

EHYT verkar i hela landet

Våra regionsarbetare stöder kommuner, yrkespersoner inom olika branscher, medborgarorganisationer samt frivilliga som arbetar med förebyggande rusmedelsarbete runt om i Finland. Vi påverkar samhälleligt, ger råd och utbildar. EHYT:s kontor finns i Helsingfors, Jyväskylä, Kuopio, Lahtis, Uleåborg, Östermyra, Tammerfors och Åbo. Vår verksamhet omfattar hela Finland.

Kom med i vår verksamhet

Volontärarbete är en viktig del av EHYT:s verksamhet. Som volontär deltar du till exempel i kampanjer och evenemang samt i träffpunkternas och medlemsföreningarnas verksamhet.

ehyt.fi/vapaaehtoistoiminta (på finska)



Var och en av oss bidrar till den finländska rusmedels- och spelkulturen

EHYT främjar hela befolkningens välbefinnande och sunda levnadsvanor. Vi riktar vårt arbete till alla åldersgrupper från barn och unga till personer i arbetsför ålder och pensionärer.

Förutom att vi förebygger skador från alkohol, nikotin och droger förebygger vi även spelrelaterade problem. EHYT har 115 medlemsföreningar. En betydande del av vår verksamhet finansieras genom anslag från Social- och hälsoorganisationernas understödscentral (STEA).

ehyt.fi (på finska) | ehyt.fi/sv (på svenska)



@EHYTry



ehytry



ehytry

BUENO-verksamhet för unga

Vi möter barn och ungdomar där de finns: i skolor och i sociala medier. Vi diskuterar bland annat rusmedel, relationer, självkänsla och andra frågor som berör ungas vardag. På webbplatsen buenotalk.fi hittar ungdomar information och stöd i form av till exempel videoklipp, tester och en frågespalt.

buenotalk.fi | muruset.fi | IG: buenotalk |
YouTube: Bueno Talk



7 752

besök på webbplatsen
Buenotalk.fi
(2018)



21 718

videovisningar
(2018)

Rusmedels- och spelfostran för skolor

Förebyggande rusmedelsarbete ingår i skolornas och läroanstalternas läroplaner. Vi erbjuder utbildning i rusmedels- och spelfostran för alla stadier från lågstadieskolor till högskolor.

Våra lektioner uppmuntrar till diskussion om rusmedel och digitalt spelande. Vi diskuterar olika teman som barn och unga funderar på, bland dem frågor gällande alkohol, nikotinprodukter, cannabis och digitalt spelande. Dessutom utbildar vi lärare och grupphandledare att skapa och upprätta en god gruppanda och välfungerande ungdomsgrupper. EHYT erbjuder utbildningar på svenska, finska och engelska.

ehyt.fi/sv

35 709

90%

År 2018 utbildade vi 35 709 elever, studerande, yrkespersoner och föräldrar. Cirka 90 % av dem ansåg att de hade nytta av lektionen, utbildningen eller föräldramötet de hade deltagit i.

Spelfostran för hem och skolor

Digitala spel hör till så gott som alla barnfamiljers vardag. Vi främjar en positiv spelkultur och erbjuder information om både spelkulturer och att hantera spelande.

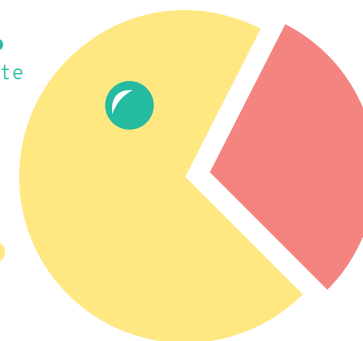
Våra tjänster omfattar lektioner för barn och unga och för föräldrar möten om spelfostran. Vi utbildar också yrkespersoner och erbjuder material till fostrare.

spelkunskap.fi

Endast 2,3 % av barn och unga i åldern 10-19 år spelar inga digitala spel, medan 70 % av åldersgruppen spelar digitala spel varje vecka och 36 % spelar dagligen. (Spelarbarometern 2018)

2,3%
spelar inte

70%
spelar varje
vecka



36%
spelar
varje dag

**Välbefinnande
– utan rusmedels-
och spelproblem**



När du säger nej till något säger du i många fall samtidigt ja till mycket annat. Genom att bestämt säga NEJ till rusmedelsproblem och beroende säger du samtidigt ja till måttlighet, till hälsa, till klarhet, till människorelationer, till glädje och sorg och till både stora och små lyckorus. Saker och ting brukar ordna sig när det finns en klar riktning i livet. Därför finns vi här som stöd för dig.

Träffpunkter öppna för alla

Elokolo är rusmedelsfria träffpunkter där alla är välkomna. Elokolo är en plats där vi frågar varandra hur det står till och lyssnar till varandra både när det gäller sorger och glädjeämnen. De bästa råden kan ibland komma från personen vid grannbordet, som har liknande erfarenheter. Personalen på Elokolo-träffpunkterna kan hjälpa och stöda till exempel med krånglig byråkrati. Träffpunkterna erbjuder även gratis tillgång till internet. Besökarna kan läsa dagens tidning, äta en skål morgongröt och dricka en kopp kaffe. Elokolo-träffpunkter och andra liknande mötesplatser finns på olika orter i Finland.

ehyt.fi/elokolot (på finska)



tyckte att de med hjälp av Elokolo mått bra trots att förhållandena i övrigt varit tuffa.
(Enkät inom ramen för MIPA-programmet, 2015)

Diskutera rusmedel på arbetsplatserna

Missbruk av alkohol och andra rusmedel kan påverka medarbetares säkerhet, arbetsförmåga och välbefinnande, vilket i sin tur minskar produktiviteten på arbetsplatsen. Vi erbjuder arbetsplatser utbildning och stöder arbetsgemenskaper i att ta fram och implementera ett rusmedelsprogram. Med hjälp av ett rusmedelsprogram kan en arbetsplats effektivt förebygga rusmedelsrelaterade problem. Vi hjälper arbetsgemenskaperna att ta tills tals, identifiera och förebygga problem relaterade till rusmedelsbruk.

huugo.fi (på finska)



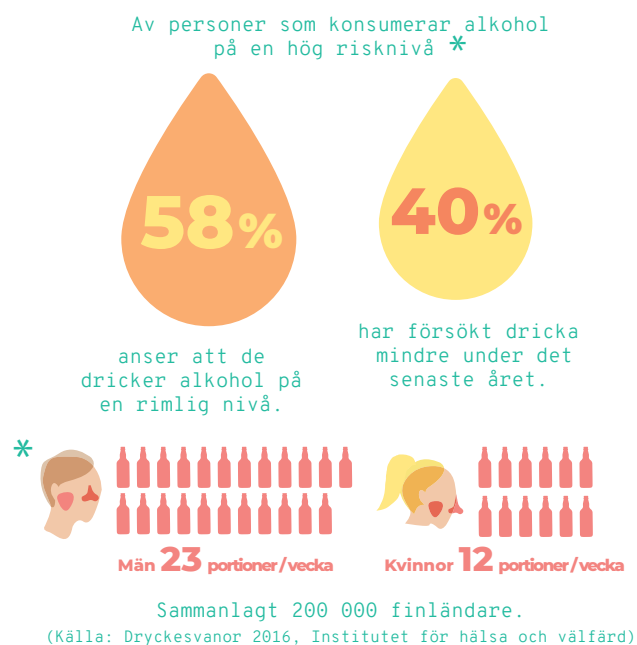
Alkoholkonsumtionen orsakar årligen kostnader på minst 500 miljoner, möjligen upp till över en miljard euro på arbetsplatserna i Finland.
(Rapporten Numerot puhuvat, 2018)

Stöd i problem orsakade av rusmedelsbruk

Vi erbjuder rusmedelsrådgivning dygnet runt varje dag året om. Professionella inom rusmedelsarbete ger råd per telefon på numret 0800 900 45. Tjänsten är avgiftsfri och anonym.

På finska ordnar vi möten där vuxna får hjälp med att ta rusmedelsbruk till tals och stöd när det gäller att hantera närståendes problematiska dryckesvanor. Ensihuoli-utbildningen riktar sig till alla närstående. Utbildningen erbjuder stöd och praktiska verktyg för att ta rusmedelsproblem till tals, vägledning för hur anhöriga kan uttrycka sin oro, samt information om hur man kan hjälpa personer med rusmedelsproblem.

paihdeneuvonta.fi | ehyt.fi/tukeamuutokseen (på finska)



Stöd för att identifiera spelproblem

Finland hör till de länder i världen där man spelar mest penningsspel. Över en halv miljon finländare spelar på en nivå som kan beskrivas som riskspelande. EHYT erbjuder information och verktyg för tidig identifiering av riskfyllt spelande samt råd för hur man kan ingripa.

Vi utvecklar metoder för att förebygga spelproblem. Vi utbildar yrkespersoner och frivilliga som kan identifiera personer med ett riskfyllt spelbeteende och som kan diskutera spelrelaterade problem.

ehyt.fi/pelaaminen (på finska)

Penningspel i Finland:



Personer med problematiskt spelbeteende 124 000 av vilka 49 000 eventuellt har ett spelberoende

(Suomalaisten rahapelaaminen 2015 -enkäten, Institutet för hälsa och välfärd)

Samarbete mellan organisationer

Nätverket för förebyggande rusmedelsarbete sammanför cirka 50 organisationer som förebygger och minskar rusmedelsproblem. Nätverkets syfte är att öka och utveckla organisationernas insatser inom förebyggande rusmedelsarbete. Samarbetet sker till exempel genom att påverka rusmedelspolitiken, samt ordna kampanjer, utbildningar och seminarier. Nätverket koordineras av EHYT.

ept-verkosto.fi (på finska och på engelska)

Vit januari är en populär tradition som årligen engagerar 11-16 % av alla de som konsumerar alkohol.
(Kantar TNS)



11-16%