

KOMPASSI

3/2024

Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry



Tukea vanhemmuuteen

Nikotiini vesistöissä

Rahapelilaki uudistuu

Kansalaisjärjestöt ovat kestävä yhteiskunnan edellytys

Kansalaisjärjestöt ovat suomalaisessa yhteiskunnassa tärkeitä ja vaikuttavia arvolähtöisiä toimijoita, jotka täydentävät julkisen sektorin, markkinoiden ja perheiden kykyä huolehtia kansalaisten hyvinvoinnista. Järjestöt toimivat usein siellä, missä muut tahot eivät pysty tai halua toimia – erityisesti haavoittuvien ryhmien parissa, jotka uhkaavat jäädä jäävät ilman riittävää huomiota.

Suomessa väestön hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseen tähtäävä käytännön työ on pitkälti järjestöjen varassa. Ennaltaehkäisyllä lisätään hyvinvointia mutta myös säästetään kustannuksissa, jotka syntyisivät ongelmien kärjistymisen seurauksena. Tiedämme hyvin, että päihdehoito tai sosiaalinen syrjäytyminen työstä ja koulutuksesta päihdeongelmien vuoksi on yhteiskunnalle sekä inhimillisesti että taloudellisesti kalliimpi vaihtoehto kuin ongelmien ehkäisy.

Kansalaisjärjestöt tarjoavat toimintaa, jota julkinen sektori ei kykene tuottamaan joko poliittisen kiinnostuksen puutteen, byrokratian tai resurssipulan vuoksi. Kansalaiskyselyissä järjestöihin luotetaan ja niiden toimintaa pidetään tärkeänä. Ammattimaisesti johdetut kansalaisjärjestöt pystyvät yhdistämään asiantuntijuuden ja kansalaistoiminnan logiikat keskenään, mahdollistaen tuellaan samalla myös vapaamuotoisemman ruohonjuuritason toiminnan.

Kansalaisjärjestöjen merkitys ulottuu paljon laajemmalle kuin pelkään tukeen ja vapaaehtoistoiminnan järjestämiseen. Järjestöt ovat usein eturintamassa ajamassa yhteiskunnallista muutosta, esimerkiksi lisäämällä lausunnoin ja kannanotoin tietoutta päihdehaitoista tai eri potilasryhmien tarpeista.

Kansalaisjärjestöillä on korvaamaton rooli suomalaisen yhteiskunnan kestävyuden ja kriisinsietokyvyn kannalta. Kun maassamme on tapahtunut jokin välitöntä reagointia vaativa kriisi, nopein apu on usein tullut juuri järjestöiltä.

Järjestöavustusten pientyessä olennaista on tunnistaa tietoon perustuen eri ilmiöiden yhteiskunnallinen merkitys. Valitettavan usein päihdekentällä ilmiöiden mittasuhteet hämärtyvät. EHYT:n toimialaan liittyen pelkästään alkoholia myydään Suomessa lähes 5 miljardilla eurolla joka vuosi. Nykyisellä avustustasolla järjestömme toimisi noin 1000 vuotta samalla euromäärällä millä eniten haittoja aiheuttavaa päihdettä maassamme ostetaan yhdessä vuodessa. Haittojen ehkäisyn resurssoinnin tulisi olla oikeassa suhteessa ilmiön laajuuteen.

Valtion kannattaa tukea järjestölähtöistä kansalaistoimintaa sekä tunnistaa toiminnan itseisarvo ja autonominen rooli osana toimivaa demokratiaa. Julkisen vallan tulisi nähdä kolmas sektori jatkossakin kumppanina, jonka tukeminen on sosiaalinen investointi. Epävarmoina aikoina suomalaisten terveyden ja hyvinvoinnin puolestapuhujana järjestöjen rooli on ehkä tärkeämpi kuin koskaan aiemmin. Tämä on viesti, joka myös päättäjien tulisi ottaa vakavasti poliittisesta taustasta riippumatta.

Juha Mikkonen

EHYT ry:n toiminnanjohtaja



EHKÄISEVÄ PÄIHDETYÖ KOSKETTA A MEITÄ KAIKKIA

Päihde- tai rahapeliongelma varjostaa monien elämää tavalla tai toisella, vaikka itsellä ei näitä ongelmia olisikaan.

Alkoholiin, nikotiinituotteisiin ja huumeisiin liittyvän ehkäisevän työn ohella ehkäisemme pelaa misesta syntyviä haittoja. Ennaltaehkäisy on tehokkain tapa torjua ongelmia niin yhteiskunnan, yhteisöjen kuin yksilöiden tasolla.

Siksi ehkäisevää päihdetyötä tarvitaan kaikkialla: oppilaitoksissa, työpaikoilla ja perheissä.

Kansalaisjärjestömme jäsenenä on noin 130 yhdistystä eri puolilta Suomea. Yhdessä teemme tärkeää työtä kaikenikäisten ja -taustaisten ihmisten parissa koululaisista ikäihmisiin.

Ehkäisevän ja ihmisarvoa kunnioittavan päihdetyön ideana on vahvistaa kaikkea sitä, mikä suojaa ihmistä päihdehaitoilta ja toisaalta ehkäistä ja vähentää niihin liittyviä riskejä ihmisten elämässä.

Päihdetyö on alati kehittyvää ja muuttuvaa. Siksi tarvitaan myös uudenlaisia keinoja ja lähestymistapoja.

EHYT:n rooli on tarjota uusinta tutkittua ja luotettavaa tietoa niin päihdetyön kuin päätöksenteon tueksi.

Vain tällä tavalla varmistamme inhimillisen ja tehokkaan tavan torjua haittoja, jotka koskettavat koko yhteiskuntaa.

KOMPASSI

VASTAAVA TUOTTAJA: Nikki Pesonen

TOIMITUS: Jiri Damski, Reetta Paavilainen, Nikki Pesonen ja Soile Törrönen

PÄÄTOIMITTAJA: Jiri Damski

JUTTUIDEAT, PALAUTE JA OSOITTEENMUUTOKSET:
nikki.pesonen@ehyt.fi

ULKOASU: Sanna Pyykkö / Sopiva Design

KANNEN KUVA: Rodeo

JULKAISIJA: Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry, Förebyggande rusmedelsarbete EHYT rf, Elimäenkatu 17–19, 00510 Helsinki

PAINO: Suomen Uusiokuori Oy

NUMERO 3/2024

ISSN 2984-2336 (painettu)

ISSN 2984-2344 (verkkojulkaisu)

ILMESTYMINEN: Seuraava lehti ilmestyy 27.11.2024.

SISÄLLYS

- 2 Pääkirjoitus
- 3 Sisälllys
- 3 Uutinen
- 4 Asunnottomien yö
- 5 Kampanjat
- 6 Tukea vanhemmuuteen
- 8 Nikotiinin vesistökuormitus
- 9 Kolumni
- 10 Työkalut & materiaalit
- 12 Rahapelaaminen mullistuksen kourissa
- 14 Koulutukset & tapahtumat
- 16 Yhdistystoimintaa
- 18 Jäsenyhdistyksille
- 19 EHYT ry ympäri Suomen



Lahjoita

Auta lähimmäistäsi! Elämäntilanteet vaihtelevat ja välillä edessä voi olla vaikea tilanne ja huolta. Syyt voivat olla monenlaisia. Tee lahjoitus, jolla on merkitystä.

www.ehyt.fi/lahjoita



Alkoholipolitiikka etenee sirpaleisena

Pääministeri Petteri Orpon hallitus on pitänyt päihdejärjestöt kiireisinä alkoholilainsäädännön kanssa. Vuoden 2024 aikana alkoholipolitiikkaa on viety vahvasti pois sosiaali- ja terveyspolitiikasta. Ennen kesää ruokakaupoissa sallittiin myytäväksi käymisteitse valmistetut enintään 8 % vahvuiset alkoholijuomat. Käymistaparajoitteesta on kuitenkin tehty valitus EU-tuomioistuimeen, jossa käsittely jatkuu.

Heinäkuussa hallitus toi lausuntokierrokselle esityksen alkoholin kotiinkuljetuksen sallimisesta. Esitys sallisi alkoholijuomien verkkokaupan sekä muut jakeluun ja noutoon perustuvat vähittäismyyntikonseptit, kuten alkoholijuomien toimituksen. Esitys sisältää lukuisia ongelmia, jotka uhkaavat lisätä alkoholin aiheuttamia haittoja sekä käyttäjälle itselleen, läheisille ja yhteiskunnalle. Erityisen huolissaan tulee olla lasten, nuorten ja lähisuhdeväkivallan uhatta elävien tilanteesta.

Esityksessä pyritään siirtämään vastuu muun muassa päihtymys- ja ikärajavälön toteuttamisesta yksittäisille läheteille. Siitäkin huolimatta, että THL:n kyselyn mukaan vain viidennes kansalaisista luottaa tehokkaaseen ikärajan tai päihtyneisyyden valvontaan, jos kotiinkuljetus sallitaan. Näin suuren vastuun vierittäminen yksittäisille läheteille ei ole miltään osin toimivaa sosiaali- ja terveyspolitiikkaa.

Alkoholin kotiinkuljetus laajentaisi merkittävästi alkoholin saatavuutta ja altistaa lisääntyville haitoille erityisesti päihteitä ongelmallisesti käyttävät sekä heidän läheisensä. Eriarvoisuuden kasvun ohella uhkana on alkoholin riskikulutuksen ja sen myötä haittojen lisääntyminen laajemmin väestössä.

Eikä tässä vielä kaikki, koska loppuvuodesta hallituksen suunnitelmassa on tarkastella alkoholilakia ulkomaisen etämyynnin avaamisen näkökulmasta sekä markkinoinnin rajoitusten poistamiseksi suomalaisilta toimijoilta.

Uudistuksia toteutetaan siitäkin huolimatta, että alkoholi synnyttää merkittäviä haittoja muun muassa lapsille ja perheille sekä julkiselle terveydenhuollolle. FCG Finnish Consulting Groupin tekemästä ja Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry:n tilaamassa katsauksessa todetaan, että alkoholi voi aiheuttaa julkiselle terveydenhuollolle jopa 648–1 141 miljoonan euron vuosittaiset kustannukset. Tietoa alkoholin vaikutuksista lapsiin ja perheisiin on kerätty sivulle nakymattomat.fi



Asunnottomien yöllä köyhyyttä vastaan

Kuva: Minna Lehtinen | Teksti: Nikki Pesonen

ASUNNOTTOMIEN YÖTÄ vietetään vuosittain 17. lokakuuta YK:n köyhyyden ja syrjäytymisen vastaisena päivänä. Toimiminen köyhyyttä vastaan on nyt entistäkin ajankohtaisempaa, kuin monet säästötoimenpiteet ovat osuneet heikoimmassa asemassa oleviin.

Vuoden 2024 Asunnottomien yön teemana on: ”Piilossa asunnottomana”. Piiloasunnottomuus on asunnottomuuden muoto, joka ei useinkaan päädy tilastoihin. Käytännössä piiloasunnottomuus tarkoittaa, että ihminen on kirjoilla jossain osoitteessa, mutta ei syystä tai toisesta pysty asumaan kyseisessä asunnossa vaan majoittuu esimerkiksi tuttavien tai sukulaisten luona. Tällainen asunnottomuuden muoto altistaa ihmisiä hyväksikäytölle ja väkivallan eri muodoille, eivätkä he välttämättä ohjaudu palveluihin, jotka heille kuuluisivat. Piiloasunnottomuus on yleistä

erityisesti nuorten keskuudessa.

Asumisen rahoitus- ja kehittämissentrum ARA:n vuoden 2023 selvityksen mukaan 2 139 ihmistä majoittui tilapäisesti tuttavien tai sukulaisten luona. Piilossa heitä on kuitenkin paljon enemmän. Osa on pudonnut kaikkien palveluiden ulkopuolelle eikä tule kirjatuksi mihinkään järjestelmään. Osa pysyy piilossa omasta halustaan turvallisuuden tai häpeän vuoksi.

Asunnottomien yöllä muistutetaan, että asunto on perusoikeus ja vaatii päättäjiä toimimaan asunnottomuuden poistamiseksi. Asunnottomien yötä järjestävä kansalaisliike on puoluepoliittisesti ja uskonnollisesti sitoutumaton verkosto, jossa on mukana eri sosiaali- ja terveysalan järjestöjä ja muita toimijoita. EHYT on mukana Asunnottomien yön kansalaisliikkeessä sekä tapahtumissa monilla paikkakunnilla

ympäri Suomen.

Jokainen voi osallistua Asunnottomien yön yöhön ja köyhyyden vastaiseen kampanjointiin. Vieraille oman paikkakuntasi tapahtumassa, jaa someviestejä, osallistu keskusteluihin tai kirjoita mielipidekirjoitus. Voit myös osallistua tapahtuman järjestämiseen oman yhdistyksesi kanssa tai vapaaehtoisena. Jos omalla paikkakunnallasi ei vielä järjestetä asunnottomien yön tapahtumaa ja haluat järjestää sellaisen, ota yhteys Asunnottomien yön kansalaisliikkeen koordinaattoriin **Vlada Petrovskajaan**, vlada.petrovskaja@vvary.fi. Muista myös sytyttää Asunnottomien yön tulet 17.10. klo 19.00. Tuikkukynttilä muistuttaa, että asunnottomat eivät ole yksin.

<https://asunnottomienyo.fi>



Lahjoita lämpöä

Lahjoita lämpöä -kampanja haastaa ihmisiä neulomaan asunnottomille ja muille apua tarvitseville lapsia ja villasukkia. EHYTin ja A-klinikkasäätiön yhteinen kampanja toteutetaan jälleen 2.9.–30.11.2024. Keräykseen voi neuloa ja lahjoittaa villalapsia, sormikkaita ja villasukkia, jotka toimittaan apua tarvitseville ympäri Suomen.

Voit neuloa vapaasti haluamasi väriset ja malliset käsineet tai sukat. Toivomme tuotteita eri kokoisille käsille ja jaloille. Erityisesti tarvetta on isoille lapsille. Voit neuloa yhden tai useita lapsia ja sukkaa.

Lapsia, sormikkaita ja villasukkia voi toimittaa syyskuun alusta marraskuun loppuun asti keräyspisteisiin. Lista keräyspisteistä löytyy verkkosivuiltamme. Otamme vastaan vain uusia ja käyttämättömiä tuotteita.

www.ehyt.fi/lahjoita-lampoa



EPT-viikko 2024: Vapet ja pussit – nikotiinituotteiden haitat nuorten elämässä

Ehkäisevän päihdetyön viikkoa vietetään 4.–8.11.2024 ja aiheena on nuorten sähkösavukkeiden ja nikotiinipussien käyttö. EPT-viikko kohdennetaan nuoria työssään kohtaaville ammattilaisille, kuten peruskoulun, lukion ja ammattikoulun opettajille, terveydenhoitajille ja nuorisotyöntekijöille.

Kampanjaviikolla EPT-verkosto järjestää ammattilaisille suunnattuja koulutuksia etäyhteydellä. Koulutuksissa käsiteltäviä aiheita ovat muun muassa puheeksiotto ja lopettamisen tuki.

Verkkosivulla kysymisenkannattaa.fi julkaistaan Vapet ja pussit: Ota puheeksi ja tue nuorta -huoneentaulu, jossa kerrotaan vapeista ja nikotiinipusseista sekä annetaan tiiviitä ohjeita puheeksioton tueksi. Sivulla julkaistaan myös linkki-pankki ja ajantasaisia tietoja aiheesta.

Kampanjaan tuotetaan somekuvia, ja voit pyytää EPT-viikon kuvapohjia (koko 1080x1350) esimerkiksi tapahtumasi markkinointiin viestinnän asiantuntija **Maaret Väkiseltä**, maaret.vakinen@ehyt.fi.

Peliviikkoa vietetään 4.–10.11.2024

Peliviikko on vuosittain marraskuussa vietettävä pelikasvatuksen ja pelikulttuurin teemaviikko. Peliviikko pyrkii tuomaan erilaisia pelaamisen muotoja tutuksi ja tarjoaa mahdollisuuden pelata yhdessä. Peliviikolla keskustellaan pelaamisen merkityksestä, mahdollisuuksista ja myös ongelmakohtista.

Tänä vuonna Peliviikon teemana on kilpailu. Pelit tarjoavat turvallisen ympäristön vertailla pelaajien osaamista ja ominaisuuksia leikkimielisesti yhdessä sovitulla ja ymmärretyillä säännöillä.



Peliviikkoa koordinoi Kansallinen audiovisuaalinen instituutti. Peliviikko on myös osa marraskuussa vietettävää kansainvälistä Pelien kuukautta, jonka järjestämisessä ovat mukana mm. useiden maiden kirjastoalan yhdistykset.

www.peliviikko.fi



Vertaistuki ja keskustelu kannattelevat vanhemmuutta

Teksti: EHYT ry

Kuva: Jukka Rapo

EHYT on jo pitkään tuonut esiin, että vanhemmuus on yksi tärkeimmistä tekijöistä lasten ja nuorten kasvun tukemisessa sekä ehkäisevässä päihdetyössä. Siksi vanhemmuuden tukea on perustyon lisäksi pyritty lisäämään myös erillisillä hankkeilla.

Vanhemmudesta ei ehkä koskaan ole puhuttu niin paljon kuin nykyään. Media ja netti pursuavat kasvatuspuhetta, mutta niistä voi olla vaikea selvittää, mikä vanhemmuudessa on tärkeintä tai riittävää. Lisäksi lapsen eri kehitysvaiheet haastavat vanhemmuutta eri tavoin. Miten selvitä tästä myllystä?

Vanhempien keskeisestä roolista erityisesti kotien päihdekasvatuksen toteuttajina on puhuttu EHYTissä kauan. Nuoret-osaston kouluttajat kiertävät koulujen vanhempainilloissa ja tukevat kodeissa tehtävää päihdekasvatusta ja sitä kautta lapsia ja nuoria. Esimerkiksi Hadiya-hanke tarjoaa päihdekasvatusta arabian- ja somalinkielisille vanhemmille ja Kaupunki kuuluu kaikille -hanke tukee kotien turvataitokasvatusta.

”Kodeissa tapahtuvien päihdekeskustelujen ohella vanhempien rooli on kuitenkin vielä laajempi. Vanhemmat rakentavat lastensa arvopohjaa ja elämäntaitoja – ja tämä työ on ratkaisevaa lasten ja nuorten tulevan terveystietämisen kannalta”, kertoo Lämmin vanhemmuus -hankkeen hanketyöntekijä **Satu Mustonen** EHYTistä.

Kannustavan ja läsnä olevan vanhemmuuden teemoja nostettiin esiin pari vuotta sitten toteutetussa Kuuntele ensin -viestintäkampanjassa, jolla EHYT yhteistyökumppaneineen pyrki herättelemään tietoisuutta ja tarjoamaan arkista tukea vanhemmuuteen.

Vuoden ajan nostettiin joka kuukausi esiin some-viestien ja videoiden kautta yksi keskeinen vanhemmuuden taito. Niitä ovat esimerkiksi pysähtyminen kuuntelemaan lasta, rajojen asettaminen ja yhdessä tekeminen.

Kampanja sai jatkoa Supervoimakkampanjasta, joka nosti huomion keskipisteeseen ne lasten taidot, joiden kehittymistä vanhemmat ja kasvattajat voivat tukea. Kampanjaviesteissä avattiin esimerkiksi itseluottamusta, empatiaa, rehellisyyttä ja muita taitoja, joita on mahdollista harjoittaa ja joiden tiedetään suojelevan lasta myöhemmältä päihdeidenkäytöltä ja muulta riskikäyttäytymiseltä.

Miksi vanhemmuus?

Vanhemman ja lapsen välinen suhde on ainutlaatuinen ja merkityksellinen.

Perheessä lapsi oppii normeja, arvoja ja asenteita. Hän opettelee toimimaan vuorovaikutuksessa toisten kanssa sekä ilmaisemaan ja hillitsemään turhautumisen tunteita.

”Tutkimuksesta tiedetään paljon siitä, mitkä lämpimän vanhemmuuden käytännöt parhaiten suojelevat lasta tulevalta riskikäyttäytymiseltä ja miten tällaista vanhemmuutta voidaan tukea”, sanoo Perustana perhe -hankkeen projektipäällikkö **Hanna Heikkilä** EHYTistä.

Vahvistamalla vanhemmuutta voidaan edistää myös jaksamista arjessa. Tuki voi olla erityisen ratkaisevaa, jos vanhemmilla on paljon kuormitusta elämässään – esimerkiksi jos jollain perheen jäsenellä on ollut haasteita päihdeidenkäytön tai mielenterveyden kanssa.

Vanhemmuuden tukemisen tärkeyttä painotetaan myös useilla hyvinvointialueilla. Kansallisella tasolla ehkäisevän päihdetyön toimeenpanoa ohjaava toimintaohjelma nostaa perheiden tuen kehittämisen tärkeäksi teemaksi. Myös Terveiden ja hyvinvoinnin laitos (THL) suosittelee vanhemmuuden tukea päihdehaittojen ehkäisyyn.

Tutkimuskirjallisuus osoittaa, että vanhempien ja perheiden ryhmämuotoisella tuella voidaan muuttaa perheiden arjen käytäntöjä – esimerkiksi vähentää konflikteja ja lasten haastavaksi koettua käytöstä sekä parantaa kommunikaatiota, jaksamista ja pärjäämistä.

Pidemmän ajan kuluessa tuen on todettu ehkäisevän myös päihdeiden käyttöä, mielenterveyden haasteita ja esimerkiksi väkivaltaista käytöstä. WHO ja YK suosittelvatkin perheryhmiä niin ehkäisevän päihde- kuin myös väkivalta- ja mielenterveystyön osaksi.

”Suomessa ryhmämuotoista perhetukea on saatavilla perheille, joiden lapsilla on jo diagnosoitu ongelmia. Testattuja malleja ei ole ehkäisevän työn kentällä vielä saatavilla”, Heikkilä sanoo.

Ryhmämalli käyttöön

EHYTin koordinoima Lämmin vanhemmuus -hanke on nyt loppusuoralla Pohjois-Savossa. Hankkeen aikana vanhemmille ja perheille on järjestetty tapahtumia, koulutusta sekä yhteistä te-

kemistä yhteistyössä kuntien ja paikallisten järjestöjen kanssa. Tänä vuonna EHYTissä alkoi samaa teemaa syventävä Perustana Perhe-hanke. Siinä pyritään testaamaan ja tuomaan paikallisten toimijoiden käyttöön neljästä ryhmämuotoisesta koostuva malli.

”Käytännössä Perustana Perhe -ryhmissä alakouluikäiset lapset harjoittelevat leikkien ja tekemisen kautta esimerkiksi empatiaa, stressin käsittelyä ja sosiaalisen paineen vastustamista. Samalla vanhemmat saavat omassa ryhmässään vinkkejä ja harjoitusta esimerkiksi rajojen asettamiseen ja kannustamiseen”, Heikkilä sanoo.

Lopuksi keskustellaan ja työskennellään yhdessä. Ennen kaikkea tarkoitus on tarjota perheille mukavaa yhteistä tekemistä ja aikaa. Tarkoitus on, että jatkossa mallia ja sen materiaaleja voisivat hyödyntää hyvinkin monenlaiset perheitä kohtaavat toimijat, myös vapaaehtoiset.

”Ryhmämuotoisista malleista on paljon näyttöä. Tiedetään että varsinkin kuormittavissa elämäntilanteissa hyvin kevytkin tuki voi auttaa”, Heikkilä kertoo.

Tukea eri tahoilta

On kuitenkin tärkeä huomata, että vanhemmuudella ei voida vaikuttaa ihan kaikkeen. Se miten lapsi pärjää, riippuu hyvin paljon myös lapsen synnynnäisestä temperamentista sekä siitä lähiyhteisöstä ja yhteiskunnasta, jossa lapsi ja perhe elävät.

”Vanhemmuutta tukemalla voimme kuitenkin laskea sitä riskiä, että päihdeistä ja niiden käytön aiheuttamista haitoista tulee yksi lapsen elämää myöhemmin määrittävä tekijä”, Heikkilä toteaa.

Hyvin monenlaiset toimijat voivat omalla panoksellaan tukea vanhempia tärkeässä kasvatustehtävässään.

”Tässä EHYT tahtoo olla mukana: tarjoamalla materiaaleja, koulutuksia ja toimintaa niin suoraan vanhemmille kuin heitä kohtaaville järjestöaktiiveille ja ammattilaisillekin”, Mustonen sanoo.

www.ehyt.fi/ehyt-ry/toiminta-ja-hankkeet/lapsille-nuorille-ja-heidan-vanhemmilleen/



Nikotiinin vesistökuormitus aiheuttaa globaalin terveysriskin

Kuva: Pexels / Pixabay
Teksti: Venla Eronen ja Nikki Pesonen

Huoli tupakka- ja nikotiinituotteiden haitallisista vaikutuksista ihmisten terveyteen on monille meistä hyvin tuttua, mutta ympäristö jää huolikeskustelussa usein taka-alalle. Yksi nikotiinituotteiden monista ympäristövaikutuksista on nikotiinipussien aiheuttama kuormitus vesistöille ja niiden ekosysteemeille. Veden kierron myötä nikotiinipussien nikotiini voi lopulta päätyä myös ihmisten lautasille ja juomaveteen.

Nikotiinia on löydetty pinta- ja pohjavesistä, teollisuusjätevesistä ja jopa pullotetusta vedestä. Lajitteluohjeiden mukaan nikotiinipussit kuuluvat sekajätteeseen, mutta valitettavan usein nikotiinipussit eivät päädy jätetepisteisiin lainkaan. Käytettyjä nikotiinipusseja näkee paljon muualla kuin roskiksissa, jos pitää silmiään auki kävellessään rannoilla, metsissä ja muualla luonnossa.

Jokainen pussi on jo ilman nikotiiniakin ylimääräistä kuormitusta luonnolle. Luontoon heitettyjä nikotiinipusseja kulkeutuu muun muassa sade- ja hulevesien kuljettamana vesistöihin. Maaperän kautta nikotiini kulkeutuu ajan myötä myös pohjavesiin – eli veteen, jota juomme. Samoin wc:n kautta huuhdottujen nikotiinipussien nikotiinista osa päätyy moninaisista vedenpuhdistusprosesseista huolimatta vesistöihin.

Nikotiini ja aineenvaihduntatuotteet vesistöissä

Nikotiinipussien oikeaoppinen hävittäminenkin ei silti riitä, sillä nikotiinia ja sen aineenvaihduntatuotteita on löydettävissä virtsasta. Väestön tupakka- ja nikotiinituotteiden käyttöä on jopa arvioitu jätevesien avulla. Huolellisinkaan nikotiinipusseja käyttävä ei siten voi estää, että nikotiinia ja sen aineenvaihduntatuotteita ei kulkeutuisi vesistöihin.

Nikotiinin ja sen aineenvaihduntatuotteiden haitat vesistöille ovat vielä osin tuntemattomia, mutta tutkimuksissa on saatu viitteitä, että ne voivat muun muassa muuttaa vesieliöstön, kuten eläinplanktonin ja mikrolevien, kasvua ja lisääntymistoimintoja. Isovesikirpuilla tehdyissä tutkimuksissa on

havaittu, että 100 µg/L:n nikotiinipitoisuus vähentää naaraiden tuottamien poikasten määrää ja 10 µg/L tai suuremmat pitoisuudet aiheuttivat kohonnutta urospoikasten tuottamista. Nikotiini voikin aiheuttaa useita muutoksia vesiympäristön tärkeimmässä avainryhmässä, mikä voi vaarantaa vesiekosysteemin tasapainon.

Synteettinen nikotiini ei pelasta tilannetta

Nikotiinipussien nikotiini on useissa tuotteissa peräisin tupakasta, jolloin monet tupakan viljelystä johtuvat ympäristöhaitat koskevat myös nikotiinipusseja. Osa nikotiinipussien valmistajista on kuitenkin siirtynyt synteettiseen, laboratorioissa tuotettuun nikotiiniin ja luovat mielikuvaa siitä, että nämä pussit olisivat erityisen puhtaita. Luontoon joutuessaan synteettisen nikotiinin haitat ympäristölle lienevät kuitenkin samat kuin tupakastakin tuotetulla nikotiinilla, joten luonnon pelastajaksi siitä ei ole.

Nikotiinipussit ovat varsin uusi tuote tupakka- ja nikotiinituotteiden markkinoilla eikä nikotiinipussien ympäristövaikutuksista löydykään merkittävästi tutkimusta. Tupakan, nuuskan ja sähkösavukkeiden ympäristönäkökulmaa on tutkittu hieman enemmän, joskin osa tiedosta on tupakka- ja nikotiiniteollisuuden itsensä tuottamaa. Olemassa olevien tietojen valossa vaikuttaa joka tapauksessa selvältä, että nikotiinituotteilla on merkittäviä vaikutuksia luonnolle ja haitallisten ympäristövaikutusten kautta sillä on välillinen vaikutus jopa globaalisti ihmisten terveyteen.



Uusien nikotiini- tuotteiden sääntely

Keväällä pääministeri **Petteri Orpon** hallitus antoi esityksen uudeksi tupakalaiksi. Esityksen tarkoituksena on tuoda uudet nikotiinituotteet (erityisesti nikotiinipussit) sääntelyn piiriin. Laki on edelleen sosiaali- ja terveysvaliokunnan käsittelyssä ja on odotettavaa, että se hyväksytään syksyn aikana eduskunnassa.

Jos esitys menisi sellaisenaan läpi, se sallisi useita eri makuja (mm. mentoli, minttu ja puu) nikotiinipusseihin. Tämä olisi merkittävä poikkeama muihin tupakka- ja nikotiinituotteisiin nähden. Lisäksi nikotiinipussissa sallittaisiin jopa 16,6 mg/g nikotiinia, joka on juuri alle rajan, joka vaatisi purkkiin ”myrkyllistä nieltynä” -pääkallomerkin. Maku- ja tuoksuaineiden salliminen sekä korkea nikotiiniraja uhkaavat lisätä erityisesti nuorten nikotiinikokeilua ja -riippuvuutta.

Osana valtiontalouden säästötoimia hallitus on esittänyt tupakkaveron kerralluontoista korotusta. Hallitus kuitenkin jättää muut nikotiinituotteet veronkorotuksen ulkopuolelle, vaikka niiden tiedetään olevan terveydelle vaarallisia eikä hinta ole noussut valtiovarainministeriön tekemän ennusteen mukaisesti.

Olennaista on, että Suomi on eduskunnan päätöksellä, 180 muun maan kanssa ratifioinut kansainvälisen tupakoinnin vastaisen puitesopimuksen (FCTC). Sen mukaan tupakkaveron on ensisijainen tupakkapolitiikan instrumentti, myös tulevaisuudessa. Saman sopimuksen mukaan Suomi on sitoutunut tekemään tehokkaita keinoja nikotiiniriippuvuuden ehkäisemiseksi ja vähentämiseksi.



Iina Ranta
asiantuntija, aikuistyö

Kohtaaminen on työmme ydin

Aloitin keväällä 2024 EHYTissä Aikuiset-osaston ehkäisevän päihdetyön asiantuntijana. Olen työskennellyt koko urani ajan ihmisten hyvinvointia ja terveyttä edistäen sekä sairauksia ja haittoja ennaltaehkäisten. Kohtaamiset ihmisten kanssa ovat olleet itselleni hyvin merkityksellisiä. Ehkäisevässä päihdetyössä kohtaaminen on keskeistä.

Kohtaamisia terveydenhuollossa. Yksi ihmisen perustarpeista on tuntea yhteyttä muihin ja kokea merkityksellisyyttä. Ikäihmisiä tavatessani kohtasin usein yksinäisyyttä ja eristäytyneisyyttä. Joskus ikäviä tunteita lääkittiin alkoholilla. Ikääntyneille kohtaamiset kotihoidon työntekijöiden tai vapaaehtoisten kanssa olivat päivien kohohtia. Tapaaminen voi olla lyhyt, mutta sen vaikutus voi ulottua hyvin pitkälle.

Kohtaamisia kansainvälisesti. Kun ei ole mitään menetettävää, ihminen toimii selviytyäkseen. Työharjoittelussa Keniassa kohtasin köyhyyttä, väkivaltaa ja ryöstelyä. Maassa on tiukka päihdelainsäädäntö, tupakointi yleisillä alueilla on laitonta, mutta kadulla kodittomien keskuudessa liiman imppaaminen oli hyvin yleistä. Kohtaamiset sairaaloissa potilaiden sekä orpokodin lasten kanssa ovat jääneet mieleeni. Ne antoivat perspektiiviä elämään, rohkeutta keskittyä olennaiseen ja yhteiseen hyvään.

Kohtaamisia opettajana. Opettajana sain olla läsnä ja kohdata erilaisia ihmisiä. Erityisesti muistan keskustelun opiskelijan kanssa, joka oli kohdannut elämässään haasteita päihdeiden takia. Kuuntelin, tuin ja kerroin, ettei hän ole yksin. Koin välillämme yhteyden ja tunsin olevani etuoikeutettu käydessäni tätä keskustelua. Tunne kokea yhteyttä toiseen ihmiseen, ymmärtää ja tulla ymmärretyksi on voimaannuttava ja kantava kokemus.

Kohtaamisia vapaaehtoisena. Jokainen ansaitsee tulla kuulluksi ja nähdyksi omana itsenään. Päihdetyön vapaaehtoisena olen käynyt mielenkiintoisia keskusteluja erilaisten ihmisten kanssa. Jokainen haluaa tulla kohdatuksi omana itsenään, ei luokitelluksi ikänsä, sukupuolensa, taustansa tai päihdestatuksensa mukaan. Kohtaaminen vaatii molemminpuolista ennakkoluulottomuutta, avointa ja arvauksista vapaata vuorovaikutusta.

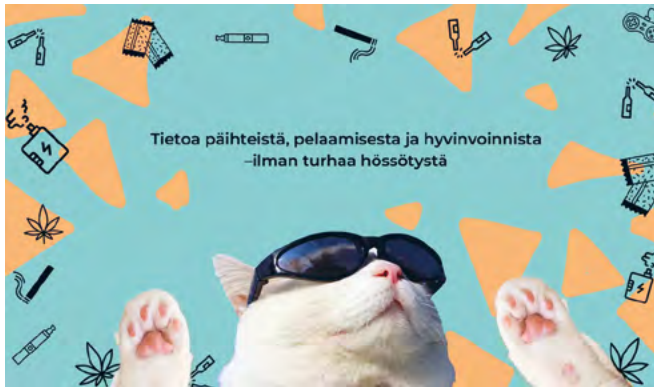
Kohtaamisten erityisyys. Olen saanut kohdata erityisyyttä ja ihmisiä erilaisissa elämäntilanteissa. Kannustan kohtaamaan erilaisuutta rohkeasti ilman pelkoa siitä, mitä pitäisi sanoa tai miten olla – kohtaaminen on ainutlaatuinen hetki ja tärkeintä on olla läsnä. Teemme kohtaavaa ja ennaltaehkäisevää työtä myös huomaamattamme ja näissä hetkissä vahvistamme yhteyttä sekä kuulumista. Niissä piilee välittämisen ja myös ehkäisevän päihdetyön ydin.

Kohtaamisia uudessa työtehtävässä. Ehkäisevän päihdetyön asiantuntijan työ on tasapainoilua ajantasaisen tutkimustiedon ja käytännön todellisuuden välillä. Odotan innolla kohtaamisia eri yhteyksissä, kuten koulutuksissa ja Elokolo-kohtaamispaikoissa. Jokainen meistä voi tehdä osansa olemalla läsnä, kuuntelemalla ja kiinnostumalla. Yhteisöissä voidaan jakaa tietoa, tukea ja mahdollistaa osallistuminen. Yhteiskunnan tulee varmistaa rakenteet, joilla ehkäisevä päihdetyö sekä kohtaava työ mahdollistuu. Ehkäisevä päihdetyö on kuin hiljainen turvaverkko, joka tukee yksilöä, yhteisöä sekä yhteiskuntaa monin eri tavoin. Työ ei ole vain numeroita tai tilastoja – se on ennen kaikkea ihmisten välisiä kohtaamisia.

Kohtaamisiin!

Iina Ranta

asiantuntija, aikuistyö



BuenoTalk uudistui

BuenoTalkin verkkosivut uudistuivat keväällä ja tarjoavat nyt nuorille entistäkin laajemmin tietoa päihteistä, pelaamisesta ja omasta hyvinvoinnista huolehtimisesta.

BuenoTalk.fi kokoaa yhteen kaikki EHYTin nuorille suunnatut sisällöt verkosta ja sosiaalisen median kanavilta. Sivustolta löydät monipuolisesti tietoa nuorten elämään liittyvistä aiheista, kuten päihteistä, pelaamisesta, ihmissuhteista, mielenterveydestä ja yleisesti hyvinvoinnista.

Uudistuksen myötä sivusto tarjoaa selkeämmän ja helpommin navigoitavan kokemuksen, ja kategoriat mahdollistavat halutun tiedon löytämisen vaivattomasti. Lisäksi sivustolla on ammattilaisille oma osio, jossa on videoita ja tietoa hyödynnettäväksi esimerkiksi opetuksessa tai nuorisotyössä.

BuenoTalk.fi



Näkymättömät lapset

Näkymättömät lapset -kampanja tuo keskusteluun kaavailujen alkoholilakimuutosten vaikutukset lapsiin. Näkymättömät lapset ovat lapsia, joiden perheessä alkoholia käytetään liikaa. He kantavat merkittävän osan haitoista, joita alkoholinkäyttö maassamme aiheuttaa. Alkoholin saatavuuden helpottaminen uhkaa entisestään lisätä perheiden ongelmia.

Kampanjan pääyhteistyökumppaneita ovat A-klinikkasäätiö, Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry ja Ensi- ja turvakotien liitto. Kampanjaa tukevat Suomen Vanhempainliitto, Lastensuojelun keskusliitto ja Väestöliitto. Kampanjan yhteydessä järjestöt keräävät allekirjoituksia vetoamukseen, jonka tavoitteena on huomioida lasten oikeudet alkoholipolitiikassa.

www.nakymattomat.fi

TILAA UUTISKIRJEITÄMME

Kompassi-uutiskirje tarjoaa neljä kertaa vuodessa nostoja Kompassi-lehden sekä EHYTin verkkosivujen sisällöistä. Uutiskirje sopii myös jäsenyhdistysten jäsenille sekä muille ehkäisevästä päihdetyöstä kiinnostuneille.

EHYT tukena työssä -uutiskirje kertoo ammattilaisille EHYTin tarjoamista työvälineistä, kuten koulutuksista, menetelmistä ja ehkäisevän päihdetyön kampanjoista sekä ajankohtaisista asioista neljä kertaa vuodessa.

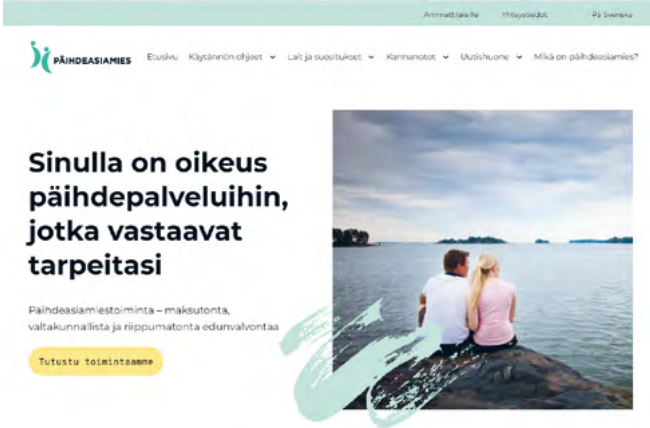
Ehkäisevän päihdetyön TEEMA-uutiskirje on Ehkäisevän päihdetyön järjestöverkoston sekä EHYT ry:n yhteinen ajankohtaiskatsaus, jossa keskitytään kuukausittain yhteen aihepiiriin.

BuenoUutiset kertoo ajankohtaiset terveiset ehkäisevän päihdetyön kentältä opettajille ja muille lasten ja nuorten parissa työskenteleville ammattilaisille viisi kertaa vuodessa.

Ruotsinkielinen päihde- ja pelikasvatuksen Rusmedels- och spelfostran med EHYT -uutiskirje lasten ja nuorten parissa työskenteleville ammattilaisille ilmestyy 3–5 kertaa vuodessa.

EHYTin rahapeliuutisia kertoo ajankohtaisista rahapelaamiseen ja rahapelihaittojen ehkäisyyn liittyvistä tutkimuksista, koulutuksista, tapahtumista, julkaisuista ja kyselyistä.

www.ehyt.fi/tilaa-uutiskirje



Päihdeasiamiestoiminnon nettisivut ovat uudistuneet

Uudistuneet Päihdeasiamiehen nettisivut tarjoavat tietoa päihdepalveluihin hakeutuvan oikeuksista, kohtelusta ja palveluista sekä siitä, mistä saa tarvittaessa apua, jos palvelupolun varrella tulee ongelmia.

Uudistuksessa sivuston rakennetta selkeytettiin. Uutta sivuilla on Kannanotot-valikko, jossa kerrotaan toiminnon tekemästä vaikuttamistyöstä. Lisäksi ammattilaisille tehtiin oma osio, jota laajennetaan ja kehitetään tulevaisuudessa.

Sivuilla kerrotaan päihdepalveluita koskevasta lainsäädännöstä, ennakkopäätöksistä sekä ohjeistuksista ja suosituksista. Uusimmat Päihdeasiamiestoiminnon julkaisut löytyvät Uutishuoneesta, johon kootaan mm. blogit ja uutiset. Tutustu uudistettuihin sivuihin!

<https://paihdeasiamies.fi/>



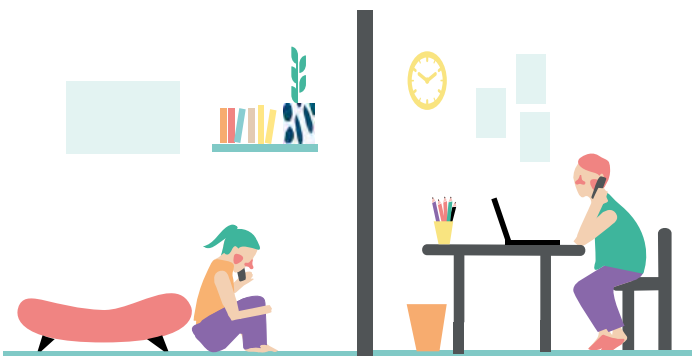
EHYT ry:n vuosikertomus 2023

EHYTin vuosikertomus koostuu noin kahdestakymmenestä artikkelista ja kymmenistä tunnuslukuista, jotka kuvaavat järjestön tekemää työtä vuonna 2023. Vuosikertomus on ladattavissa verkkosivuiltamme.

www.ehyt.fi/tuote/ehyt-ryn-vuosikertomus-2023

Päihdeneuvonta 0800 900 45

EHYTin maksuttomaan päihdeneuvontaan voit soittaa, jos oma tai läheisesi alkoholin, huumeiden tai lääkkeiden käyttö aiheuttaa sinulle huolta. Saat apua päihdetyön ammattilaisilta ympäri vuorokauden, vuoden jokaisena päivänä. Puhelut ovat luottamuksellisia ja voit soittaa nimettömänä.



Älä kanna taakkaa yksin

Päihdeongelma
koskee kaikkia

Älä kannata taakkaa yksin, jos läheisesi alkoholin tai muiden päihdeiden käyttö huolestuttaa. Päihdeneuvonnan ammattilaiset ovat apunasi ympäri vuorokauden. Soittaminen on maksutonta ja anonyymia.

SOITA
0800 900 45



Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry
Lue lisää: paihdeneuvonta.fi





Rahapelaaminen mullistuksen kourissa – mitä hyvää ja huonoa lakiuudistus on tuomassa?

Teksti: Riitta Matilainen

Kuva: Jukka Rapo

Hallitus antoi heinäkuussa 2024 esityksensä uudeksi rahapelilainiksi, josta eri tahot saivat lausua. Lain käsittelyn eduskunnassa valiokuntatyöskentelyineen odotetaan alkavan keväällä 2025. Millainen esitys on rahapelihaittojen ehkäisyn kannalta?

Pääministeri **Petteri Orpon** hallitusohjelmassa luvataan, että rahapelijärjestelmäuudistuksen ”tavoitteena on ehkäistä ja vähentää pelaamisesta aiheutuvia terveydellisiä, taloudellisia ja sosiaalisia haittoja sekä parantaa rahapelijärjestelmän kanavointiastetta”.

Esityksessä ehdotetaan, että netissä pelattavat rahapelit avataan kansainväliselle kilpailulle ja uusi rahapelijärjestelmä astuisi voimaan 1.1.2027. Veikkaukselle jäisi uudessa järjestelmässä monopoli esimerkiksi lottopeleihin, fyysisiin raha-automaatteihin ja hevospeleihin. Suomeen voidaan odottaa arviolta noin 40–60 uutta rahapeliyhtiötä kilpailemaan markkinoista.

Mikä on muuttumassa parempaan?

Suuri osa rahapelihaitoista on peräisin nettirahapeleistä, joita pelataan nykyisen yksinoikeusjärjestelmän ulkopuolella. Uudistuksen tarkoituksena on saada mahdollisimman paljon pelaamisesta säännellyn järjestelmän piiriin. Ajatellaan, että näin saadaan ehkäistyä ja vähennettyä rahapelihaittoja sekä taattua lisää verotuottoja valtiolle.

Hallituksen esityksessä uudeksi rahapelilainaksi on paljon rahapelihaittoja ehkäiseviä elementtejä ja toimenpiteitä, joita EHYT on vaikuttamistyössään vaatinut toteutettaviksi. Esimerkiksi keskitetty pelikieltorekisteri tarkoittaa sitä, että rahapelaaja voi halutessaan kieltää itseltään keskitetysti pelaamisen kaikkien järjestelmässä mukana olevien rahapelilyhtiöiden peleissä. Esityksessä ollaan kieltämässä myös muun muassa niin sanottu affiliate-markkinointi eli kolmansien osapuolien toteuttama rahapelimarkkinointi.

Lisäksi esityksessä kielletään rahapelaaminen velaksi tai kryptovaluutoilla ja erilaiset bonusjärjestelmät. Myös järjestelmän ulkopuolista rahapelaamista estetään eri tavoin.

Mikä on muuttumassa huonompaan?

Uudessa järjestelmässä kaikkein haitallisimpia rahapelejä saa markkinoida vapaasti. Pelkona on, että Suomessa tullaan kokemaan Ruotsissa koettu rahapelimainostsunami. Tutkimusten mukaan markkinoinnille altistuminen lisää erityisesti nuorten ja muussa haavoittuvassa asemassa olevien riskiä rahapelihaitoille sekä vaikeuttaa rahapeliongelmasta toipuvien pelaamattomuutta. Lapsia ja nuoria sekä muita haavoittuvassa elämäntilanteessa olevia ei myöskään ole esityksessä suojeltu riittävästi markkinoinnilta.

Hallitus ei esitä kaikkia toimiluvanhaltijoita koskevia yhteisiä eli universaaleja kulutusrajoja, jotka koskivat kaikkia säännellyssä järjestelmässä mukana olevia yhtiöitä. Universaali malli tarvitaan, jotta rahapelaamista voidaan hallita ja rahapelihaittoja ehkäistä ja vähentää, kuten hallitusohjelmassa linjataan.

Kulutusrajojen puute on huomattava heikennys nykyisestä yksinoikeusmallista, jossa sellaiset rajat ovat. Tutkimuksesta ja käytännön kokemuksista tiedetään, että rahapelihaittoja kokevilla on usein useita pelitilejä eri pelintarjoajilla. Tällöin esityksen mukainen yhtiökohmainen ja yksittäinen rahansiirtoraja ei ole toimiva, koska rahapelaaja voi aina halutessaan vaihtaa rahapelioperaattoria ja jatkaa pelaamistaan.

EHYT kannattaa raha-automaattien hajasijoittelupolitiikasta luopumista ja niiden sijoittamista erillisiin valvottuihin tiloihin kuten pelisaleihin. Hallitus ei kuitenkaan tätä esitä. Tutkimuksen valossa on kiistatonta, että raha-automaattien salliminen vain pelisaleissa ja lisäksi nykyistä vahvempi pelien ominaisuuksien sääntely vähentäisivät haittariskejä huomattavasti. Lisäksi raha-automaatit on nykyään sijoitettu sosioekonomisesti heikoille alueille, jota ei voi pitää yhteiskunnallisesti oikeudenmukaisena.

Järjestöjen rahapelihaittatyötä tarvitaan

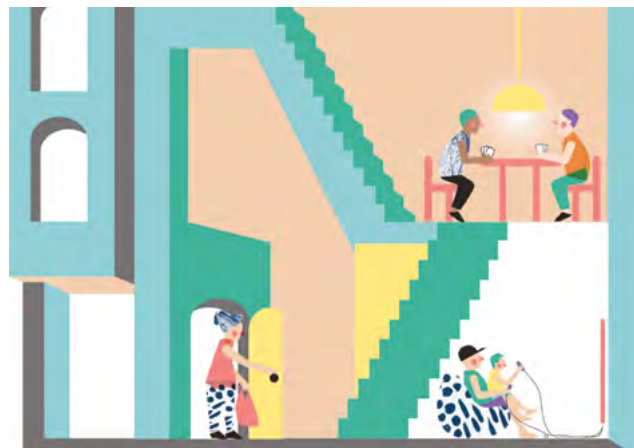
Kansalaisjärjestöt aloittivat rahapelihaittojen ehkäisyn sekä hoitojärjestelmän kehittämisen 1990-luvulla.

STEA-avustusleikkausten myötä järjestöjen tekemä rahapelihaittoja ehkäisevä ja korjaava työ tulee todennäköisesti väheneään nykyisestä.

On odotettavissa, että järjestelmämuutos tuo mukanaan lisääntyvät rahapelihaitat, joita ehkäisemään, vähentämään ja korjaamaan tarvitaan myös hyvin resursoitua kolmatta sektoria, jotka toimivat yhteistyössä viranomaisten, hyvinvointialueiden ja rahapelitutkijoiden kanssa. Järjestöt ovat avainasemassa uusien ilmiöiden ja hiljaisten signaalien vastaanottajina sekä tutkimustiedon kansantajuistajina. Esityksen jatko-työssä onkin arvioitava mahdollisuutta laajentaa rahapelilain 96 §:ää eli rahapelilain nojalla tulevaa rahoitusta koskemaan myös järjestöjä.

Rahapelipolitiikan on oltava ennen kaikkea sosiaali- ja terveyspolitiikkaa ja sen pitää toteuttaa vuoden 2022 rahapelipoliittista ohjelmaa. Edellisissä arpajaislain uudistuksissa on ilahduttavasti korostunutkin kansanterveydellinen näkökulma. Hyvä suunta on nyt katkeamassa ja suunnanmuutos valtiontaloudellisten ja yksityisten voitonintressien eduksi on tapahtumassa.

Kirjoittaja toimii rahapelihaittatyöryhmän päällikkönä EHYT:ssä.



Tutustu esitykseen ja lausuntoon

Hallituksen esitys rahapelilainiksi: valtioneuvosto.fi/-/1410869/uuden-rahapelijarjestelman-lakiluonnos-lausunnolle

EHYT ry:n lausunto uutta rahapelijärjestelmää koskevaksi lainsäädännöksi: ehyt.fi/vaiuttamistyo/lausunnot/

Ensihuoli-koulutukset

Ensihuoli-koulutus tarjoaa valmiuksia läheisen päihteidenkäytöstä ja pelaamisesta syntyneen huolen puheeksi ottamiseen. Koulutuksessa opitaan puhumaan vaikeista asioista kunnioittavalla tavalla, toista rohkaisemalla ja tukemalla. Koulutus on maksuton ja tarkoitettu kaikille.

Koulutuksen tavoitteena on oppia tunnistamaan huoli ja löytää keinoja huolen ilmaisuun sekä antaa käytännön työkaluja, joiden avulla voi puuttua lähipiirin päihdehaittoihin ja ottaa ne puheeksi mahdollisimman varhaisessa vaiheessa. Koulutuksen sisällöt ovat sovellettavissa myös pelaamisesta syntyneen huolen puheeksi ottamiseen.

Koulutukset sisältävät keskustelua, teoriaa ja käytännön vinkkejä. Kouluttajina toimivat EHYT ry:n asiantuntijat.

Syksyn 2024 verkkokoulutuksia:

- 8.10. Ensihuoli-koulutus
- 5.11. Ensihuoli-koulutus vanhemmille ja huoltajille
- 6.11. Ensihuoli-koulutus Itä-Uudenmaan asukkailla
- 13.11. Ensihuoli-koulutus Forssan seudulle

Lisätietoa ja ilmoittautuminen:

www.ehyt.fi/ensihuoli



Nettimummolaan vapaaehtoiseksi?



Nettimummolamme tarvitsee lisää vapaaehtoisia!

Olet etsimämme nettimummo tai -vaari, jos olet kiinnostunut juttelemaan lasten ja nuorten kanssa niitä näitä ja huolen viertä. Vapaaehtoisena päivystät chat-palveluissa kotoasi käsin. Toiminnassa kehitetään myös uutta, jossa on mahdollisuus olla mukana.

Nettimummolan vapaaehtoistoiminta on melko itsenäistä, mutta pääset osaksi mukavaa vapaaehtoisporukkaa ja saat mahdollisuuden osallistua erilaisiin lähi- ja etäkoulutuksiin.

Lue lisää ja hae mukaan osoitteessa

www.ehyt.fi/nettimummola



Tapahtumakalenteri

Ajankohtaiset tiedot koulutuksista ja tapahtumista EHYTin tapahtumakalenterissa

www.ehyt.fi/tapahtumat



Päihdepäivät järjestetään Helsingin Kulttuuritalolla 14.–15.5.2025

Päihdepäivät on Suomen suurin päihdeaiheinen koulutustapahtuma alan ammattilaisille, vapaaehtoisille ja opiskelijoille. Päihdepäivät on loistava tilaisuus laajentaa osaamistasi, tavata alan toimijoita ja löytää uusia näkökulmia päihteisiin liittyviin kysymyksiin.

Päihdepäivillä saat:

- Tietoa uusista päihdeilmiöistä
- Tuoreinta tietoa päihdeaiheisiin liittyen
- Toimivia menetelmiä asiakastyöhön
- Päihdepäivillä on 16 monipuolista seminaaria päihdeaiheista sekä alan laajin messuosasto.

Lipunmyynti alkaa 9.12.2024.

Varaa päivät kalenteristasi jo nyt!

www.paihdepaivat.fi



Syksyllä kiinnostavia rahapelitietoiskuja

Suosittu maksuttomat rahapelitietoiskut verkossa jatkuvat syksyllä.

Lisätiedot ja ilmoittautuminen: www.ehyt.fi/tapahtumat

Teemat ja ajankohdat:

- 10.9. klo 10–10.45: Selkokielliset tukimateriaalit ja oppaat. Asiantuntijana Eija Pietilä (EHYT ry)
- 8.10. klo 10–10.45: Uusi rahapelilaki – syteen tai saveen? Asiantuntijana Riitta Matilainen (EHYT ry)
- 13.11. klo 10–10.45: Rahapeliautomaattien saatavuus ja niihin kohdistuva kulutus. Asiantuntijoina Jani Selin ja Susanna Raisamo (THL)
- 10.12. klo 10–10.45: Rahapelihaitat läheisen näkökulmasta. Asiantuntijana Emmi Kauppila (Tampereen yliopisto)

EHYTin koulutukset kootusti

EHYTin verkkosivulla tiedot erityyppisistä koulutuksista löytyvät kootusti otsikon tilattavat koulutukset alta. Koulutuksia voi selata kohderyhmän, aiheen ja toteutustavan mukaan. Jokaisen koulutuksen yhteydestä löytyvät yhteysenkilöiden yhteystiedot ja muut tarpeellinen informaatio.

Tutustu koulutuksiin

ehyt.fi/koulutus-ja-tapahtumat/tilattavat-koulutukset/

Ehkäisevän päihdetyön osaaja-koulutukset ammattilaisille

Syksyn 2024 Ehkäisevän päihdetyön osaaja -etäkoulutukset:

- 29.10. Päihdehaittojen ehkäisy työttömien yhteisöissä, työpajoilla ja järjestöissä
- 5.11. Ikääntyneiden päihteiden käytön puhekeskiotto
- 3.12. Avaimia vuorovaikutukseen nuoren kanssa

Lue lisää ja ilmoittaudu: www.ehyt.fi/ept-osaaja



Yhteistyö mahdollistaa hiihtämisen keskellä kesää

Teksti: Nikki Pesonen | Kuva: Jesse Keskinen

EHYTIN JÄSENYHDISTYKSET Kilpisjärven Saana-Veikot ry, Kunnon Elämä ry ja Helsingin Jyry ry:n suunnistusjasto Rasti-Jyry järjestävät yhteistyökumppaneineen vuosittain elämyksellisen Liikuntajuhannus -tapahtuman Enontekiön Kilpisjärvellä, Saana-tunturin maisemissa. Tänä vuonna tapahtuma toteutettiin 20.–23. kesäkuuta.

Liikuntajuhannus tunnetaan erityisesti luonnonlumella toteutettavasta juhannushiihdosta, jonka pituus on lumitilanteesta riippuen 50–300 metriä. Muina lajeina tapahtumassa ovat polkujuoksu Saana-tunturin rinteillä ja Rasti-Jyryn toteuttama suunnistus. Lajit on jaettu kukin omalle päivälleen, joten tekemistä riittää koko juhannusviikonlopulle.

Usean toimijan yhteinen tapahtuma vaatii sujuvaa yhteistyötä ja ennakkosuunnittelua. Ennen tapahtumaa järjestäjät pitivät yhteyttä sähköpostitse ja osa aktiiveista kävi myös paikan päällä Kilpisjärvellä suunnittelemassa hiihtoja.

Hyvien ennakkovalmistelujen lisäksi tapahtumaan tarvitaan paljon aktiiveja ja vapaaehtoisia huolehtimaan, että noin 150 kävijää saa tapahtumasta kivän juhannusmuiston. Myös EHYT:n työntekijöitä on paikalla apukäsinä. Tarkka aikataulus ja työnjako käydään läpi tapahtumapaikalla, Kilpisjärven retkeilykeskuksella, tapahtumaa edeltävänä iltana.

EHYT:n Pohjois-Suomen alueen asiantuntija **Saija Himanka** oli tänä vuonna kisasihteerinä huolehtimassa osaltaan tulospalvelusta ja ilmoittautumisista sekä apuna siellä missä tarvitaan. Parasta Saijan mielestä Liikuntajuhannuksessa ovat hymyilevät iloiset ihmiset. Tapahtuma eroaa monista muista juhannusjuhlista siinä, että pääosassa eivät ole päihteet vaan hyvä mieli. Tänä vuonna Saijan mieleen jäi erityisesti ensikertaa tapahtumaan osallistuneiden nuorten intoa hehkunut hiihtoon osallistuminen.

Yksi nuorimmista vapaaehtois-

ta Kilpisjärvellä oli kaksitoistavuotias **Iida Keskinen**. Iida auttoi keräämällä ilmoittautumisia Saanan juoksuun ja juhannushiihtoon. Hän kertoo tapahtumassa olleen hälinää ja hauskaa. Erityisen kivana mieleen jäi oma osallistuminen juoksuun ensimmäisenä tapahtumapäivänä.

Liikuntajuhannukseen osallistuneet **Veera Vähäheikkilä** ja **Juuso Koskensalo** saapuivat Kilpisjärvelle vaeltamaan jo viikkoa ennen juhannusta. He olivat kuulleet juhannustapahtumasta jo aiemmin ja vaeltamasta tultuaan päättivät osallistua. Veera ja Juuso olivat innostuneita ainutlaatuisesta mahdollisuudesta hiihtää myös kesällä. He kannustavat muitakin osallistumaan juhannushiihtoon ainakin kerran elämässä. Ensi juhannuksena siihen tarjoutuu jälleen mahdollisuus, kun Kilpisjärven liikuntajuhannus viettää 80. juhlavuottaan – Rikotaankohan tuolloin aiempi yli sadan juhannushiihtäjän ennätys?



KOUVOLA

Kouvolan Kipinä ry järjesti yhdessä Kouvolan kaupungin liikuntapalveluiden, Kymen hyvinvointialueen ja EHYTin kanssa Hyvinvointipäivän Kouvolan Porukkatalolla elokuun lopussa. Ohjelmassa oli puheenvuoroja eri toimijoilta mm. savuttomasta Suomesta, toiminnallisia hyvinvointiharjoituksia, mocktail-tarjoilua ja onnenpyörä.



ROVANIEMI

Rovaniemen seudun Terveys ry:n ja EHYTin edustajat olivat kertomassa ohikulkijoille nikotiinin haitoista kauppakeskus Rinteenkulman käytävällä toukokuussa. Aihe ja etenkin vapettaminen olivat kaikille tuttuja. Varsinkin varttuneemmalta väeltä kuultiin hyvin vastustavia kommentteja tuotteiden käytölle, nuorimmat kuulijat vain hymyilivät.



LAHTI

Lahden Elokolon väki vietti kesäisen päivän kanavaristeilyllä. Risteily vei meidät Vesijärveltä Vääksyn kanavan kautta käymään kauniilla Päijänteellä. Ilmat eivät olleet suosiolliset mutta se ei haitannut. Maistava lounas kruunasi retken, johon lähti 36 urhoollista merimiestä. Mukavia muistoja arjen keskelle.



TURKU

Turun Elokolo teki kesäisen retken pelaamaan mini-golfia Ruissaloon hyvällä porukalla keskiviikkona 28.8. Retki on tapana tehdä heti kesän alussa ja uudestaan kauden viimeisenä päivänä. Pelaaminen meni mukavissa ja aurinkoisissa tunnelmissa ja pelin jälkeen oli kiva päästä grillaamaan makkaraa.

Lähetä kuva ja lyhyt kuvaus yhdistyksenne tapahtumasta sähköpostitse:
nikki.pesonen@ehyt.fi

Olettehan jo vastanneet jäsenkyselyyn?

Jäsenyhdistykset voivat auttaa turvaamaan EHYTin rahoitusta vastaamalla jäsenkyselyyn, jonka tuloksia tarvitsemme rahoittajalle raportoimiseen sekä toimintamme kehittämiseen. Kyselyllä kerätään tietoa paikallisten ja valtakunnallisten jäsenyhdistysten toiminnasta sekä EHYTin jäsenpalveluiden toimivuudesta. Kysely on avoinna 30.9.2024 asti.

Vastaa kyselyyn:

<https://q.surveypal.com/Jasenkysely-EHYT-2024>



Mukaan kampanjaan!

NÄKYMÄTTÖMÄT LAPSET -KAMPANJA tuo esiin ne lapset, jotka kärsivät aikuisten alkoholikäytön seurauksista, mutta joiden ääni jää usein kuulematta.

Kampanjassa kerätään nimiä vetoomukseen, jonka avulla pyrimme vaikuttamaan alkoholipolitiikkaan niin, että sen lapsiin kohdistuvat vaikutukset otetaan paremmin huomioon. Jäsenyhdistykset ovat tervetulleita mukaan järjestämällä kampanjaan liittyvä tapahtuman, keräämällä allekirjoituksia vetoomukseen tai kannustamalla allekirjoittamaan vetoamus sivustollamme. Voitte myös julkaista blogikirjoituksen tai mielipidekirjoituksen, joka liittyy kampanjan teemoihin.

Kampanjasivustolla on materiaalia ja somekuvia, joita voitte hyödyntää omissa kanavissanne. Esitteitä ja allekirjoituslistoja voi tilata lähettämällä viestin

heikki.luoto@ehyt.fi

Lue lisää: www.nakymattomat.fi

ALUEFOORUMIT 2024

EHYT ry:n aluefoorumeiden tavoitteena on tarjota koulutusta sekä yhteistyön ja verkostoitumisen mahdollisuuksia jäsenyhdistyksille. Mukaan ovat tervetulleita EHYTin jäsenyhdistykset vapaaehtoisineen sekä EHYTin luottamushallinto.

Vuonna 2024 aluefoorumit järjestetään Etelä- ja Itä-Suomessa. Vuonna 2025 on Länsi- ja Pohjois-Suomen foorumeiden vuoro. Lisäksi molempina vuosina järjestetään valtakunnallinen Aluefoorumi-webinaari.

TULE MUKAAN

Etelä-Suomen aluefoorumi

Hotel Arthur, Helsinki

pe-la 4.-5.10.2024

Ilmoittautuminen päättynyt.

Tiedustele peruutuspaikkaa.

Itä-Suomen aluefoorumi

Hotel Puijonsarvi, Kuopio

pe-la 25.-26.10.2024

Ilmoittautuminen 1.10. mennessä.

Aluefoorumi-webinaari

12.11.2024 klo 17-19 Teams-yhteydellä

Lisätietoa ja ilmoittautuminen:

www.ehyt.fi/tapahtumat



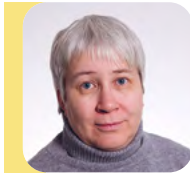
EHYTin jäsenyys kannattaa

EHYTin jäsenenä yhdistyksillä on mahdollisuus vaikuttaa ehkäisevään päihdetyöhön. Teemme jäsenyhdistysten kanssa laajaa yhteistyötä eri tavoin, mm. ylläpidämme yhdessä matalan kynnyksen kohtaamispaikkoja Elokoloja ja järjestämme tapahtumia ja koulutuksia.

Lue lisää www.ehyt.fi/tule-mukaan ja www.ehyt.fi/jasenyhdistyksille

EHYT tukenasi ympäri Suomen

Pohjois-Suomi



SAIJA HIMANKA
asiantuntija
Lappi
p. 050 439 1610
saija.himanka@ehyt.fi



ANNI RYTIVAARA
asiantuntija
Kainuu ja Pohjois-Pohjanmaa
p. 0400 274 833
anni.rytivaara@ehyt.fi

Itä-Suomi



ELISA AARNIO
asiantuntija
Pohjois-Savo ja Pohjois-Karjala
p. 050 5710 480
elisa.aarnio@ehyt.fi



HARRI JUKKALA
asiantuntija
Etelä-Savo ja Keski-Suomi
p. 0400 274 823
harri.jukkala@ehyt.fi

Länsi-Suomi



ANNE MIKKOLA
asiantuntija
Pirkanmaa, Satakunta ja
Varsinais-Suomi
p. 044 055 9920
anne.mikkola@ehyt.fi



Pohjanmaa, Keski-Pohjanmaa ja
Etelä-Pohjanmaa
yhteydenotot Jiri Damski

Etelä-Suomi



HELI VAIIJA
asiantuntija
Etelä-Karjala, Kanta-Häme,
Kymenlaakso ja Päijät-Häme
p. 044 510 0228
heli.vaija@ehyt.fi



SOILE TÖRRÖNEN
järjestöasiantuntija
Uudenmaan aluetoiminta
p. 040 526 7201
soile.torronen@ehyt.fi

Keskustoimisto



JIRI DAMSKI
osastopäällikkö,
alue- ja järjestötoiminta
p. 040 450 9077
jiri.damski@ehyt.fi



NIKKI PESONEN
asiantuntija, järjestöviestintä,
toimintatuki ja jäsenrekisteri
p. 050 509 8759
nikki.pesonen@ehyt.fi

Elokolojen toiminnanohjaajat



MIKA MIKKONEN
Helsingin Elokolat
p. 040 593 5305
mika.mikkonen@ehyt.fi



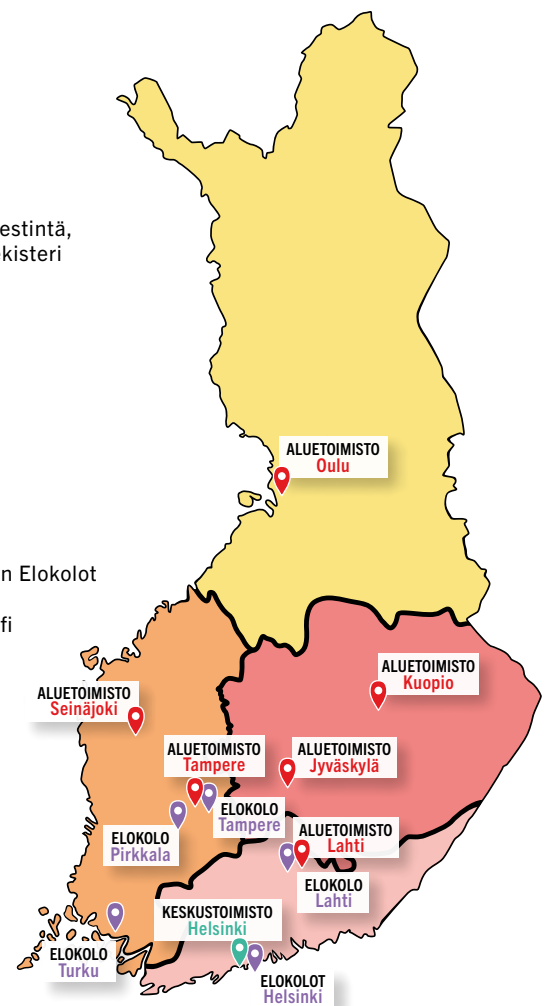
MILLA KAUKANEN
Tampereen ja Pirkkalan Elokolat
p. 050 407 1044
milla.kauhanen@ehyt.fi



JOUNI KORPELA
Lahden Elokolo
p. 044 748 2989
jouni.korpela@ehyt.fi



LIISA ÄYRÄS
Turun Elokolo
p. 040 455 2874
liisa.ayras@ehyt.fi





A-klinikkasäätiö

LAHJOITA LÄMPÖÄ

NEULO LAPASIA JA VILLASUKKIA

Vapaaehtoisemme ja yhteistyökumppanimme vievät ne apua tarvitseville ympäri Suomen.

Huom! Voimme ottaa vastaan vain käyttämättömiä tuotteita.

ehyt.fi/lahjoita-lampoa
a-klinikkasaatio.fi