



Ehkäisevän päihde- ja mielenterveyshuollon suunnitelma

2023
2025





Ehkäisevä päihdetyö, mistä on kyse?

Ehkäisevä päihdetyö on toimintaa, jonka tavoitteena on parantaa hyvinvointia, terveyttä ja turvallisuutta. Tavoitteeseen päästään edistämällä päihteettömiä, savuttomia ja nikotiinittomia elintapoja, ehkäisemällä ja vähentämällä päihteiden ja tupakka- ja nikotiinituotteiden käyttöä sekä rahapelaamista ja niistä aiheutuvia haittoja sekä lisäämällä ymmärrystä niihin liittyvistä laajemmista ilmiöistä.

Alkoholista, huumeista, tupakka- ja nikotiinituotteista sekä rahapelaamisesta aiheutuu monenlaisia haittoja käyttäjän itsensä lisäksi **läheisille, muille ihmisille, yhteisöille ja yhteiskunnalle.**



Lakisääteinen tehtävä

Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä voimaan v. 2015
<http://stm.fi/ehkaiseva-paihdetyo>

- Sisältää **alkoholin, tupakan, huumausaineiden** ja muiden päihtymiseen käytettävien aineiden sekä **rahapelaamisen** aiheuttamien haittojen ehkäisyn
- Kunnat ja hyvinvointialueet huolehtivat ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä alueellaan. Laki päivitetty tehtävien osalta 2022.
- Lain käytäntöön viemisen tueksi THL on julkaissut [Ehkäisevän päihdetyön toimintaohjelman](#) sekä oppaan kunnille ja hyvinvointialueille. [Ehkäisevä päihdetyö – opas kunnille ja hyvinvointialueille \(julkari.fi\)](#)

Tupakkalaki (+ Alkoholilaki) antaa myös kunnille määräyksiä: Kunta huolehtii alueellaan paikallisesta toiminnasta tupakoinnin lopettamiseksi ja alkoholihaittojen ehkäisemiseksi yhteistyössä hyvinvointialueen kanssa. Kunta järjestää lisäksi valvontaan kuuluvan tehtävän tupakkavalvonnan osalta. [Tupakkalaki 549/2016 - Ajantasainen lainsäädäntö - FINLEX](#)
[®Alkoholilaki 1102/2017 - Ajantasainen lainsäädäntö - FINLEX](#) ®



EPT taustaa

Päihdetilannekartoituksia tehty säännöllisesti hyvinvointipalveluissa mm.: 2016, 2018, 2020. Hyvinvointialuevalmistelun yhteydessä ehkäisevä päihdetyö on siirtynyt sivistys- ja kulttuuripalveluihin ja vuoden 2023 alussa hyvinvoinnin edistämisen ja nuorisopalveluiden vastuulle.

- vuonna 2023 varmistettu ept-rakenne sekä valmistellaan ehkäisevän päihdetyön suunnitelmat sekä hyvinvoinnin edistämisen palveluissa että nuorisopalveluissa (Byströmin ohjaamo, nuorten työpajat, nuorisotiloilla omat)
- Päihdetilannekartoitus suunnitellaan toteutettavaksi seuraavan kerran vuonna 2024



Oulun päihdetilanteen arviointi ja ongelmien tunnistaminen

Päihdeavainindikaattorit:

[Tulostaulukko - Sotkanet.fi, Tilasto- ja indikaattoripankki](#)

Nuoret

Vuoden 2023 kouluterveyskyselyn tulosten mukaan näyttäisi siltä, **että päihteiden käyttö olisi lisääntynyt**. Kaikki vuoden 2023 kouluterveyskyselyn tulokset julkaistaan 21.9.2023

- 8. ja 9. luokkalaisten osalta tupakkatuotteita ja sähkösavukkeita käyttävien (9,7 %) sekä tosi humalassa vähintään kerran kuukaudessa olevien (7,9 %) osuudet ovat nousseet
- huumeita kokeilleiden osuus on noussut 8. ja 9. luokkalaisten (7,2 %) ja lukiolaisten joukossa (9,9 %), mutta laskenut ammatillisen oppilaitoksen oppilailta (15,1 %). Oulussa tilanne on kuitenkin parempi verrattuna muihin suuriin kaupungeihin
- **päihteitä ja tupakkatuotteita käyttävien sekä rahapelejä pelaavien osuus on selvästi suurin ammattiin opiskelevien keskuudessa**
- **Oulussa raittiiden nuorten osuus on korkeampi ja päihteitä käyttävien osuudet ovat alhaisemmat kuin muissa suurissa kaupungeissa**

Oulun päihdetilanteen arviointi ja ongelmien tunnistaminen



Aikuisväestö

Tupakointi ja alkoholin käyttö (FinSote 2020, ATH 2015)

- **65-vuotta täyttäneistä 8 % tupakoi ja 40 % käyttää liikaa alkoholia; osuudet ovat nousseet ja päihteitä käyttävien osuudet ovat Oulussa korkeat verrattuna muihin suuriin kaupunkeihin**
- **matalan koulutustason omaavista 13,4 % tupakoi ja 34,2 % käyttää liikaa alkoholia; osuudet ovat laskeneet, mutta osuudet ovat korkeammat verrattuna korkeammin koulutettuihin**
- **työikäisistä (20–64-vuotiaat) 9 % tupakoi ja 28 % käyttää liikaa alkoholia; osuudet ovat laskeneet ja päihteitä käyttävien osuudet ovat Oulussa alhaisemmat kuin suurissa kaupungeissa keskimäärin**
- uutta tietoa aikuisväestön päihteiden käytöstä saadaan syksyllä 2024 TerveSuomi-tutkimuksesta

Työkyvyttömyys

- **25–64-vuotaista työkyvyttömyyseläkettä saa 6,6 % (2022): osuus on Oulussa suurin verrattuna muihin suuriin kaupunkeihin**

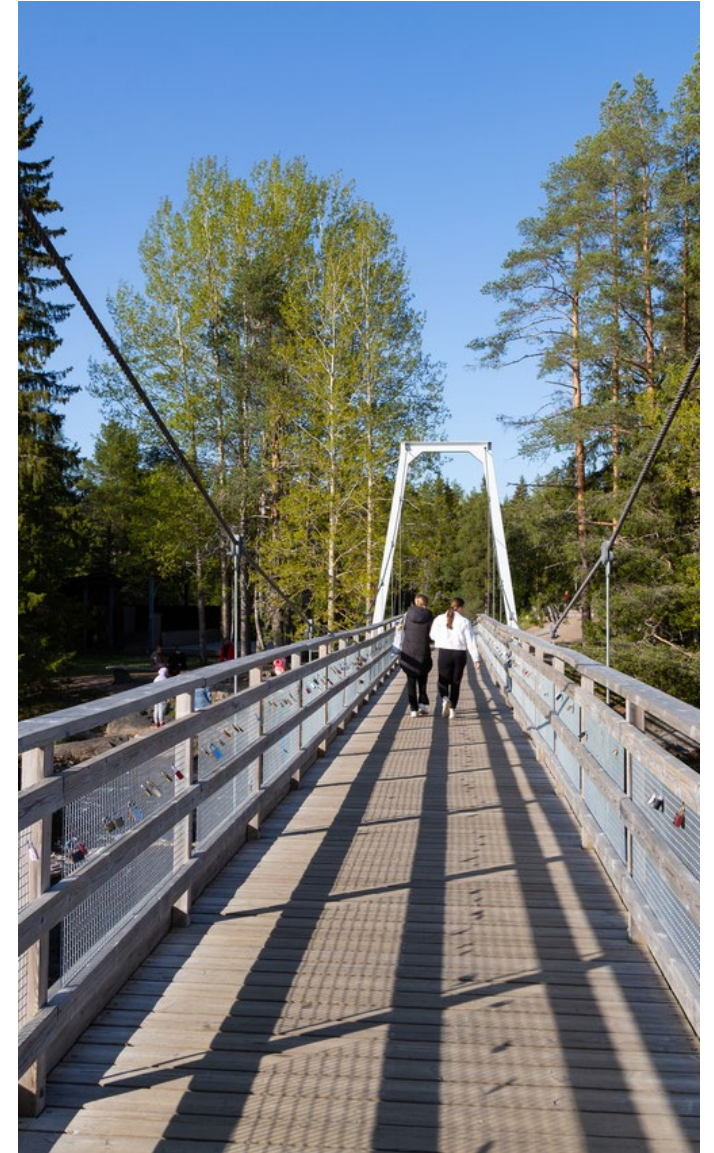
Mielen hyvinvointi ja mahdollisuus elää omannäköistä elämää
















Hyvän mielen kunta lähestymistapa ja siihen liittyvät työkalupakki ja tarkistuslista auttavat vahvistamaan asukkaiden mielen hyvinvointia.

Oulun kaupunki toteuttaa **tarkistuslistan mukaisen sähköisen kyselyn 2024** osana nykytilanteen arviointia sekä tulevan valtuustokauden hyvinvointisuunnitelman valmistelutyötä.

Tarkistuslistan tavoitteena on:

- vahvistaa asukkaiden mielen hyvinvointia tukevaa hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen työtä
- arvioida strategisia linjauksia mielen hyvinvoinnin näkökulmasta sekä työskentelyn painopisteiden valintaa
- nykytilanteen arviointi, vahvuuksien ja kehittämistarpeiden tunnistaminen
- varmistaa painopisteen siirtyminen mielen hyvinvoinnin vahvistamiseen ja häiriöiden ennaltaehkäisyyn sekä varhaiseen puuttumiseen
- Lisätä tietoisuutta kuntalaisten mielen hyvinvoinnin merkityksestä



Ikäryhmät										
		Raskaus ja vauvaikäiset	Varhaislapsuus (2-6 v.)	Alakouluikäiset	Yläkouluikäiset	Toisen asteen opiskelijat	Nuoret aikuiset (18-29 v.)	Työikäiset	Ikääntyvä väestö	
Ilmiöt ovat ehkäisevän päihdetyön ydintä.	 Mielenterveys-taitojen vahvistaminen	Hoivaa ja leiki			KAMU Kaveri mielessä					
				Nuoren mielen ensiapu®						
				Hyvän mielen taitomerkki		Mielenterveyden ensiapu® 1				
				Hyvän mielen koulu				Mielenterveyden ensiapu® 2		
	 Tunne- ja vuorovaikutus-taitojen vahvistaminen	Friends								
		Lions Quest								
		Askeleittain - Pienin askelin								
	 Vanhemmuuden ja perheen tuki	Vavu								
Pidä kiinni®			Toimiva lapsi & perhe®							
			Ihmeelliset vuodet							
Voimaperheet										
 Muu ehkäisevä päihdetyö	Pakka-toimintamalli									
							Päihteet puheeksi selkokielellä			
					Nuuska-agentti		Ensihuoli			
							Nikotiiton nuorisotyö			
							Nikotiiton amis			
							Ryhmäilmiö		Pilke-toiminta	
Ehkäisevän päihdetyön osaaja										
 Työyhteisöjen kehittäminen							Huugo			
							Hyvän mielen työpaikka			
							Mielenterveyden tuen työkalupakki			
 Kiusaamisen ja häirinnän vastainen työ										
				KiVa -koulu						
				Yhteispeli			Tukioppilastoiminta			
 Syrjäytymisen vastainen työ										
				Icehearts			Time out! Aikalisä!			
							Hyvä Päivä		Liikkuva mieli	
							Ankkuri		Ystäväpiiri	

[Kaupunkistrategia](#)

Hyvinvoinnin edistämisen strategiset tavoitteet ja toimenpiteet

[Laaja hyvinvointikertomus 2022](#)

Toimintaympäristö, väestön hyvinvoinnin tila, kehitys ja haasteet

Kaupunkistrategian toteuttamisohjelmat

Hyvinvointisuunnitelma 2023 - 2025

Toimeenpannaan hyvinvoinnin edistämisen strategiset linjaukset

[Oulun kulttuuristrategia 2030](#) (KV 21.1.2020 § 1)

[Sivistysohjelma](#) (KH 22.8.2022 § 230)

[Henkilöstöohjelma](#) (KH 21.3.2022 § 82)

[Ympäristöohjelma 2026](#) (12.8.2019 § 240, päivitetty Ympäristöohjelma on hyväksytty KH 26.6.2023 § 202)

[Yritysmuotoinen Oulu –Elinkeinopoliittinen kehittämisohjelma](#) (KH 17.1.2022 § 9)

[Maankäytön toteuttamisohjelma 2022 – 2026](#)
- päivitetään 2023

Hyvinvoinnin edistämistä ohjaavia suunnitelmia ja ohjelmia

On huomioitu hyvinvointisuunnitelmassa/ovat vuorovaikutuksessa hyvinvointisuunnitelman kanssa

[Lasten ja nuorten hyvinvointisuunnitelma](#)
KV 23.5.2022 § 56, lakisääteinen
- päivitys/sisältyy hyvinvointisuunnitelmaan

[Ikävoimainen Oulu - Oulun kaupungin ikääntymispoliittinen ohjelma 2021– 2030](#)
KV 25.1.2021 § 11, lakisääteinen
- päivitetään 2023

[Yhdessä kotoutuva Oulu- Oulun kaupungin, kotoutumisohjelma 2022–2025](#)
KV 8.11.2021 § 108, lakisääteinen

[Ehkäisevän päihdetyön suunnitelma](#)
- laaditaan

[Kulttuuri hyvinvointisuunnitelma 2021–2026](#)
KH 7.6.2021 § 82

[Terveysliikunnan vaikutusten arvioinnin suunnitelma](#)
KH 4.5.2020 § 123

[Vuorovaikutussuunnitelma 2019–2021](#)
KH 19.8.2019 § 250
- päivitetään 2023

[Turvallisuusohjelma 2022](#)
- päivitetään

[Toiminnallisen tasa-arvon ja yhdenvertaisuuden suunnitelma vuosille 2022–26](#)
KH 13.6.2022 § 189

[Avoimen hallinnon toimintasuunnitelma vuosille 2021–2023](#)
KH 1.3.2021 § 68

[Varhaiskasvatussuunnitelma ja OPS:t](#)

[Lapsiystävällinen kunta –toimintasuunnitelma](#)
- Opinvirta

[Koulutuksen järjestäjän opiskeluhoitosuunnitelma- laaditaan](#)

[Työllisyyden ekosysteemin kumppanuus-sopimus](#)

[Vammaispoliittinen ohjelma \(päivitetään\)](#)

Kaupunkistrategian linjauksista hyvinvointisuunnitelman painopisteisiin ja tavoitteisiin



Hyvinvoinnin edistämisen painopisteet pohjautuvat Oulun kaupungin kaupunkistrategiassa 2030 esiin nostettuihin hyvinvoinnin ilmiöihin ja esitettyihin toimenpide-ehdotuksiin. Painopisteet pohjautuvat kaupungin luottamushenkilöiden ja johdon sekä kuntalaisten, neuvostojen ja yhdistysten sekä eri toimialojen keskuudessa käytyihin keskusteluihin oululaisten terveyden ja hyvinvoinnin edistämisen työstä.

Jokaiselle painopisteelle on määritelty tavoitetila sekä konkreettiset toimenpiteet oululaisten terveyden ja hyvinvoinnin edistämiseksi hyvinvointisuunnitelman toimintakaudella 2023 – 2025.

Mahdollistamme ihmisten kohtaamisen ja yhteisöllisen toiminnan sekä turvallisen elinympäristön

Mahdollistamme aktiivisen ja liikunnallisen elämäntavan sekä mielekkään tekemisen

Tuemme oululaisten hyvinvointia ja toimintakykyä kehittämällä ennaltaehkäiseviä toimia

Kuntalaisille tarjotaan toimivat palvelut yhteistyössä hyvinvointialueen kanssa vuodesta 2023 alkaen

1

Yhteisöllinen ja turvallinen elinympäristö

Tavoite: Osallisuuden kokemusten vahvistaminen & Turvallinen Oulu kaikille

2

Hyvinvointia ja terveyttä tuottava elämäntapa

Tavoite: Oululaisten toimintakyky paranee

3

Sujuva arki ja pärjäävyys

Tavoite: Hyvinvointia tukevien palveluiden saatavuuden turvaaminen ja toimivat monialaiset palveluprosessit



EPT:ä toteutetaan vaikuttamalla

Päihteitä koskeviin tietoihin, asenteisiin ja oikeuksiin

Päihdehaitoilta suojaaviin tekijöihin ja riskitekijöihin

Päihteiden käyttötapoihin, saatavuuteen, tarjontaan ja haittoihin



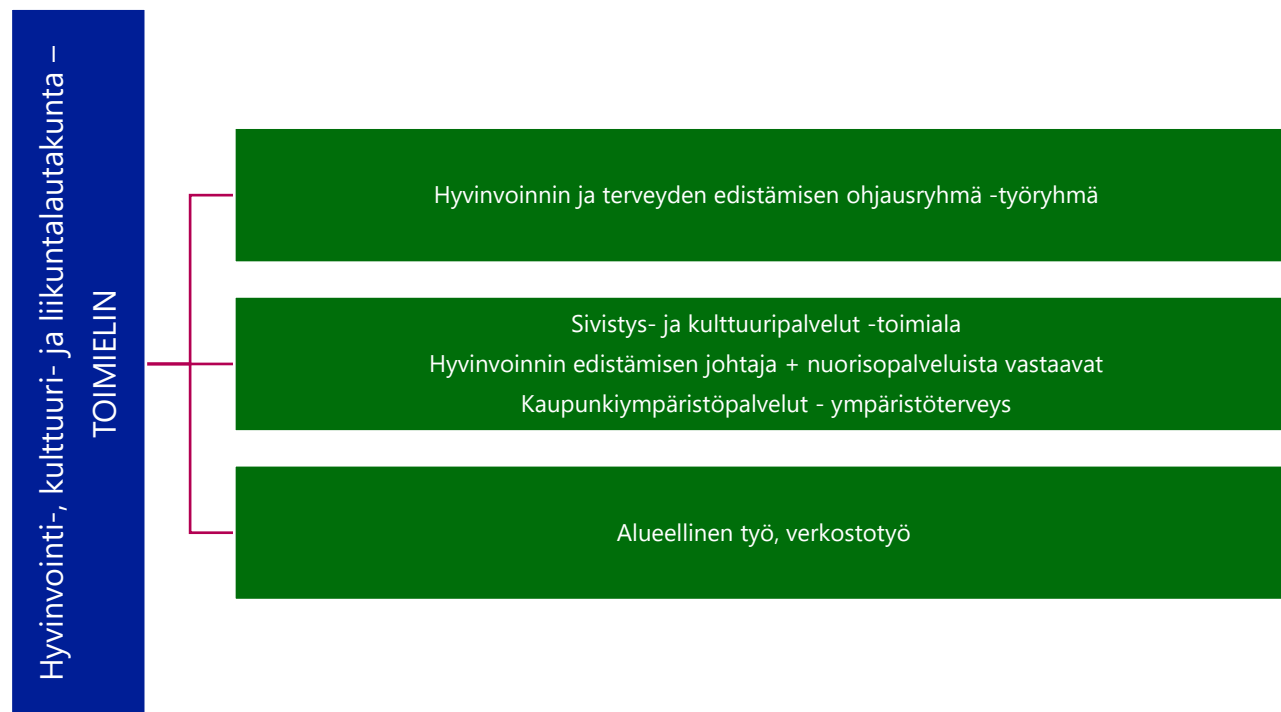
Millaista on vaikuttava ept?

Vaikuttava ehkäisevä päihdetyö on laaja-alaista, tavoitteellista ja kohderyhmien tarpeet huomioivaa. Se perustuu paikallisen tilanteen seurantaan ja arviointiin sekä vuorovaikutukseen eri toimijoiden kesken. Työssä hyödynnetään monenlaisia tieteelliseen näyttöön ja hyviin käytäntöihin perustuvia menetelmiä.

Edellyttää, että

1. Ept:n rakenne on kunnossa
2. Haitoista viestitään tutkittuun tietoon perustuen
3. Riskikäyttö ja haitat tunnistetaan sekä 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

Ehkäisevän päihdetyön rakenne Oulun kaupungissa



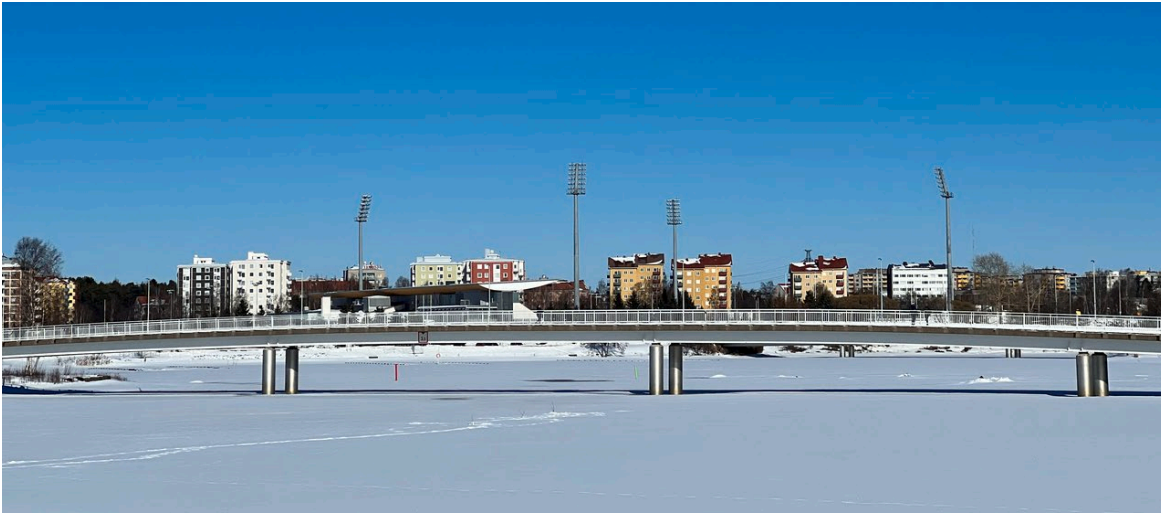


Ehkäisevän päihdetyön toimielimen tehtävä lain mukaan (+ Pohde)

- 1) huolehtia alueensa 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 tehtävissään;
- 4) esittää ja edistää ehkäisevän päihdetyön toimia hallinnossaan, kunnassa erityisesti sivistys-, liikunta- ja nuorisotoimessa sekä elinkeinotoimessa;
- 5) huolehtia siitä, että 1–4 kohdassa tarkoitetut toimet sovitetaan yhteen kunnan ja hyvinvointialueen yhteistyössä sekä poliisin, alkoholilain (1102/2017) ja tupakkalain (549/2016) noudattamisen valvonnasta vastaavien viranomaisten, elinkeinoelämän ja erityisesti ehkäisevään päihdetyöhön osallistuvien yleishyödyllisten yhteisöjen ehkäisevään päihdetyöhön kuuluvien ja sitä tukevien toimien kanssa.

Lisäksi:

Kunnan ja hyvinvointialueen tulee ehkäisevän päihdetyön yhteydessä edistää asukkaiden osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuuksia päihdeiden aiheuttamien haittojen vähentämiseksi viranomaisyhteistyöllä, viranomaisille annettavilla lausunnoilla sekä omilla toimillaan. Hyvinvointialueiden tehtävä on **tarjota tukea ja asiantuntemusta kunnille ehkäisevään päihdetyöhön sekä päinvastoin.**



Haitoista viestitään tutkittuun tietoon perustuen

Väestön terveyttä edistäviä valintoja voidaan tukea lisäämällä tietoutta päihteiden, tupakka- ja nikotiinituotteiden sekä rahapelaamisen riskeistä, haitoista sekä riskien vähentämisen että avun saannin mahdollisuuksista.

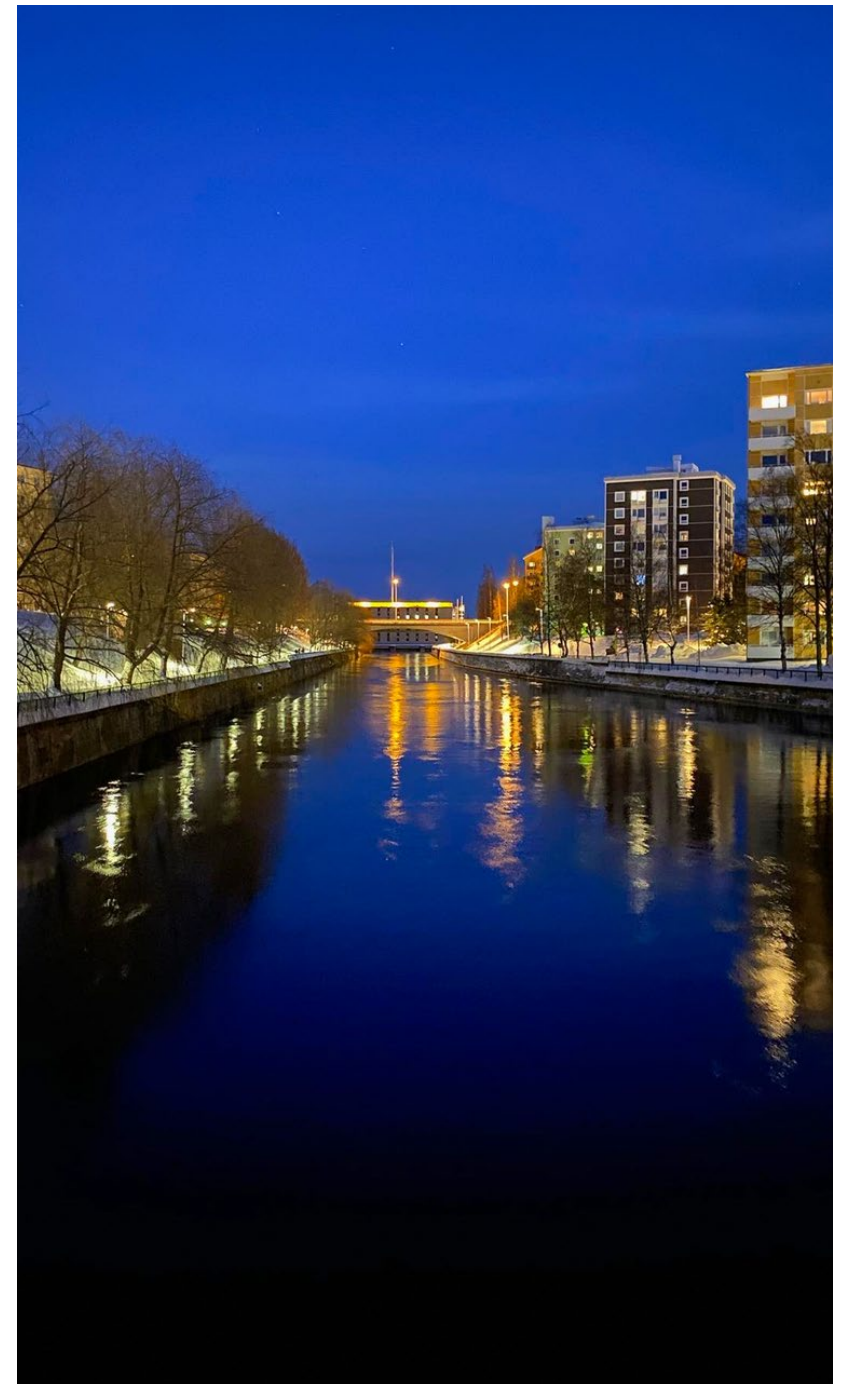
Viestinnällä pyrimme:

- lisäämään asukkaiden ja väestön tietoisuutta alkoholin, tupakkatuotteiden, huumausaineiden ja rahapelaamisen haitoista ja riskeistä sekä niiden ehkäisemisen keinoista
- edistämään päihteisiin liittyvien uskomusten, asenteiden ja normien muuttumista

Tavoite: Seurataan säännöllisesti päihde-, tupakka- ja rahapelitilannetta eri väestöryhmissä sekä tuotetaan huolenaiheisiin liittyen kohdennettua viestintää.

Viestitään seuraavista aiheista:

- itsearviointi- ja oma-apuaineistot sekä vertaistuen saatavuus
- alkoholinkäyttö ja tupakointi kroonisten kansansairauksien riskitekijöinä ja vaikuttavat väestötason ehkäisykeinot
- alkoholin haitat ja haittariskien vähentäminen
- alkoholijuomat ja painonhallinta
- tupakoinnin terveysriskit ja lopettamisen hyödyt,
- tupakointikiellot (EU uimarannat, tarvittava ohjaus tupakointipaikoille, leikkikentät), parveketupakointikieltojen myöntäminen
- nuuskan ja sähkösavukkeiden haitat
- muuntohuumeisiin, päihdyttäviin lääkkeisiin ja kannabiksen käyttöön liittyvät riskit
- rahapelaamisen riskit, riskipelaamiseen vaikuttavat tekijät ja riskien vähentäminen
- sekakäytön riskit





Viestitään erityisesti seuraaville kohderyhmille:

- nuorille naisille raskaudenaikaisen alkoholinkäytön ja tupakoinnin riskeistä
- nuorille aikuisille, muun muassa opiskelun aloittaville, alkoholin käytön riskeistä
- ikääntyville ikääntymisen vaikutuksista alkoholinkäytön riskeihin sekä alkoholin ja lääkkeiden yhteisvaikutuksista
- tupakoiville vieroitusmahdollisuuksista, erityisesti sähköisistä vieroituksen tukipalveluista
- mielenterveyskuntoutujille, erityisesti tupakasta vieroituksen tukipalveluista
- päihde- ja rahapeliongelmissa kärsivien läheisille oman hyvinvoinnin tueksi tietoa mm. vertaistuen saatavuudesta ja ongelmien luonteesta
- maahanmuuttajille päihdepalveluiden saatavuudesta
- järjestöt vaikuttavat kansalaisten asenteisiin ja pähteiden käyttöön viestinnällisin keinoin (esim. kampanjat, sosiaalinen media, oppimispelit, vertaistukiryhmät, materiaalit)



Riskien ja haittojen tunnistaminen, varhainen tuki – varhaiskasvatuksen ammattilaiset

Vuosien 2024-2025 aikana selvitetään ehkäisevän päihde- ja mielenterveystyön hyvät käytännöt ja nykytilanne varhaiskasvatuksessa sekä otetaan käyttöön ja pilotoidaan uusia toimintamalleja.

[Päihdeneuvonta: Maksutonta tukea päihteidenkäytön aiheuttamaan huoleen - EHYT ry](#)

Varhaiskasvatus – hyvinvointioppiminen ja turvallisuuskasvatus keskiössä.

Esimerkkejä:

- Lapset puheeksi menetelmä
- Pelit puheeksi – EHYT ry, tilauskoulutus
- [lapsi ja vanhempien alkoholinkaytto - opas varhaiskasvatuksen tyontekijoille.pdf \(lasinenlapsuus.fi\)](#)
- [jos sais kolme toivomusta tyokirja paihdeasioista varhaiskasvatuksen tyontekijoille.pdf \(lasinenlapsuus.fi\)](#)
- Puheeksiotto: [TT Lastenneuvola ja varhaiskasvatus.pdf \(julkari.fi\)](#)
- [Lasten seurassa – lapsi ei ymmärrä aikuisen alkoholinkäyttöä | Alko](#)
- [Amalia.pro - Lasinen lapsuus](#)

Varhaiskasvatuksessa sovitaan yhteiset käytännöt tilanteisiin, joissa havaitaan huoltajien ongelmallista päihteiden käyttöä



Riskien ja haittojen tunnistaminen, varhainen tuki –koulujen ammattilaiset

Tavoite: Vuosien 2024-2025 aikana selvitetään ehkäisevän päihde- ja mielenterveystyön hyvät käytännöt ja nykytilanne perusopetuksessa sekä otetaan käyttöön ja pilotoidaan uusia toimintamalleja.

Lasta tai nuorta suojaavia tekijöitä ovat esimerkiksi:

- perhesuhteiden läheisyys
- koulussa selviytyminen ja tunnustuksen saaminen
- hyvä ja toimiva työyhteisö
- sosiaalinen ja emotionaalinen kyvykkyys
- yhteiskunnallinen päihdeidenkäyttöön ja pelaamiseen liittyvä säätely.

altistavia riskitekijöitä ovat esimerkiksi

- varhainen päihdeiden kokeilu
- tulevaisuudensuunnitelmien puute
- käyttäytymis- ja keskittymishäiriöt
- ahdistuneisuus ja masennus
- työttömyys, pienituloisuus ja asumisen epävarmuus

Perusopetus – Esimerkkejä hyvistä käytännöistä:

- **Juteltaisko?** Toiminnallinen ja vuorovaikutteinen päihdeoppituntimalli ja vanhempainilta 5.-6. -luokille, *Vapaasti käytettävä malli tai valmiina koulutuspakettina tilattavissa.* EHYT ry.
- **Smokefree rastirata** 5.-6. -luokille ja yläluokkien terveystietoon toiminnallinen nikotiiniuotteita ilmiönä pohdiskeleva aineisto. Vapaasti käytettävä materiaali. EHYT ry
- **Smokefree-kilpailu** 7., 8. ja 9. luokkalaisille www.smokefree.fi
- **HUBU** interaktiivinen päihdekasvatusmenetelmä sisältää oppitunnit 7.-9. -luokille, henkilöstökoulutuksen ja vanhempainillan. Maksullinen, EHYT ry
- **Nuuska-agentti toiminta**, *nuorten vertaisosaajamallissa yläkouluikäiset nuuska-agentit pitävät 5.-6.-luokille toiminnallisia nuuska-infoja.* www.ehyt.fi/nuuska_agentti

Pelitaidon oppitunnit ja vanhempainillat, maksullinen, EHYT ry.

Pelitaidon ammattilaiskoulutukset , maksullinen, EHYT ry'

www.pelitaito.fi

Frankly, päihdepuheeksi pelaamalla, www.franklygame.fi

Päihdeilmiö rastirata ja vuorovaikutteiset oppitunnit päihdeistä ja päihdekulttuurista sekä Päihdeilmiö-opas. www.ehyt.fi/fi/toinen-aste#pahdeilmio

www.ehyt.fi/fi/opetusalan-ammattilaiset , www.ehyt.fi/fi/koulutukset-ammattilaisille

Nuorisotyö



- Nuorisotyö Oulussa kohtaa lapsia ja nuoria 7-29- ikävuoden välillä. Nuorisotyön toiminnalliset menetelmät, kohtaava työote ja ryhmissä toimiminen ovat nuoren kasvua ja kehitystä tukevaa toimintaa. Nuorisotyön eri työmuodot lisäävät suojaavia tekijöitä nuoren elämässä. Alle 18-vuotiaiden nuorten päihteettömien valintojen tukeminen, vapaa-ajalle tekemisen tarjoaminen ja osallisuuden mahdollistaminen lisäävät hyvinvointia ja parhaimmillaan toimivat suojaavina tekijöinä. Nuorille aikuisille tarjotaan päihteettömiä vaihtoehtoja työtoimintana ja/tai tapahtumina, keskustellaan kunnioittaen päihteiden haitoista ja pyritään vähentämään päihdehaittoja. Nuorisotyössä nähdään ja huomioidaan myös nopeasti nuorten päihteiden käytössä tapahtuvat ilmiöt ja muutokset.
- Nuorisotilatoimintaan ja nuorten työpajatoimintaan laaditaan omat ehkäisevän päihdetyön toimintaohjelmat



Riskien ja haittojen tunnistaminen, varhainen tuki – ammattilaiset -työikäiset

Hyvinvoinnin edistämisen palvelut: toteutetaan väestötason vaikuttamistyötä sekä koulutetaan työikäisten kanssa työskenteleviä ammattilaisia tunnistamiseen, puheeksiottoon sekä varhaiseen tukeen sekä otetaan käyttöön erilaisia hyviä käytäntöjä. Kehitetään nikotiinittomuuden edistämistä.

Alkoholin terveydelle aiheuttamien riskien vähentäminen:
[TT.indd \(julkari.fi\)](#)

10 henkilökohtaista kysymystä alkoholinkäytöstä:
[Es200403.pdf \(valtioneuvosto.fi\)](#)

Työikäiset

Esimerkkejä toimintamalleista:

➤ HUUGO

HUUGO-ohjelman tehtävänä on auttaa työyhteisöjä ennaltaehkäisemään, tunnistamaan, kohtaamaan ja ratkaisemaan työpaikkojen päihdeongelmia. Yrityksille tarjotaan työkaluja sekä koulutusta ja apua päihdeohjelman luomisessa ja jalkauttamisessa. <http://www.huugo.fi/>

➤ Tukimateriaalia rahapelaamisen puheeksi ottamiseen asiakastyössä

Mm. rahapelaaminen puheeksi huoneentaulu. (PDF tai tilattava)

➤ Rahapelihaittojen ehkäisy työelämässä,

Tietoa rahapelihaitoista ja niiden ehkäisystä työpaikalla

<http://www.huugo.fi/>

➤ Puheeksiotto ja puuttuminen (A-klinikka)

<https://www.a-klinikka.fi/ammattilaisille/paihde-tyon-tueksi/puheeksiotto-ja-puuttuminen>

➤ <https://www.thl.fi/fi/web/alkoholi-tupakka-ja-riippuvuudet/ehkaiseva-paihde-tyo/materiaalit/asiakastyon-tueksi>

➤ [28 päivää ilman \(28paivaailman.fi\)](#)



Riskien ja haittojen tunnistaminen, varhainen tuki – ammattilaiset ikäihmiset

Hyvinvoinnin edistämisen palvelut

Tavoite: Lisätään ikäihmisten kanssa työskentelevien ammattilaisten osaamista sekä otetaan käyttöön erilaisia työmenetelmiä.

Alkoholin terveydelle aiheuttamien riskien vähentäminen:
[TT.indd \(julkari.fi\)](#)

10 henkilökohtaista kysymystä alkoholinkäytöstä:
[Es200403.pdf \(valtioneuvosto.fi\)](#)

Tuetaan myös vapaaehtoisia ehkäisevän päihdetyön osaamisen lisäämisessä.

<https://ehyt.fi/koulutus-ja-tapahtumat/yleisokoulutukset/ensihuoli/>

Ikäihmiset

Esimerkkejä työvälineistä:

- **Tukimateriaalia rahapelaamisen puheeksi ottamiseen asiakastyössä**
[Rahapelaamisen tunnistaminen ja puheeksiotto - THL](#)
[Oma-apuopas rahapeliongelmiin Avaimia rahapeliongelman hallintaan – oma-apu-opas \(julkari.fi\)](#)
 - Ajantasaisin tieto kaikista päihteistä ja niiden vaikutuksista,
www.paihdelinkki.fi
 - <https://ehyt.fi/wp-content/uploads/2020/06/ehyt-tietopaketti-laakket-ja-alkoholi-s.pdf>
 - *Välineitä erilaisiin toimintaympäristöihin ja eri-ikäisten sekä erilaisissa elämäntilanteissa olevien ihmisten kohtaamiseen sisältää Ikääntyminen - osion. [Miten tunnistaa ikäihmisten liiallinen päihteidenkäyttö? - EPT-verkosto](#)*
 - **Ikääntyneet ja alkoholi**
[Ikääntyminen ja alkoholi | Mielen terveystalo.fi](#)
[Ikääntyneet - alkoholi ja lääkkeet | Päihdelinkki.fi \(paihdelinkki.fi\)](#)
- ➔ [Itsearviointi, Yli 65-vuotiaan alkoholimittari | Päihdelinkki.fi \(paihdelinkki.fi\)](#)



Riskien ja haittojen tunnistaminen, varhainen tuki – ammattilaiset kotouttaminen

Tavoite: Hyödynnetään kotouttamisen asiakastyössä tarvittaessa ehkäisevän päihdetyön erikielisiä ja selkokieliä menetelmiä ja materiaaleja.

Asiakkaat

Esimerkkejä materiaaleista ja menetelmistä:

[10 vinkkiä kannabiksesta keskusteluun nuoren kanssa \(arabiankielinen\) - EHYT ry](#)

[10 vinkkiä kannabiksesta keskusteluun nuoren kanssa \(somalinkielinen\) - EHYT ry](#)

[Mikä on HADIYA-hanke? - EHYT ry](#)

[Musliminuori harrastaa. Opas ohjaajalle kulttuurisensitiivisyyteen - EHYT ry](#)

Videot YouTubessa vanhemmille ja ammattilaisille:

<https://www.youtube.com/watch?v=j0JamKG61OE><https://www.youtube.com/watch?>

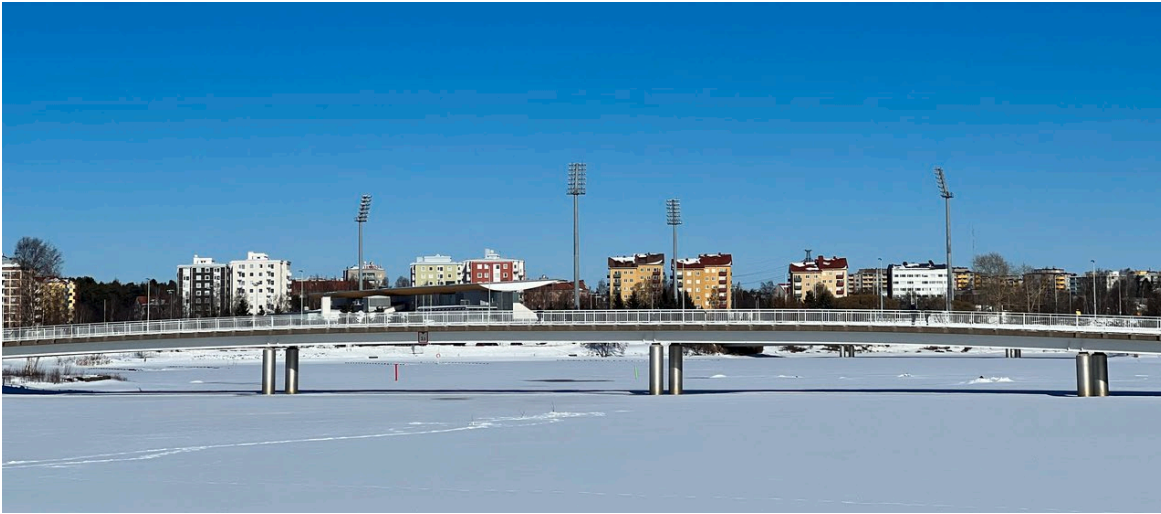
(kielet: arabia, somali, tekstitys: suomi)

Miten keskustella kannabiksesta nuoren kanssa?

<https://www.youtube.com/watch?v=Pwyk8GA30as>

(kieli: somali, tekstitys: suomi)

<https://www.youtube.com/watch?v=Pwyk8GA30as>



Riskien ja haittojen tunnistaminen, varhainen tuki – ammattilaiset liikuntapalvelut

Tavoite: liikuntaneuvonnassa ehkäisevän päihdetyön puheeksi ottaminen ja niihin liittyvät palveluketjut toimivat.

- Kannustaminen liikunnallisen elämäntavan rakentumiseen ja ylläpitämiseen elämänkaaren kaikissa vaiheissa; mielekäs vapaa-ajan vietto, yhteisöllisyyden vahvistuminen sekä hyvinvoinnin lisääntyminen
- Liikuntaneuvonnassa elintapojen puheeksiotto ja elintapaohjaus
- Nuorille suunnattu liikuntaneuvonta ja action-toiminta joilla kannustetaan liikunnan harrastamiseen ja terveellisiin elintapoihin
- Liikuntapaikoilla epäeettinen mainonta on kielletty, kuten tupakka- ja alkoholimainonta
- Urheiluseurojen kannustaminen päihteettömyyden edistämiseen omassa toiminnassaan
- Oulun kaupungin liikuntapalvelut on mukana A-klinikkasäätien puhtaan liikunnan puolesta -toimintamallissa



Haittojen ehkäisy lähiyhteisössä

Tehdään näkyväksi erilaisten yhteisöjen kautta ehkäisevän päihdetyön vaikuttavia toimintamalleja ja –menetelmiä.

[Päihdeneuvonta: Maksutonta tukea päihteidenkäytön aiheuttamaan huoleen - EHYT ry](#)

Järjestetään mahdollisuuksien mukaan päihdefoorumi, päihdetilannekysely ja anniskelutoiminnan lupalausuntoja, joihin myös asukkailla ja paikallisilla yhteisöillä on mahdollisuus vaikuttaa, valvonta

[OttoMitta \(ehyt.fi\)](#)

Kampanjat, teemapäivät ja -viikot tarjoavat materiaalia, tukea ja näkyvyyttä paikalliselle työlle. Esimerkkejä vaikuttamisesta:

www.tipatontammikuu.fi

www.savutonsuomi.fi

www.selvinpainkesaan.fi

www.pelipaiva.fi (pelikasvatus, lapset, nuoret, perheet)

www.kysyminenkannattaa.fi (Ehkäisevän päihdetyön viikko)

www.annalapselleraitisjoulu.fi

<http://www.mll.fi/nuortennetti/paihteet/>

Ensihuoli-koulutus

Kaikille avoin vertaistukeen perustuva koulutus puheeksioton kynnyksen madaltamiseksi. Kesto 2,5-3 tuntia. Sopii mm. yhteisöille tai yksittäisille kiinnostuneille. (Ammattilaisten täydennyskoulutusta on saatavissa erikseen.) Ehyt ry

Vapaaehtoistoimijoille keskustelun avaamiseen päihteistä ryhmätilanteissa; kerhoissa, retkibussissa. Tilattavissa: [Työkalut & Materiaalit - EHYT ry](#)



PAKKA -toimintamalli

Pakka-toimintamallilla ehkäistään päihdehaittoja yhteisöllisesti.

Pakka-toimintamalli on paikallisten alkoholi-, tupakka- ja rahapelihaittojen ehkäisyyn kehitetty menetelmä. Pakkaa toteutetaan paikkakunnalla tai alueella koko yhteisön voimin.

Pakka-mallin mukaisella työllä voidaan tutkimusten mukaan:

- parantaa ikärajavaltontaa myyntipaikoissa
- vähentää alaikäisten alkoholin ja nikotiinituotteiden saatavuutta
- tukea alaikäisten raittiutta ja vaikuttaa asukkaiden asenteisiin alaikäisten juomisesta
- tiukentaa päihtyneille anniskelua ravintoloissa

Pakka-toiminnan tavoitteena on:

- ehkäistä suunnitelmallisesti ja yhteistyössä alueen alkoholiin, tupakointiin ja rahapelaamiseen liittyviä haittoja
- ehkäistä ja vähentää nuorten ja aikuisten alkoholin käyttöä, tupakointia ja ongelmia aiheuttavaa rahapelaamista
- nostaa alkoholin käytön, tupakoinnin ja rahapelaamisen aloitusikää
- vähentää humalajuomista ja siitä aiheutuvia haittoja

Toimintamallia toteuttavassa kunnassa tai alueella päättäjät, viranomaiset, elinkeino, yhteisöt sekä paikalliset asukkaat voivat yhdessä vaikuttaa siihen, että

- alkoholin, tupakan ja rahapelien myynti on vastuullista
- näitä ikärajavaltontavia tuotteita ei myydä tai välitetä alaikäisille
- alkoholia ei anniskella päihtyneelle tai ala-ikäiselle.

Pakka-toiminnan osa-alueita ovat:

- työn koordinointi ja suunnitelmallinen yhdessä tekeminen
- elinkeinon omavalvonnan sekä vastuullisen myynnin ja anniskelun kehittäminen
- viranomaisten valvonnan ja lupahallinnon tehostaminen
- paikallisiin päättäjiin vaikuttaminen
- nuorten, vanhempien ja muiden kuntalaisten aktivointi
- toimiva mediayhteistyö

Pakka-toimintamalli käytännössä Oulussa

1. varmistetaan PAKKA –toiminnan jatkuvuus vuosina 2024-2025.
2. toteutetaan lähtötason ostokokeita vähittäismyyntipisteisiin ja asiakasarviointeja ravintoloihin
3. perustettu tarjontatyöryhmä kehittämään vastuullista myyntiä ja anniskelua sekä elinkeinon omavalvontaa
4. perustettu kysyntätyöryhmä (esim. kunnan moniammatillinen päihdetyöryhmä) tukemaan saatavuuden rajoittamista
5. järjestetty elinkeinon ja viranomaisten yhteistyöfoorumeita
6. koulutettu henkilöstöä tunnistamaan haastavia myynti- ja anniskelutilanteita sekä selviytymään niistä
7. palkittu alueilla toimivia vastuullisia toimijoita
8. luotu yhteisiä toimintatapoja järjestyksenvalvonnan, taksiyrittäjien ja kauppakeskusten kanssa humalahäiriköinnin ehkäisemiseksi
9. tehty yhteistyötä median kanssa tiedottamalla kuntalaisille alueen alkoholi-, tupakka- ja rahapeliasioista
10. haastettu kansalaisia mukaan vaikuttamaan
11. sisällytetty Pakka-toimintamalli kunnan ehkäisevää päihdetyötä ohjaavaan kuntastrategiaan, hyvinvointikertomukseen ja mahdolliseen toimintasuunnitelmaan
12. käsitelty vanhempainilloissa alkoholin ja tupakan välittämistä alaikäisille
13. tarjottu nuorille opinnäytetöiden aiheita sekä suunniteltu ja toteutettu kampanjoita heidän kanssaan

Oulun Infran, ympäristöterveyden sekä hyvinvoinnin edistämisen palveluiden yhteistyö



[Tupakkajäte vähenee kunnan ympäristötoimen ja ehkäisevän päihdetyön yhteistyönä \(julkari.fi\)](https://julkari.fi)

Vuodesta 2023 alkaen kuntien on järjestettävä suodattimellisista tupakkatuotteista aiheutuvan jätteen keräys ja siivous sekä neuvonta ja tiedotus tupakkajätteen ehkäisemiseksi (Jätelaki 646/2011, 48 g §). Lisäksi vuodesta 2024 alkaen tulee lisätä tupakkaroskiksia yleisillä alueilla.

Oulun Infra vuoden 2024 aikana laatii suunnitelman tupakkaroskisten lisäämisestä, mikäli saadaan kansallinen ohjeistus, joka tarkentaa roskisten määrää, raportointia ym. asiaan liittyvää.

Ympäristöterveys: valvonta, myyntiluvat myöntäminen ja poistaminen, pakkausmerkinnät, esilläolo, tapahtumavalvonta, tupakointialueet ja –merkit, lääkelain mukainen nikotiinivalmisteiden valvonta, nikotiiniesteiden myyntiluvat, tupakointitilat alkaen s.50 [ea676c7a-ec79-4d89-ad5d-c1659943d1be \(ouka.fi\)](https://ouka.fi/ea676c7a-ec79-4d89-ad5d-c1659943d1be)

Hyvinvoinnin edistämisen palvelut on osaltaan tukemassa lakimuutokseen liittyvässä neuvonnassa ja tiedotuksessa yllä olevista asioista.

Ammattilaisten osaamisen lisääminen

Päihdehaittojen ehkäisyn menetelmät osaksi ammattilaisten perus- ja täydennyskoulutusta:

Edistetään ammattilaisten osaamista liittyen tunnistamiseen, puheeksiottoon ja varhaiseen tukeen. Varmistetaan, että työntekijät osaavat hyödyntää tarjolla olevia ehkäisevän päihdetyön materiaaleja ja koulutuksia oman työnsä tueksi.

TOIMENPITEET:

Henkilökunnan osaamisen arviointi:

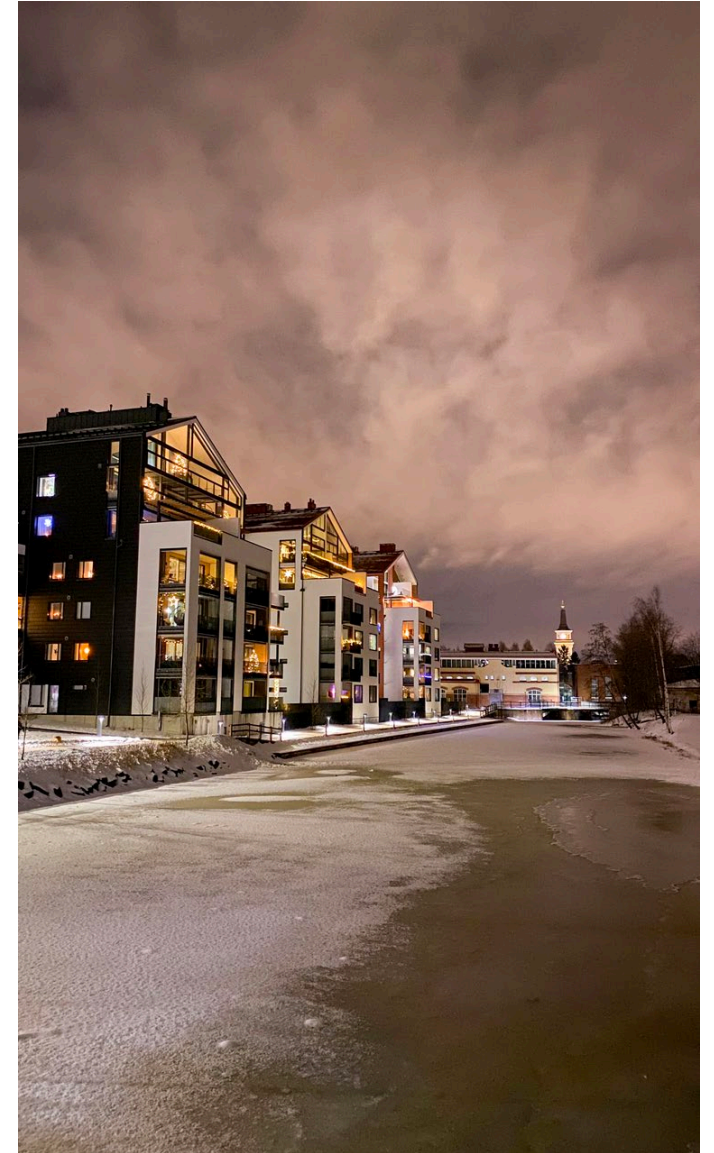
- Järjestetään vuosittain yhteistä koulusta koko ehkäisevän päihdetyön verkostolle sekä eri ammattiryhmille kohdennettua koulutusta
- Järjestetään koulutusta erityisesti rahapelihaitoista ja huumausaineista ja niiden käytön trendeistä sekä osallistutaan tarvittaessa muiden järjestämiin koulutuksiin.
- Luodaan yhteistyökäytännöt muiden viranomaisten (Avi, Pohde), kansallisten toimijoiden ja järjestöjen kanssa

Pohteen rooli ehkäisevässä päihdetyössä täsmentyy vuoden 2023 lopussa tai alkuvuodesta 2024.



Yhdyspintakehittämisen erityisen tärkeä kehittämiskohde eri viranomaisten ja muiden toimijoiden kanssa:

Varmistetaan, että [WHO:n huumeiden käytön ehkäisy standardit – THL](#) pohjalta luodaan toimintamalli huumeiden käytön ehkäisyyn Ouluun yhdessä Pohteen ja muiden toimijoiden kanssa.





OULU