaessa arvioidaan tuen ja palveluiden tarvetta yhdessä lapsen, nuoren ja perheen sekä muiden viranomaisten kanssa. Tähän kuuluu olennaisena osana elämäntilanteen kokonaiskartoitus, johon kuuluvat myös päihdeet.

Terveystyöpalveluissa otetaan päihdeet puheeksi usein lääkärin tai hoitajan vastaanotolla. Esimerkiksi kansantautihoitajien tai työterveyshoitajan vastaanotolla otetaan tarkastusten yhteydessä päihdeet

puheeksi esimerkiksi mini-intervention eli alkoholin lyhytneuvonnan avulla, jolloin voidaan tunnistaa riskikäyttäjät. Tarvittaessa riskikäyttäjät voidaan ohjata eteenpäin esimerkiksi A-klinikalle.

A-klinikka antaa moniammatillista apua päihde- ja riippuvuusongelmista kärsiville sekä mahdollisuuksien mukaan heidän läheisilleen. Ongelmat voivat liittyä alkoholiin, huumeisiin, lääkkeisiin, peli- tai muuhun riippuvuuteen tai näiden yhdistelmiin. Asiakkuus perustuu vapaaehtoisuuteen ja hoidossa korostuu luottamuksellinen yhteistyö asiakkaan ja hänen lähiverkostonsa kanssa. Avohoitoon voi tulla myös ennaltaehkäisevästi, kun epäilee päihteiden käytön riistäytyvän hallinnasta. A-klinikalle ei tarvitse lähetettä.

JÄRJESTÖT EHKÄISEVÄN PÄIHDETYÖN TOIMIJOINA

Useat järjestöt tukevat toiminnallaan ehkäisevää päihdetyötä, mitä kaupungissa tehdään. 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. Nivalassa toimivat urheiluseurat kannustavat kaikenikäisiä terveellisiin elämäntapoihin. Myös monet musiikkiin, taiteeseen ja kulttuuriin painottuvat järjestöt kannustavat päihteettömään harrastustoimintaan. Lasten ja nuorten parissa tehtävää hyvinvointityötä tekee Nivalassa esimerkiksi MLL perhekahvilatoiminnallaan. Yhteinen tupa ry tarjoaa ikäihmisille matalan kynnyksen kohtaamispaikan Juttutuvan. Nivalassa toimivat järjestöt, yhdistykset ja seurat tarjoavat eri ikäryhmille monipuolista toimintaa.

Urheiluseuroille on pidetty ehkäisevän päihdetyön ilta syksyllä 2019 ja aloitettu heidän kanssaan yhteistyö ehkäisevän päihdetyön merkeissä. Yhteistyötä on tehty tiiviisti EHYT ry:n kanssa ja sieltä on saatu myös asiantuntija-apua tämän mallin laatimiseen.

VAIKUTTAVAA VIESTINTÄÄ PÄÄTÖSTEN JA VALINTOJEN TUEKSI

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. Valistusviestintää tehdään esimerkiksi kampanjoiden avulla, joita on ympäri vuoden. Tärkein kampanja-aika Nivalassa on ehkäisevän päihdetyön viikko, joka on marraskuun alussa. Erilaisten kampanjoiden aikaan kaupunki viestii päihdeiden käytön haitoista ja riskeistä eri kanavilla, kuten esimerkiksi sosiaalisessa mediassa.

Lapsille ja nuorille tehdään päihdekasvatusta kouluissa. Erilaiset luennot ja tapahtumat pyritään muokkaamaan kohderyhmille sopiviksi. Myös vanhempainilloissa käsitellään päihkeitä. Nivalassa peruskoulun 8. ja 9.luokkalaisissa tupakointi on yleisempää kuin maakunnassa keskimäärin, jonka vuoksi erityisesti siihen keskittyvää valistusta tehdään esimerkiksi Smokefree-kilpailun avulla peruskoulussa.

Kunnassa tulee huolehtia, että sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisilla on riittävät ja ajantasaiset tiedot ehkäisevän päihdetyön toteuttamiseen. Tieto päihdeiden käyttöön liittyvistä riskeistä ja haitoista sekä siitä mistä apua on saatavilla lisäävät päihdeiden 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). Tiedotusta tehostettaessa lähtökohdaksi tulisi ottaa aiheet, joiden kohdalla väestön tai väestöryhmän tietotaso on matala tai käsitykset virheellisiä.

LÄHTEET

Danska-Honkala, K. & Krogerus, E. 2010. Ehkäisevä päihdetyö toisen asteen ammatillisessa koulutuksessa – esimerkki ryhmäinterventiosta. Teoksessa Yhteisöllisiä näkökulmia nuorten ehkäisevään päihdetyöhön. Toim. M. Kylmäkoski, S. Pylkkänen ja R. Viitanen. Helsinki: Humanistinen ammattikorkeakoulu, 72–73, 77.

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

JEDU – Jokilaaksojen koulutuskuntayhtymä. 2018. Opiskelun hyvinvointisuunnitelma – ”yhteistyössä enemmän – yhdessä kasvaminen”.

<https://www.jedu.fi/data/content/opiskelun%20hyvinvointisuunnitelma%20hyv%C3%A4ksytyy%2022.5.2018.pdf>

STM 2015. Ehkäisevän päihdetyön toimintaohjelma – Alkoholi-, huume- ja rahapelihaittojen sekä tupakoinnin vähentäminen. Sosiaali- ja terveysministeriön julkaisuja 2015:19.

http://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/74726/STM_EPT-kansi_sisus_netti.pdf

THL kouluterveyskysely 2018. <https://thl.fi/fi/web/lapset-nuoret-ja-perheet/tutkimustuloksia>

THL, Tilasto- ja indikaattoripankki SOTKANet.

Valo ry 2013. Urheiluyhteisön reilun pelin ihanteet ja tavoitteet. Valon syyskokous 30.11.2013.

https://storage.googleapis.com/valo-production/2016/12/urheiluyhteison_reilun_pelin_ihanteet_ia_tavoitteet.pdf

Ehkäisevän päihdetyön toimet 2019-2021 Nivalassa

TAVOITE	TOIMENPIDE	KOHDERYHMÄ	JÄRJESTÄJÄ ja YHTEISTYÖKUMPPANIT	AJANKOHTA	MITTARI
Monitoimijainen yhteistyö	Moniammatillisen ehkäisevän päihdetyöryhmän (EPT) perustaminen ja toiminnan aloittaminen	Eri toimijoita	hyvinvointipalvelut	KEVÄT 2019 (ryhmän aloitus), kokoontuu vähintään 2x vuodessa	Ryhmän kokoontumiskerrat
	Pakka-toimintamallin käynnistämisen selvittely	Paikalliset toimijat	hyvinvointipalvelut	KEVÄT 2020	Toiminta käynnistyy (kyllä/ei)
Osaamisen lisääminen Räätälöidyt koulutukset eri kohderyhmille yhteistyössä EHYT ry:n kanssa	Lasten ja nuorten pelaaminen ja pelikasvatus (digipelaaminen) – koulutus	Opettajat, varhaiskasvatus, nuorisotyötä tekevät, kuraattorit, oppilashuolto	hyvinvointipalvelut ja EHYT ry	KEVÄT 2019	Koulutus pidetty (kyllä/ei), osallistujamäärä
	Yläkoulu: Nuuska-agenttimalli, ohjaajakoulutus	Ohjaajat ovat opettajia, nuorten kanssa työskenteleviä, koulutettavat agentit (7.luokkalaisia) ovat vapaaehtoisia, ja kouluttavat alakoulun 5.-6. luokkalaisia	EHYT ry (kouluttaja)	KEVÄT 2019	Koulutus pidetty (kyllä/ei), osallistujamäärä, uudet agentit
	Kannabisinterventio-koulutus	Sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaiset, nuorten kanssa työskentelevät	Kannabishanke	SYKSY 2019	Osallistujamäärä

Tiedon kerääminen	Päihdekysely 2-4 vuoden välein	Kaikenikäiset kuntalaiset	hyvinvointipalvelut	SYKSY 2019 ja 2021	Kysely tehty (kyllä/ei)
Viestintä	Materiaalin jakaminen (painettu ja sähköinen materiaali: julisteet, lehtiset, itsehoito-oppaat): nuorisotila, kirjastot, hyvinvointipalvelut, koulut, tapahtumien yhteyteen	Kaikenikäiset kuntalaiset	hyvinvointipalvelut	KOKO AJAN	Jaetun materiaalin määrä
	Infotilaisuudet ajankohtaisista päihdeilmiöistä ja tietoisuutta yhteistyötahojen kanssa (esim. poliisi, Kallio, Ehyt ry)	Kuntalaiset	hyvinvointipalvelut	TARPEEN MUKAAN	Pidettyjen infotilaisuuksien määrä
	Hyvinvointivirtaa -rasti	Ammattiopisto JEDU:n opiskelijat	hyvinvointipalvelut	SYKSY 2019	Rastilla käyneiden määrä
Teemapäivät ja –viikot, kampanjat	Tiedottaminen ja tapahtumien järjestäminen: ehyt.ry/kampanjat, tiedotus kaupungin somekanavat, kaupungin sähköpostitiedotus. <ul style="list-style-type: none"> - Tipaton tammikuu, - Ennalta ehkäisevän päihdetyön (EPT) viikko, ohjelmaa ja toimintaa - Selvänä kesään -kampanja - Anna lapselle raitis jouluku - Peliviikko 	Kuntalaiset	hyvinvointipalvelut	VUOSITTAIN - Tipaton tammikuu, TAMMI-JOULUKUU - EPT-viikko, vko 45 MARRASKUU -Selvänä kesään -kampanja TOUKO-KESÄKUU - Anna lapselle raitis jouluku MARRAS-JOULUKUU Peliviikko MARRASKUU	
	Smokefree-kilpailu	Yläkoululaiset	Niva-Kaijan koulu, hyvinvointipalvelut ja EHYT ry	VUOSITTAIN	Osallistuneiden määrä

	Haastetaan työpaikkoja mukaan päihdeohjelmiin, Ehyt antaa maksutonta neuvontaa (HUGO-malli)	Työikäiset	hyvinvointipalvelut	SYKSY 2020	Mukaan lähteneiden työpaikkojen määrä
--	---	------------	---------------------	-------------------	---------------------------------------

Päihdehaittoja ennakoivat tekijät

