



SUOMALAINEN PÄIHDEKULTTUURI

Vastatkaa kysymyksiin oheisen videon sekä omien näkemysten mukaan, **kirjatkaa vastauksianne** lomakkeelle.

1. Mitä ajatuksia video herätti? Mitä jäi päällimmäisenä mieleen?
2. Millainen on teidän mielestänne suomalainen päihdekulttuuri?
3. Onko suomalaisessa päihdekulttuurissa jotain hyvää? Onko jotain minkä pitäisi muuttua? Perustelkaa.

EHYT YouTube/Päihdeilmiö-video (kesto 3min 49sek)



[youtube.com/watch?v=9kG41BtGOgA](https://www.youtube.com/watch?v=9kG41BtGOgA)

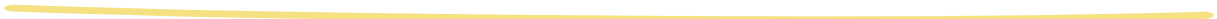




PÄIHTEIDEN KÄYTÖN SYYT JA SEURAUKSET

Vastatkaa kysymyksiin omien näkemysten mukaan, **kirjatkaa vastauksianne** lomakkeelle.

1. Miksi päihteitä käytetään? Listatkaa vähintään viisi syytä.
2. Millaisia haittoja päihteiden (alkoholi, nikotiinituotteet, huumeet) käytöllä voi olla
 - A) yksilölle?
 - B) läheisille ihmisille?
 - C) yhteiskunnalle?
 - D) ympäristölle?





TYÖKYKY

Vastatkaa kysymyksiin omien näkemysten mukaan ja oheisten linkkien avulla, **kirjatkaa vastauksianne** lomakkeelle.

1. Mitä tarkoittaa ”työkyky”? Mitä asioita työkykyyn kuuluu?

2. Miten päihteet voivat vaikuttaa työkykyyn?

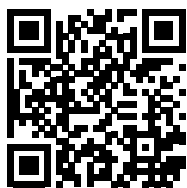
A) Nikotiinituotteet

B) Alkoholi

C) Huumeaineet

3. Miten työkykyä voi ylläpitää?

EHYT Huugo -Päihteet työelämässä



huugo.fi/paihteet-tyoelamassa

Smart Moves-Työelämä ja päihteet



smartmoves.fi/paihteet/tyoelama-ja-paihteet





PÄIHTEET –TOTTA VAI TARUA?

Tutustukaa oheisiin väittämiin. Pohtikaa jokaisen väittämän kohdalla, onko se **totta, tarua vai molempia**. Rastikaa vastauslomakkeelle mielestänne oikeat vastaukset. Varautukaa perustelevaan vastauksenne.

1. Satunnainen sähkösavukkeen käyttö voi aiheuttaa riippuvuutta
2. Nuuska sopii urheilua harrastaville, koska se ei heikennä kuntoa.
3. Nikotiinipussit eivät ole terveydelle haitallisia.
4. Kun tupakoinnin lopettaa, hyödyt alkavat näkyä nopeasti
5. Tupakkayhtiöt hyötyvät nuorten someen tekemästä vape-sisällöstä.
6. Alkoholi heikentää unen laatua
7. Ihminen pystyy arvioimaan, milloin on ajokunnossa alkoholin juomisen jälkeen.
8. Kannabiksen käyttö ei aiheuta riippuvuutta.
9. Kannabiksen käyttö on turvallista, koska sitä käytetään myös lääkkeenä.
10. Lääkkeitä voi vaaratta käyttää yhdessä alkoholin kanssa.





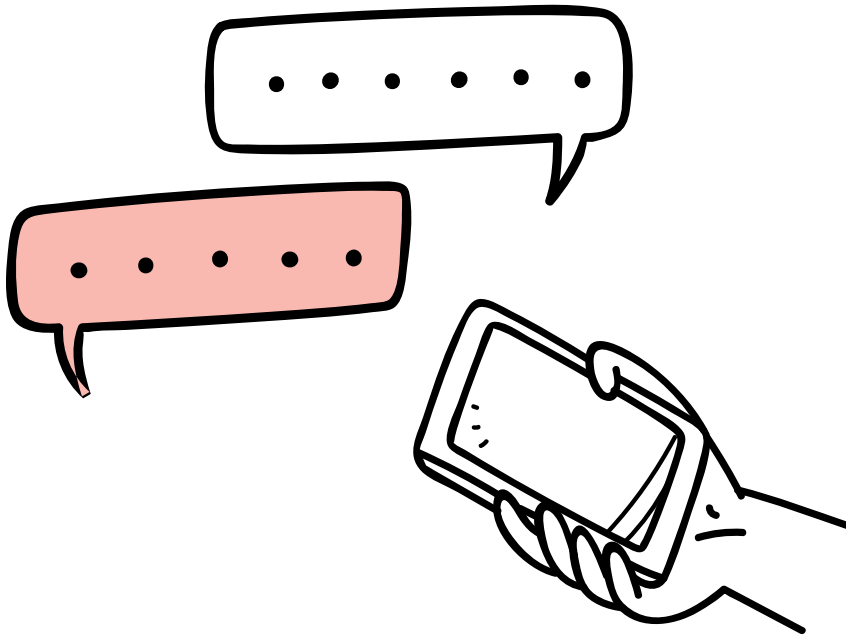
APUA JA TUKEA

Vastatkaa kysymyksiin omien näkemysienne mukaan ja netin avulla (kysymys 2b). **Kirjatkaa vastauksianne** lomakkeelle.

1. "On jokaisen oma asia, käyttääkö päihteitä vai ei." Mitä mieltä olette väittämästä? Perustelkaa.

2. A) Kenenkään ei kuulu pärjätä yksin. Kenen puoleen nuori voi kääntyä silloin, kun on huolissaan omasta tai läheisen päihteiden käytöstä? Luetelkaa ainakin viisi vaihtoehtoa.

B) Millaisia palveluita netistä löytyy, joissa nuori voi keskustella päihteisiin liittyvistä haasteista, usein nimettömästi/anonyymisti? Etsikää kännykän avulla vähintään kolme taho.



VASTAAJIEN NIMET _____



SUOMALAINEN PÄIHDEKULTTUURI

1. _____

2. _____

3. _____



PÄIHTEIDEN KÄYTÖN SYYT JA SEURAUKSET

1. _____

2A) _____

2B) _____

2C) _____

2D)

~~3.~~

TYÖKYKY

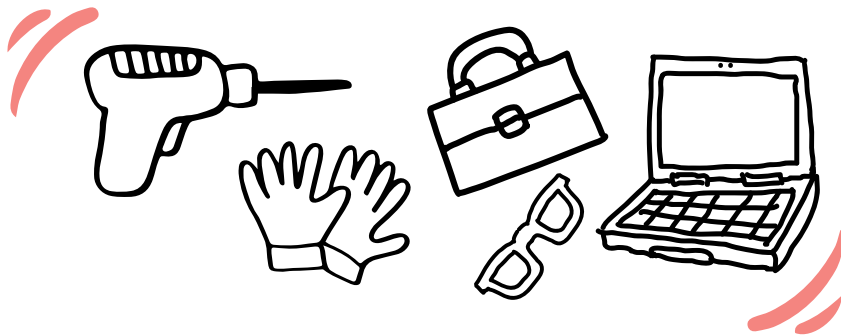
1.

2A)

2B)

2C)

3.





PÄIHTEET –TOTTA VAI TARUA?

Laita rasti ruutuun. **Totta, tarua tai totta ja tarua.**

- | | | | | | | |
|-----|-------|--------------------------|-------|--------------------------|----------------|--------------------------|
| 1. | Totta | <input type="checkbox"/> | Tarua | <input type="checkbox"/> | Totta ja tarua | <input type="checkbox"/> |
| 2. | Totta | <input type="checkbox"/> | Tarua | <input type="checkbox"/> | Totta ja tarua | <input type="checkbox"/> |
| 3. | Totta | <input type="checkbox"/> | Tarua | <input type="checkbox"/> | Totta ja tarua | <input type="checkbox"/> |
| 4. | Totta | <input type="checkbox"/> | Tarua | <input type="checkbox"/> | Totta ja tarua | <input type="checkbox"/> |
| 5. | Totta | <input type="checkbox"/> | Tarua | <input type="checkbox"/> | Totta ja tarua | <input type="checkbox"/> |
| 6. | Totta | <input type="checkbox"/> | Tarua | <input type="checkbox"/> | Totta ja tarua | <input type="checkbox"/> |
| 7. | Totta | <input type="checkbox"/> | Tarua | <input type="checkbox"/> | Totta ja tarua | <input type="checkbox"/> |
| 8. | Totta | <input type="checkbox"/> | Tarua | <input type="checkbox"/> | Totta ja tarua | <input type="checkbox"/> |
| 9. | Totta | <input type="checkbox"/> | Tarua | <input type="checkbox"/> | Totta ja tarua | <input type="checkbox"/> |
| 10. | Totta | <input type="checkbox"/> | Tarua | <input type="checkbox"/> | Totta ja tarua | <input type="checkbox"/> |

Tulos ____/10





APUA JA TUKEA

1. _____

2A) _____

2B) _____

LISÄTILAA TARVITTAESSA

