



Kuhmoisten  
ehkäisevän päihdetyön  
suunnitelma  
vuosille 2022-2025

## Sisällysluettelo

1.	Johdanto .....	2
1.1.	Mitä on ehkäisevä päihdetyö .....	2
1.2.	Ehkäisevän päihdetyön moniammatillisen toimielimen tehtävät.....	2
1.3.	Ehkäisevän päihdetyön tehtävät Kuhmoisissa .....	3
1.4.	Valtakunnalliset tavoitteet ja suositukset .....	3
2.	Suunnitelma.....	5
2.1.	Kunnan ehkäisevän päihdetyön tavoitteet vuosille 2022- 2025 .....	7
2.2.	Kunnan ehkäisevän päihdetyön menetelmät.....	7

## 1. Johdanto

### 1.1. Mitä on ehkäisevä päihdetyö

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. ([Ehkäisevä päihdetyö THL](#))

Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä (523/2015) tuli voimaan vuonna 2015. Lain 1 §:n perusteella ehkäisevään päihdetyöhön kuuluu alkoholin, tupakan, huumausaineiden ja muiden päihtymiseen käytettävien aineiden sekä rahapelaamisen aiheuttamien haittojen ehkäisy yhteistyössä yleishyödyllisten yhteisöjen kanssa. Ehkäisevällä päihdetyöllä tarkoitetaan lain 2 §:n toisen momentin mukaan toimintaa, jolla vähennetään päihteiden käyttöä ja päihteiden käytöstä aiheutuvia terveydellisiä, sosiaalisia ja yhteiskunnallisia haittoja.

Sosiaali- ja terveystieteiden ministeriö (STM) johtaa ja Terveystieteiden ja hyvinvoinnin laitos (THL) kehittää ja ohjaa ehkäisevää päihdetyötä valtakunnallisesti yhteistyössä muiden viranomaisten kanssa. Aluehallintovirastot ohjaavat toimialueensa ehkäisevää päihdetyötä ja tukevat toimialueensa kuntia ehkäisevän päihdetyön toteuttamisessa ja kehittämisessä. Kunta huolehtii ehkäisevän päihdetyön tarpeen mukaisesta organisoinnista alueellaan ja nimeää ehkäisevän päihdetyön tehtävistä vastaavan toimielimen.

### 1.2. Ehkäisevän päihdetyön moniammatillisen toimielimen tehtävät

- 1) huolehtia kunnan päihdeolojen seurannasta ja niitä koskevasta tiedotuksesta;
- 2) huolehtia siitä, että päihdehaittoja ja niiden vähentämistä koskevaa tietoa tarjotaan yksityisille henkilöille ja koko väestölle;
- 3) lisätä ja tukea päihdehaittoja ehkäisevien toimien osaamista kaikissa kunnan tehtävissä;
- 4) esittää ja edistää ehkäisevän päihdetyön toimia kunnan hallinnossa, erityisesti sosiaali- ja terveydenhuollossa, sivistys-, liikunta- ja nuorisotoimessa sekä elinkeinotoimessa;
- 5) huolehtia siitä, että 4 kohdassa tarkoitetut kunnan toimet sovitetaan yhteen poliisin, alkoholilain (1102/2017) ja tupakkalain (549/2016) noudattamisen valvonnan, elinkeinoelämän ja erityisesti ehkäisevään päihdetyöhön osallistuvien yleishyödyllisten yhteisöjen ehkäisevään päihdetyöhön kuuluvien ja sitä tukevien toimien kanssa.

(Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä 523/2015, 4 § -5 §.)

### 1.3. Ehkäisevän päihdetyön tehtävät Kuhmoisissa

Kuhmoisiin on perustettu kunnanhallituksen alaisuuteen Kuhmoisten kunnan hyvinvointityön ja ehkäisevän päihdetyön moniammatillinen ryhmä joulukuussa 2021. Ryhmän jäsenet ovat:

- Valteri Väyrynen, kunnanjohtaja
- Sari Hellsten, sosiaali- ja terveysjohtaja
- Sanna Luukkanen, hallintojohtaja
- Pertti Terho, hyvinvointikoordinaattori
- Teija Mäkelä, ehkäisevän päihdetyön koordinaattori
- Pipsa Suominen, liikunnanohjaaja
- Satu Forsberg, nuoriso-ohjaaja
- Sari Orava, kotihoidon sairaanhoitaja
- Piia Arrenius, fysioterapeutti
- Tarja Vesikallio, seurakunnan diakoniatyöntekijä
- Liisa Kontturi, järjestöjen edustaja
- Tero Sarkanen, järjestöjen edustaja
- Minna-Leena Peltonen, sosiaaliohjaaja

Ryhmän koollekutsujana toimii hyvinvointikoordinaattori.

Laaja hyvinvointikertomus on laadittu vuosille 2017–2021. Kertomus sisältää suunnitelman hyvinvoinnin edistämisestä kuluvalle valtuustokaudella. Hyvinvointisuunnitelmaan on kirjattu tavoitteeksi tehostaa ennalta ehkäisevää päihdetyötä ja toimenpiteenä kuntien ehkäisevät päihdetyön työryhmät ja niiden järjestämä toiminta.

### 1.4. Valtakunnalliset tavoitteet ja suositukset

Sosiaali- ja terveysministeriön vuonna 2015 laatima Ehkäisevän päihdetyön toimintaohjelma (Ehkäisevän päihdetyön toimintaohjelma) tukee ehkäisevän päihdetyön järjestämistä koskevan lain toimeenpanoa. ”Ehkäisevän päihdetyön toimintaohjelman väliarviointi ja tehostettavat toimet vuoteen 2025” on julkaistu huhtikuussa 2021. Tavoitteena on tehostaa työtä kuudelle painopisteelle asetettujen tavoitteiden ja kehittämiskohteiden avulla:

1. Ehkäisevän päihdetyön valtakunnalliset, alueelliset ja paikalliset rakenteet ovat kunnossa.
2. Haitoista viestitään tutkittuun tietoon perustuen yksilöiden valintojen ja sosiaali- ja terveyspolitiikan tueksi.
3. Riskikäyttö ja haitat tunnistetaan ja tukea tarjotaan varhaisessa vaiheessa.
4. Paikallista alkoholi-, tupakka- ja rahapelipolitiikkaa toteutetaan suunnitellusti ja laajassa yhteistyössä.
5. Haittojen ehkäisyyn panostetaan lähiyhteisöissä.
6. Ammattilaisilla on riittävästi ehkäisevän päihdetyön osaamista.

Kansalliset päihde- ja rahapelihaittojen sekä tupakoinnin ehkäisyn tavoitteet vuoteen 2025 mennessä ([Sosiaali- ja terveysministeriö. STM](#)):

### **Alkoholi**

- Alkoholin kokonaiskulutus on alle 10 litraa 100 %:n alkoholia asukasta kohden (15 vuotta täyttäneet) (THL).
- Kerralla vähintään 6 alkoholiannosta kerran viikossa tai useammin juovien osuus on 20–64-vuotiaista alle 10 prosenttia (THL, Alueellinen terveys- ja hyvinvointitutkimus ATH).
- Kerralla vähintään 6 alkoholiannosta 30 päivän aikana juovien osuus on 15–16-vuotiaiden joukossa korkeintaan 15 prosenttia (THL, Eurooppalainen koululaistutkimus ESPAD).

### **Tupakka- ja muut nikotiinituotteet**

- Alle kahdeksan prosenttia 20–64-vuotiaista käyttää tupakka- tai nikotiinituotteita (THL, Alueellinen terveys- ja hyvinvointitutkimus ATH).
- Lukion ja ammatillisten oppilaitosten 1. ja 2. vuosikurssin opiskelijoiden päivittäinen tupakan, nuuskan ja sähkösavukkeiden käyttö vähenee sekä käytössä näkyvät erot kaventuvat näiden koulutusmuotojen opiskelijoiden välillä (THL, Kouluterveyskysely).

### **Huumausaineet**

- Viimeisen kuukauden aikana jotain huumausainetta käyttäneiden osuus 15–69-vuotiaista on korkeintaan kaksi prosenttia (THL, Huumeveyskysely).

### **Rahapelaaminen**

- Niiden 15–74-vuotiaiden osuus, joilla on ollut rahapelaamisen aiheuttama ongelma viimeisen 12 kuukauden aikana, on pienempi kuin vuonna 2015 (THL, Suomalaisten rahapelaaminen -kysely)
- Viikoittain rahapelejä pelaavien 8. ja 9. luokan oppilaiden osuus on pienempi kuin seitsemän prosenttia (THL, Kouluterveyskysely).

## 2. Suunnitelma

*Ikärajavaltovottavien tuotteiden* saatavuuteen vaikutetaan vastuullisella myynnillä ja anniskelulla sekä puuttamalla alkoholin ja tupakan välittämiseen alaikäisille. Käytännössä toiminta tarkoittaa vähittäismyynnin ja anniskelupaikkojen ikärajavaltovonnan toteutumista, kieltäytymistä myymästä ja anniskelemasta alkoholia päihtyneelle sekä omavalvonnan tukemista. Alkoholilain (1102/2017), tupakkalain (549/2016) ja rahapelitoimintaa säätelevän lain (Arpajaislaki 1047/2001) noudattamiseen paikallisesti kiinnitetään huomiota ja asiaa pidetään esillä paikallisessa mediassa sekä erilaisissa järjestetyissä tapahtumissa.

*Aikuisten asenteet ja esimerkki* vaikuttavat lasten ja nuorten asenteisiin ja sitä kautta joko ehkäisevät tai edistävät tupakoinnin ja päihteiden käytön aloittamista. Vanhemmuuden tukeminen on ensiarvoisen tärkeää. Kaikkien toimijatahojen tulee kiinnittää huomiota päihteiden käytön ja rahapelaamisen puheeksi ottoon, varhaiseen puuttumiseen sekä tuntea olemassa olevat palvelut ja niihin ohjautumisen.

*Ehkäisevä työ* aloitetaan jo äitiys- ja lastenneuvoloissa mm. tukemalla vanhemmuutta ja antamalla suullista ja kirjallista terveysneuvontaa. Perhevalmennukseen sisällytetään aiheita monipuolisesti koko perheen terveyden edistämiseen ja terveyden ylläpitoon liittyen. Tupakan, päihteiden ja rahapelaamisen haittoja käsitellään kaikissa neuvolatoiminnoissa osana muuta terveysneuvontaa. Terveysneuvonnan keinoin pyritään motivoimaan ja kannustamaan asiakasta terveellisiin elintapoihin. Yhteistyö eri tahojen välillä on keskeistä.

*Tutkimusten mukaan* terveysriskit ja riski sairastua päihderiippuvuuteen ovat sitä suuremmat mitä nuorempina päihteiden käyttö aloitetaan. Siksi on tärkeää pyrkiä terveys- ja asennevaikuttamisen keinoin siirtämään nuorten päihteiden käytön aloittamista mahdollisimman pitkälle. Kouluissa käsitellään mm. päihteiden käytön terveydellisiä ja sosiaalisia vaikutuksia. Kotiväenilloissa annetaan ajankohtaista tietoa päihdeasioista ja vahvistetaan vanhemmuutta nuorten elämänhallintataitojen kehittämiseksi. Yleinen asennevaikuttaminen sekä itsetunnon ja elämänhallinnan sekä osallistamisen vahvistamiseen tähtäävät keinot ovat keskeisiä päihteiden käyttöä ehkäiseviä toimia.

Kuhmoisissa on toteutettu koulussa ja nuorisotoimessa ehkäisevän päihdetyön tapahtumia, vierailijoita jne. (**vanhempainillat, ehyt ym.**) Ehkäisevää päihdetyötä on tehty nuorisotilassa, mm. erilaiset vierailijat ja teemaillat. Nuorisotilassa on laadittu päihdesäännöt ja ohjeistukset, miten toimitaan, jos tilaan tulee päihtynyt nuori tai miten toimia, jos nuoresta herää huoli. Yhtenäiskoulussa on toteutettu ehkäisevää päihdekasvatusta opetussuunnitelman mukaisesti oppitunneilla, vierailijoin sekä teemallisissa vanhempainilloissa.

*Syrjäytymisen ehkäisyyn* panostetaan ja oppilashuoltoon tulee osoittaa riittävästi resursseja. Syrjäytymisen ehkäisyssä merkittävässä roolissa on jo päiväkotiiästä alkava ryhmäytyminen. Ryhmään kuulumisella sekä osallistavalla otteella on ennaltaehkäisevä merkitys päihteettömyyden tukemisessa.

*Yhtenäiskoululla, nuorisotilalla, seurakunnan tilaisuuksissa ja harrastuspiireissä* on oltava omat päivitetty toimintaohjeensa päihteiden käyttöön puuttumiseksi. Kiusaaminen, poissaolot, näpistyukset, tupakkatuotteiden ja muiden päihteiden käyttö sekä netti- tai peliriippuvuus edellyttävät aina välitöntä asiaan puuttumista. Kaikkien toimijoiden pitää tuntea vastuunsa huolen herätessä lapsen / nuoren tai hänen läheisensä suhteen.

*Viranomaistahot* toimivat yhteistyössä hyödyntäen eri toimintamalleja asiakkaan kokonaisvaltaisen elämäntilanteen selvittämiseksi ja tarkoituksenmukaisen avun ja tuen piiriin ohjaamiseksi.

*Päihteettömyyden* myönteisiä puolia tulee korostaa. Lapsille, lapsiperheille ja nuorille tarkoitettujen tilaisuuksien tulee olla täysin päihteettömiä ja sitä edistetään mm. järjestyssääntöjen ja valvonnan kautta. Kunnan järjestämien yleisötilaisuuksien ja sen tukemien vapaa-ajan toimintojen anniskelulupien tarve on aina tarkkaan harkittu ja mahdollisimman monet yleisötilaisuudet ovat päihteettömiä. Liikunta- ja vapaa-ajan järjestöjen toimintasuunnitelmiin liitetään järjestöjen laatimat ”päihdepelisäännöt”. Kunnan nuorisotoimi tekee aktiivista yhteistyötä koulun ja seurakunnan kanssa ehkäisevän päihdetyön kehityksen edistämiseksi.

*Työikäisiä ja ikääntyviä* kohdataan hyvin paljon erilaisissa terveydenhuollon ja sosiaalitoimen toimipisteissä. Olemassa olevia hyviä käytäntöjä ja toimintamalleja päihteiden käytön ja rahapelaamisen puheeksi ottamiseksi ja riskikäytön seuraamiseksi tulee kattavasti hyödyntää, esimerkiksi A-klinikan sosiaalityöntekijän ja kunnan sosiaaliohjaajan päivystysaikoina.

*Kaikki vastaanotto- tai kotikäyntityötä* tekevät tahot ovat avainasemassa, mikäli huoli asiakkaan tai perheen päihteidenkäytöstä tai peliriippuvuudesta herää. Yksiköiden koulutussuunnitelmiin tulee

sisältyä tunnistamiseen ja puheeksi ottoon liittyvää koulutusta. Toimipisteissä on selkeät puuttumisen ja hoitoon ohjaamisen mallit, jotta ongelmaan voidaan tarttua mahdollisimman varhaisessa vaiheessa. Kriisitilanteisiin tulee olla tarjolla riittävästi tukimuotoja ja olemassa olevista palveluista tulee tiedottaa asiakkaita ja heidän läheisiään.

*Suuret elämänmuutokset* kuten sairaudet, perheen hajoaminen /erotilanne eläkkeelle jääminen, liikuntakyvyn rajoittuneisuus, työttömyys ja muut elämän kriisitilanteet voivat aiheuttaa riskin päihdeongelmien tai peliriippuvuuden syntymiselle. Elämänlaatuun vaikuttaa hyvin paljon myös henkinen hyvinvointi. Vapaa-ajan toimintojen maksuttomuus mahdollistaa myös heikommassa taloudellisessa asemassa olevien harrastusmahdollisuuden. Sillä saattaa olla ennaltaehkäisevä merkitys päihdeiden käytön tai peliriippuvuuden syntymiselle.

*Asukkaiden näkemyksiä* paikallisesta päihdetilanteesta kartoitetaan kyselyillä ja kyselyiden tulokset huomioidaan ehkäisevän päihdetyön kehittämisessä.

### **2.1. Kunnan ehkäisevän päihdetyön tavoitteet vuosille 2022- 2025**

1. Ehkäisevä päihdetyö, pelihaittojen ehkäisy ja edistävä mielenterveystyö toteutuvat koordinoituna verkostoyhteistyönä.
2. Päihde- ja pelihaittakysymyksistä on saatavilla tietoa helposti ja riittävästi. *Kiinnitetään huomiota parempaan tiedottamiseen.*
3. Ammatillaiset tunnistavat päihteisiin ja ongelmapelaamiseen liittyviä riskejä ja haittoja ja osaavat tukea asiakasta varhaisessa vaiheessa.
4. Kuntien toimet sovitetaan yhteen eri toimijoiden kanssa. *Tunnistetaan hyviä ja pysyväksi soveltuvia toimintamalleja ja syvennetään niitä eri tahojen kanssa.*
5. Ehkäisevä päihdetyö kuuluu kaikille. *Tehdään ehkäisevä työ tutuksi kuntalaisille.*
6. *Järjestetään ehkäisevän päihdetyön teemavuosi? (apuna ept-vuosikello)*

### **2.2. Kunnan ehkäisevän päihdetyön menetelmät**

1. Ehkäisevän päihdetyön työryhmä arvioi vuosittain tavoitteiden toteutumista
2. Kunnassa on varhaisen puuttumisen malli käytössä kaikilla toimialoilla
3. Osaamisen ja ennalta ehkäisevän päihdetyön tunnistaminen sekä siihen liittyvän koulutuksen hankkiminen
4. Hyödynnetään paikallisesti hyvinvointialueen toimintamalleja