



Pohde

Pohjois-Pohjanmaan
hyvinvointialue

Ehkäisevä päihdetyö Pohteella

Sirpa Hyyrönmäki

Alueellinen osallisuus-, yhdyspinta- ja hyvinvointikoordinaattori

Ehkäisevän päihdetyön koordinaattori

Sisällys

- Laki ehkäisevästä päihdetyöstä
- Ehkäisevän päihdetyön suunnitelma 2024-2025
- Ehkäisevän päihdetyön rakenne
- Päihteidenkäytön ja rahapelaamisen puheeksiotto ja mini-interventio – Pohteen malli
- Päihde- ja rahapelihaittoja ehkäisevän avun ja tuen kartta
- Päihdetilannekysely maaliskuussa 2025
- EU-hanke tupakka- ja nikotiinivieroituksen kehittämisen tueksi
- Ehkäisevä päihdetyö osana hyvinvointikertomuksen valmistelua

Laki ehkäisevästä päihdetyöstä

Sosiaali- ja terveysministeriö (STM)	Johtaa ehkäisevää päihdetyötä kansallisella tasolla		
Terveyden ja hyvinvoinnin laitos (THL)	Ohjaa ja kehittää ehkäisevää päihdetyötä yhteistyössä muiden viranomaisten kanssa		
Aluehallintovirasto (AVI)	Ohjaa toimialueensa ehkäisevää päihdetyötä Suunnittelee ja kehittää sitä yhteistyössä muiden viranomaisten ja yhteisöjen kanssa sekä Tukee toimialueensa kuntia ja hyvinvointialueita ehkäisevän päihdetyön toteutumisessa ja kehittämisessä		
Kunta	Huolehtii ehkäisevän päihdetyön organisoinnista alueellaan ja Nimeää ehkäisevän päihdetyön tehtävistä vastaavan toimielimen	Hyvinvointialue	Tukee alueensa kuntia ehkäisevän päihdetyön toteuttamisessa ja kehittämisessä ja Huolehtii ehkäisevän päihdetyön tehtävistä sosiaali- ja terveydenhuollon palveluissa

Kunnan toimielimen ja hyvinvointialueen ehkäisevän päihdetyön tehtäviä ovat:	
<p>Päihdeolojen seuranta ja niistä tiedottaminen Tiedon tarjoaminen väestölle ja yksityisille henkilöille Ehkäisevän päihdetyön osaamisen vahvistaminen Ehkäisevän päihdetyön toteuttaminen</p>	<p>Toimien yhteensovittaminen yhteistyössä kunnan, hyvinvointialueen, viranomaisten, elinkeinoelämän ja yhteisöjen kanssa Asukkaisen osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuuksien edistäminen päihteiden aiheuttaminen haittojen vähentämiseksi</p>

Ehkäisevän päihdetyön suunnitelma 2024-2025



= Hyvinvointialueen Hyte-kertoimeen vaikuttavaa toimintaa

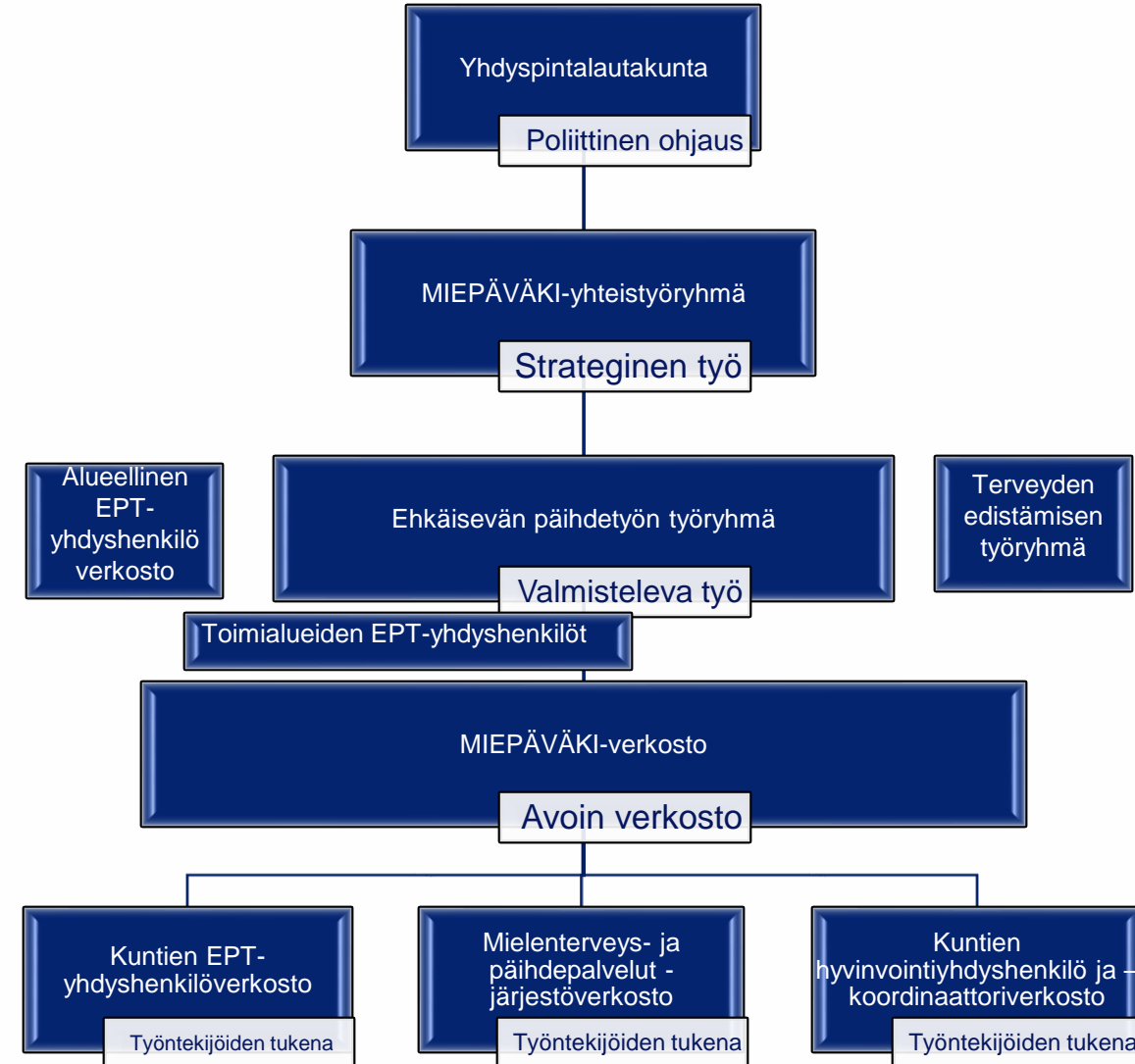
Mitä teemme?	Miten teemme?	Kuka tekee?	Miten arvioidaan?
Vahvistamme ja luomme toimivat ehkäisevän päihdetyön rakenteet	<ul style="list-style-type: none"> Pohteelle nimeämme ehkäisevän päihdetyön sisäisen asiantuntijatiimin Pohteella lisäämme työaikaresurssia ehkäisevään päihdetyöhön Kunnat nimeävät ehkäisevän päihdetyön tehtävistä vastaavan toimielimen (lakisääteinen) Selvitämme kuntien ehkäisevän päihdetyön vastinparit ja työaikaresurssit Selvitämme kunnan/kuntien päihdetyön monialaiset työryhmät Tarkennamme MiePäVäki-yhteistyöryhmän ja -verkoston roolit ja tehtävät ehkäisevän päihdetyön osalta Toteutamme Tupakaton sosiaali- ja terveydenhuolto -auditoinnin 	Pohde, kunnat, järjestöt, Aluehallintovirasto	<ul style="list-style-type: none"> Pohteen sisäinen asiantuntijatiimi on nimetty; kyllä/ei Pohteen työaikaresurssit; htv Kunnat ovat nimenneet ehkäisevän päihdetyön tehtävistä vastaavan toimielimen; kyllä/ei Kuntien vastinparit ja työaikaresurssit; lukumäärä, työaika ehkäisevälle päihdetyölle Kunnan/kuntien monialaiset työryhmät; lukumäärä, kokoonpano MiePäVäki-yhteistyöryhmän ja -verkoston roolit ja tehtävät on tarkennettu; kokousmuistiot Tupakaton sosiaali- ja terveydenhuolto -auditointi on toteutettu; kyllä/ei
Tunnistamme päihde- ja rahapelaamisen ilmiöitä ja reagoimme ilmiöihin	<ul style="list-style-type: none"> MiePäVäki-verkoston jäsenet viestivät paikallisista / alueellisista päihde- ja rahapelaamisen ilmiöistä ja toimenpiteistä toisilleen Keräämme asukkailta kokemustietoa 	Pohde, kunnat, järjestöt, oppilaitokset, asukkaat ja muut toimijat	<ul style="list-style-type: none"> Ilmiöt; kuvaus ilmiöistä, keskustelut, toimenpiteet esim. ilmiötyöpajat, koulutukset, viestintä Asukkaiden kokemustieto: asukas-/asiakasosallisuus tilaisuudet, päihdetilannekysely, Minun arkeni ja elämäni -kysely
Vahvistamme ja ylläpidämme päättäjien ja ammattilaisten ehkäisevän päihdetyön osaamista eri ikäryhmät ja läheiset sekä riskiryhmät huomioiden	<ul style="list-style-type: none"> Järjestämme ehkäisevän päihdetyön yhdyshenkilöille väh. 2x/v yhdyshenkilöpäivät Järjestämme koulutusta päättäjille, yhdyshenkilöille ja ammattilaisille Kokoamme ammattilaisille materiaaleja ja työkaluja ehkäisevän päihdetyön tueksi Kirjaamme ehkäisevän päihdetyön osaksi perehdytysohjelmia 	Pohde, kunnat, järjestöt, oppilaitokset, Aluehallintovirasto	<ul style="list-style-type: none"> Yhdyshenkilöpäivät; kpl, osallistujien lukumäärä, palautekyselyt Koulutukset; kpl, osallistujien lukumäärä, palautekyselyt Ammattilaisille on koottu materiaalipankki; kyllä/ei Ehkäisevä päihdetyö on kirjattu perehdytysohjelmiin; kyllä/ei
Tuemme asukkaita päihteettömyydessä ja rahapelaamattomuudessa sekä edistämme puheeksiottoa	<ul style="list-style-type: none"> Käytämme kaikessa ehkäisevässä päihdetyössä vaikuttavia menetelmiä Viestimme haitoista, riskeistä ja niiden ehkäisemisen keinoista eri kohderyhmät huomioiden Kokoamme asukkaille materiaaleja ja itsehoito-ohjelmia sekä digitaalisen neuvonnan ja ajanvarauksen palveluita sähköiselle alustalle Ohjaamme apua ja tukea tarvitsevat tuen ja hoidon piiriin 	Pohde, kunnat, järjestöt, oppilaitokset	<ul style="list-style-type: none"> Ehkäisevän päihdetyön vaikuttavat menetelmät; kuvaus menetelmistä Viestintää on toteutettu viestintäsuunnitelman mukaisesti; kyllä/ei Asukkaille on koottu materiaalit ja palvelut sähköiselle alustalle; kyllä/ei Ohjaus päihdepalveluihin on kuvattu; kyllä/ei
Asukkaat saavat varhaista tukea haitalliseen ja riskitason päihteiden käyttöön sekä rahapelaamiseen	<ul style="list-style-type: none"> Vakiinnutamme päihteiden käytön ja rahapelaamisen puheeksiotto ja mini-interventio –Pohteen mallin sote-palveluissa (teemakuukaudet tammi-, touko- ja syyskuu) Edistämme Pohteen Pilke-toiminnan laajentumista koko Pohteen alueelle (ryhmämuotoista toimintaa iäkkäille päihdekuntoutujille) (tarkentuu myöhemmin) Kehitämme päihde- ja rahapelihaittoja ehkäisevän tuen polun yhdessä asiakkaiden, kokemusasiantuntijoiden ja ammattilaisten kanssa 	Pohde	<ul style="list-style-type: none"> Päihteiden käytön ja rahapelaamisen puheeksi otto ja mini-interventio; järjestetyt koulutukset kpl, toteutetut toimenpiteet IHA-koodit IHA 10, 13, 14, 21, 29 ja palautekyselyt Pilke-toiminta; koulutetut ohjaajat, ryhmät kpl, osallistuja lukumäärä Päihdehaittoja ehkäisevän tuen polku on kehitetty; kyllä/ei



Tavoitetila: Ehkäisevän päihdetyön rakenne

- o Yhdyspintalautakunta / poliittinen ohjaus
 - o Valmistelelee aluehallituksen ja aluevaltuuston päätettäväksi hyvinvointikertomuksen ja –suunnitelman (sis. EPT-suunnitelman) ja edistää asukkaan osallisuus ja vaikuttamismahdollisuuksia.
 - o Ehkäisevän mielenterveys-, päihde- ja lähisuhdeväkivaltatyön yhteistyöryhmä (MiePäVäki-yhteistyöryhmä) / raportoi yhdyspintalautakunnalle x4/v, pj Niko Borén
 - o Edistää ja tukee teeman ehkäisyn valmistelua, toteutusta ja koordinoitua sekä osallistuu teeman näkökulmasta hyvinvointikertomuksen ja -suunnitelman valmisteluun ja hyvinvointisuunnitelman toimeenpanoon ja arviointiin.
 - o Ehkäisevän päihdetyön työryhmä
 - o Osallistuu ehkäisevän päihdetyön suunnitelman ja kertomuksen valmisteluun, toimeenpanoon, seurantaan ja arviointiin.
 - o Ehkäisevän mielenterveys-, päihde- ja lähisuhdeväkivaltatyön verkosto (MiePäVäki-verkosto) / kaikille avoin keskustelufoorumi, n. 3kk:n välein
 - o Toimii yhteisenä keskustelufoorumina, aktivoiden yhteistyöhön ja -kehittämiseen eri yhdyspintojen välillä.
 - o Kuntien ehkäisevän päihdetyön yhdyshenkilöt (Kuntien EPT-yhdyshenkilöverkosto)
 - o Yhdyshenkilöt koordinoivat ehkäisevää päihdetyötä alueen kunnissa.
 - o Mielenterveys- ja päihdepalvelut –järjestöverkosto
 - o Verkosto on avoin järjestöille ja seurakunnille sekä Pohteen työntekijöille. Verkostossa sovitaan yhteistyöstä.
 - o Kuntien hyvinvointiyhdyshenkilö ja –koordinaattoriverkosto
 - o Huomioivat ehkäisevän päihdetyön osana kunnan hyte-työtä.
- 5
- o Terveysten edistämisen työryhmä – sairaaloissa tehtävä ehkäisevä päihdetyö
 - o Alueellinen EPT-yhdyshenkilöverkosto

Luonnos





Pohde

Pohjois-Pohjanmaan
hyvinvointialue

Päihteidenkäytön ja rahapelaamisen puheeksiotto ja mini-interventio – Pohteen malli

Tarkoitus

- Puheeksiottaminen ja mini-interventio eli lyhytneuvonta, on osa laajempaa valtakunnallista ehkäisevän päihdetyön kokonaisuutta
 - Tavoitteena saada riskitasoinen päihteidenkäyttö ja rahapelaaminen kiinni mahdollisimman varhaisessa vaiheessa
 - Pyritään ehkäisemään ja vähentämään päihteiden käytön ja rahapelaamisen aiheuttamia haittoja
 - **tutkitusti vaikuttavaa, kun riskikäyttöön puututaan hyvissä ajoin**
- Pohteella tavoitteena on, että sote-palveluissa otetaan päihteiden käyttö ja rahapelaaminen systemaattisesti puheeksi
 - Säännölliset henkilöstön koulutukset
 - Puheeksioton teemakuukaudet tammikuu, toukokuu ja syyskuu

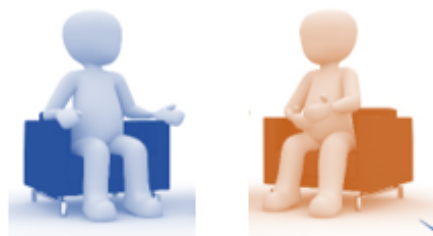


Ei huolta

Kummallakaan osapuolella ei herää huolta tilanteesta. Ei jatkoja.



Seurantakäynti



Tarvittaessa vielä uusi käynti samalla työntekijällä tai ohjaus päihde- ja riippuvuuspalveluihin



Tilanteesta huoli asiakkaalla / potilaalla tai työntekijällä

- Mini-interventio: Ohjausta ja neuvontaa
- Tarvittaessa yhteys myös sosiaalipalveluihin ja tukea koko perheelle



Asiakas / potilas
-missä tahansa
Sote-palvelussa



Työntekijä kartoittaa

päihteidenkäytön ja rahapelaamisen tilanteen

Tarvittaessa hoito päihde- ja riippuvuuspalveluissa tai yhteisasiakkuus



Tarvittaessa ohjaus omahoito-ohjelmiin tai kolmannen sektorin palveluihin

- Määritellyissä tilanteissa päihteidenkäyttö ja rahapelaaminen kartoitetaan aina
- Teemakuukausien aikana kartoitus tehdään kaikille asiakkaille ja potilaille

Valtio kannustaa rahan avulla hyvinvointialueita panostamaan asukkaiden hyvinvointiin

Hyvinvointialueiden HYTE-kerroin

Prosessi-indikaattorit

- 1) Lastenneuvolan terveystarkastukset
- 2) Kouluterveydenhuollon terveystarkastukset
- 3) Elintapaneuvonta tyypin 2 diabetesriskissä oleville
- 4) Koulukuraattori-resurssi
- 5) Koulupsykologiresurssi
- 6) MPR-rokotuskattavuus
- 7) Alkoholinkäytön mini-interventio
- 8) Työttömien terveystarkastukset

Tulosindikaattorit

- 1) Vammojen ja myrkytysten johdosta aiheutuvat hoitajaksot
- 2) Lonkkamurtumat yli 65-vuotiailla
- 3) NEET-nuoret
- 4) Toimeentulotukea pitkäaikaisesti saavat
- 5) Mielensterveyshäiriöiden vuoksi työkyvyttömyyseläkettä saavat

-> Edellyttää, että puheeksiotto ja mini-interventio kirjataan rakenteisesti!



Pohde

Pohjois-Pohjanmaan
hyvinvointialue

Päihde- ja rahapelihaittoja ehkäisevän avun ja tuen kartta

Käynnissä esivalmistelu



- Tiimi kokoontunut kevättalvesta 2024 lähtien
- Tiimi tehnyt hv-suunnitelman mukaisesti:
 - Tunnistanut asukkaiden **tyypillisimmät elämäntapahtumat ja -tilanteet**, joissa on otollisin hetki ennaltaehkäisylle ja hyvinvoinnin edistämiseksi
 - Tunnistaa asukkaan tarvitsemaa **apua ja tukea ja niitä tarjoavia toimijoita**
 - (Tunnistaa **vaikuttavia käytänteitä**)
 - Tekee alustavaa luonnosta toimijoiden **rooleista, vastuista, tehtävistä, yhteisistä käytännöistä ja yhteistyöstä**
 - Pohtinut, millainen asukkaille tarkoitetun **avun ja tuen ”kartan”** tulisi olla
- Pohjois-Pohjanmaan hyvinvoinnin edistämisen palvelutarjottimen kehittäjiä mukana tiimissä

Ehkäisevän päihdetyön yhdyspinnat

Ehkäisevän päihdetyön tavoitteena on ehkäistä ja vähentää päihteiden käytön tai ongelmallisen rahapelaamisen aiheuttamia haittoja yksilölle, heidän lähipiirilleen ja laajemmin yhteiskunnalle.

LÄHI-YHTEISÖ	KUNTA	HYVINVOINTIALUE	HALLINTO- JA TUKIPALVELUT	KUMPPANIT		
<p>ASUKAS, PERHE, LAHIPIIRI, YMPÄRISTÖ</p> <ul style="list-style-type: none"> Lapsen kasvu- ja kehityksen, tunne- vuorovaikutus- ja ongelmaratkaisutaitojen tukeminen. Vanhemmuiden tuki. Lapset puheeksi -menetelmä. Ryhmä- ja vertaistoiminnan järjestäminen. Päihde-, peli- ja mediakasvatus. Vanhempainillat. Omanhoito-ohjelmat ja auttavat tahot esillä. Kirjallinen toimintamalli akuuttiin päihneiden käyttilänteeseen puuttumiseen. Huolen puheeksiotto vanhemman ongelmallisesta päihteenkäytöstä. Kannustus tuen ja avun piiriin Neuvolayhteistyö/ lastensuojelu. Lapsen tukeminen kun perheessä päihdeongelma. Lapsen tukeminen kun perheessä päihdeongelma. Lapsen- ja nuoren huomiointi, kun vanhemmalla mielenterveys- tai päihdeongelma. Nuorisotyö Kohtaamis- paikkatoiminta Inhimillinen kohtaaminen ja huolenpito. Mielekkäis toiminta. Yhteisöllisyys. Päihde- ja media- ja pelikasvatus. Huoli puheeksi ja kannustus hakea tukea ja hoitoa. Huoli-ilmoitus. Tekniset palvelut Turvallisen, viihtyisän ympäristön luominen (mm. valaistus, kulureitit, siisteys) Päihde- ja media- ja pelikasvatus. Mielekkäiseen tekemiseen kannustavat ympäristöt 	<p>VARHAISKASVATUS</p> <ul style="list-style-type: none"> Lapsen kasvu- ja kehityksen, tunne- vuorovaikutus- ja ongelmaratkaisutaitojen tukeminen. Vanhemmuiden tuki. Lapset puheeksi -menetelmä. Ryhmä- ja vertaistoiminnan järjestäminen. Päihde-, peli- ja mediakasvatus. Vanhempainillat. Omanhoito-ohjelmat ja auttavat tahot esillä. Kirjallinen toimintamalli akuuttiin päihneiden käyttilänteeseen puuttumiseen. Huolen puheeksiotto vanhemman ongelmallisesta päihteenkäytöstä. Kannustus tuen ja avun piiriin Neuvolayhteistyö/ lastensuojelu. Lapsen tukeminen kun perheessä päihdeongelma. Lapsen- ja nuoren huomiointi, kun vanhemmalla mielenterveys- tai päihdeongelma. Nuorisotyö Kohtaamis- paikkatoiminta Inhimillinen kohtaaminen ja huolenpito. Mielekkäis toiminta. Yhteisöllisyys. Päihde- ja media- ja pelikasvatus. Huoli puheeksi ja kannustus hakea tukea ja hoitoa. Huoli-ilmoitus. Tekniset palvelut Turvallisen, viihtyisän ympäristön luominen (mm. valaistus, kulureitit, siisteys) Päihde- ja media- ja pelikasvatus. Mielekkäiseen tekemiseen kannustavat ympäristöt 	<p>PERUSTASON SOSIAALI- JA TERVEYDENHUOLTO, TYÖTERVEYSHUOLTO</p> <ul style="list-style-type: none"> Nikotiinin sote-toimintamalli. Päihdetien ja rahapelaamisen puheeksiotto, mini-interventio sekä kirjaaminen vastaanotolla. Omahoito-ohjelmat. Keskustelutuki/ hoitonojhaus. Kokemusasiantuntijan käyttö. Vertaistuki. Läheisten huomiointitilastensuojelu. Neuvola Lapsen terveellisen ja turvallisen kehityksen tuki. Vanhemmuuden ja parisuhteen tuki. Päihdetien käyttö raskaus-, vauva- ja pikkulapsivaiheessa (toimintamalli). Lapset puheeksi -keskustelu. Perhevalmennus- ja vanhemmuusryhmät. Puheeksiotto, kun huoli herää, mini-interventio, ja kirjaaminen. Tupaikka- ja nikotiinituotteista vieroituksen tuki. Ohjaus HAL- polille / neuvolan tuki jatkuu. Lastensuojelun tuki. Kumppanin tuen ja hoidon tarve. Lapsiperheiden perhettyö Lapsen terveellisen ja turvallisen kehityksen tuki. Vanhemmuuden ja parisuhteen tuki. Lapset puheeksi keskustelu. Päihde- ja media- ja pelikasvatus. Huoli puheeksi ja kannustus hakea tukea ja hoitoa. Huoli-ilmoitus. Ravitsemus-suunnittelu Päihdetien puheeksiotto osana elintapaohjausta, mini-interventio sekä kirjaaminen. Tietoa omahoito-ohjelmista. Ohjaus tuen ja avun piiriin. Ohjaus lisäavun piiriin. 	<p>LAPSIPERHEIDEN TERAPIA- JA KUNTOUTUSPALVELUT</p> <ul style="list-style-type: none"> Lapsen kehityksen tuki. Vanhemmuuden tuki. Tieto omahoito-ohjelmista ja auttavista tahista esillä. Päihdetien puheeksiotto, mini-interventio sekä kirjaaminen. Ohjaus tuen ja avun piiriin. Koulukuraattori ja -psykologi Asiantuntijuus koulun yhteisölliseen ja yksilökohtaiseen opiskeluhoitoon. Lapsen ja nuoren kehityksen, tunne- vuorovaikutus- ja ongelmaratkaisutaitojen tukeminen. Mielenterveystaitojen tuki. Huolen puheeksiotto ja yhteistyö vanhempien sekä sote- palveluiden kanssa. Hoitonojhaus. Lastensuojelun tuki. Koulunkäynnin ja opiskelun tuki hoidon aikana Psykososiaalinen tuki. Lasten- ja nuorten mielenterveys- ja päihdepalvelut Päihdetien puheeksiotto, mini-interventio sekä kirjaaminen (myös vanhemman). Hoitonojhaus. Lastensuojelun tuki. Psykososiaalinen tuki. Ravitsemus-suunnittelu Päihdetien puheeksiotto osana elintapaohjausta, mini-interventio sekä kirjaaminen. Tietoa omahoito-ohjelmista. Ohjaus tuen ja avun piiriin. Ohjaus lisäavun piiriin. 	<p>POLITTIINEN VIRKAMIESJOHTO KUNNASSA JA HYVINVOINTIALUEELLA</p> <ul style="list-style-type: none"> Osottaa EPT-yhdyksen resurssit. Kunnassa nimeää PT-vastuutahon, joka seuraa EPT:n toteutumista. HYTE- JA OSALLISUUS hyvinvointikoordinaattori/ EPT-yhdyshenkilö, monialainen ryhmä Valmisteleo asiat EPT-vastuutaholle. EPT-suunnitelman laatiminen / EPT-tavoitteiden ja toimepiteiden kuvaaminen hyvinvointikertomuksessa- ja suunnitelmassa, suunnitelman toimeenpanon edistäminen ja vaikuttavuuden arviointi. Ehkäisevän päihdetyön koordinaatio. Monialaisen työryhmän koordinaatio. EPT:n osaamisen varmistaminen kunnan eri toimialoilla sekä hyvinvointialueella. EPT:n monialainen yhteistyö, yhteistyö elinkeinon harjoittajien ja valvovien viranomaisien kanssa (Pakka-toiminta). VAIKUTTAMISTOIMIELIMET (osim. vanhus-, nuoriso- ja vammaisuusneuvostot) Kuntalaisten palautteet ja tarpeet. Lausunnot ja aloitteet. Päihdeviestintä omissa verkostoissa. HYTE-NEUVOTTELUKUNTA Johtaa ja ohjaa ehkäisevää päihdetyötä hyvinvointialueella. 	<p>YRITYKSET / ORGANISAATIOIT</p> <ul style="list-style-type: none"> Työhyvinvoinnin tukeminen. Tuki liikunta- tai vapaa-ajan palveluihin esim. liikuntaseteli. Päihde- ja media- ja pelikasvatus. Työpaikan päihde-ohjelma. Savuton työpaikka. Elinkeinoharjoittajien vastuullinen myynti ja anniskelu (Pakka-toiminta). JÄRJESTÖT, YHDISTYKSET JA SEURAKUNNAT Koulutustoiminta. Asiantuntijatoiminta. Kampanjat. Matalan kynnyksen toiminta. Vertaistoiminta. Kokemusasiantuntijastyö. Keskustelutuki ohjaus ja neuvonta. Ryhmätoiminta. APTEEKIT Koulutus ja asiantuntijatu. Tieto päihdetien vaikutuksesta / lääkkeit. Nikotiinivieroituslääkitys. Tiedotus mielenterveys- ja päihdepalveluista ja omahoito-ohjelmista. 	<p>OPPILAITOKSET</p> <ul style="list-style-type: none"> Hyvinvointia edistävät toimet yhdessä eri toimijoiden kanssa. POLIISI Ennaltaehkäivä toiminta. Yleinen turvallisuus. Päihdetien puheeksiotto osana elintapaohjausta, mini-interventio sekä kirjaaminen. Jatkohoitomahdollisuuksista tiedottaminen. MEDIA Turvallisuutta ja hyvinvointia tukeva positiivinen viestintä. Päihdeliikenne ja päihdehaittoista viestittäminen. Päihde- ja media- ja pelikasvatus. Työpaikan päihde-ohjelma. Savuton työpaikka. Elinkeinoharjoittajien vastuullinen myynti ja anniskelu (Pakka-toiminta). Pakka-toiminnan viestintä. OHJAAVAT JA VALVOVAT VIRANOMAISET mm. THL, AVI, Valvira Ohjaus ja tuki, tarvittaessa valvonta kunnassa ja hyvinvointialueella. Asiantuntijatu ja koulutus.

Pohjois-Savon Ehkäisevän päihdetyön yhdyspinnat toimii mallina

- Universaali toiminta
- Kohdennettu toiminta

Reittis kohti hyvinvointia –verkkosivusto

Reittis julkaistaan alkuvuodesta 2025

- Päihdehaittojen ehkäisy –sivu
- Peli- ja digiriippuvuus -sivu

Tiedon tuottajat

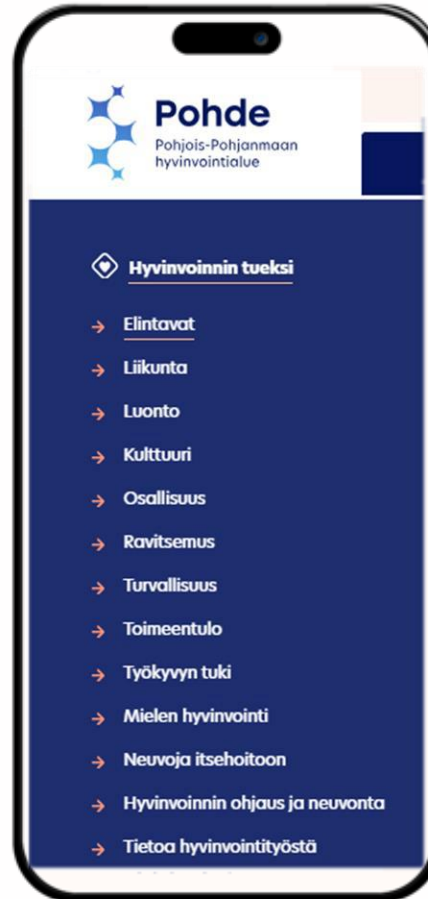


Pohde, kunnat ja järjestöt tai muut kolmannen sektorin toimijat

Hyvinvointialue, kunnat, järjestöt ja seurakunnat kuvaavat tarjoamansa hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen palvelut palvelutietovarantoon tai lähellä.fi -palveluun, joista tiedot ohjautuvat verkkopalveluun.

Lisäksi palveluun kootaan tutkimukseen perustuvaa tietoa, itse- ja omahoidon välineitä sekä kansallisia hyvinvointia edistäviä digitaalisia palveluita.

Reittis -verkkosivusto



Esittelee hyvinvointia ja terveyttä edistävää toimintaa.



Tarjoaa tietoa, ohjeita ja työkaluja omasta hyvinvoinnista huolehtimiseen.



Kokoaa hyvinvointia tukevat palvelut asukkaalle yhteen paikkaan helposti löydettäväksi **pohde.fi** –sivuston sisälle.

Tiedon hyödyntäjät



Käyttö itsenäisesti.

Käyttö yhdessä tai ohjatusti.



Tiedon etsiminen asiakkaalle.



Huomio!

Sivusto on kehitysvaiheessa, ja sen sisältö voi vielä muuttua. Voit antaa palautetta sivustosta täällä.

Uusimmat päivitykset löydät täältä.

Sulje

[Etusivu](#) > [Palvelumme](#) > [Reittis – Kohti hyvinvointia](#) > [Mielen hyvinvointi](#) > [Päihdehaittojen ehkäisy](#)

← [Palaa takaisin](#)

Suosikit (0)

Mielen hyvinvointi

Positiivisen mielenterveyden
vahvistaminen

Peli- ja digiriippuvuus

Tukea vanhemmuuteen

Tukea nuorille

Päihdehaittojen ehkäisy

Päihdehaittojen ehkäisy



Tietoa ja tukea päihdehaittoihin

Päihteidenkäyttö vaikuttaa merkittävästi terveyteen ja hyvinvointiin. Esimerkiksi alkoholin ja tupakan tiedetään olevan yhteydessä lukuisiin sairauksiin, kuten sydän- ja verisuonisairauksiin sekä syöpään. Päihteidenkäyttö voi aiheuttaa fyysisiä ja henkisiä haittoja sekä päihteitä käyttäville henkilöille että heidän lähipiirilleen.

Tältä sivulta löydät ohjeita, tietoa ja palveluita päihteidenkäyttöön, päihdeongelmiin ja päihdehaittoihin liittyen. Löydät tietoa päihteidenkäytön terveysvaikutuksista, riippuvuuden tunnistamisesta ja arvioimisesta, järjestöjen tarjoamasta tuesta ja toiminnasta sekä itsehoidon ohjeistusta ja opastusta.

Tutustu oppaisiin ja ohjeistuksiin ja tartu saatavilla olevaan apuun. Jo yksikin askel oikeaan suuntaan lisää hyvinvointiasi.

Mitä päihteidenkäytöstä tulee tietää?	▼
Millaisia terveysvaikutuksia päihteidenkäytöllä on?	▼
Huolettaako oma tai läheisen päihteidenkäyttö?	▼
Miten tunnistaa päihteiden riskikäyttö?	▼
Miten päihteidenkäyttö kannattaa ottaa puheeksi?	▼
Mistä saa tietoa ja itsehoidon ohjeistusta päihteidenkäyttöön liittyen?	▼



Pohde

Pohjois-Pohjanmaan
hyvinvointialue

Päihdetilannekysely maaliskuussa 2025

Päihdetilannekysely maaliskuussa 2025

- Päihdetilannekyselyllä kartoitetaan kunnan asukkaiden näkemyksiä alkoholista, tupakka- ja nikotiinituotteista, huumausaineista, ja rahapelaamisesta sekä niistä aiheutuvien haittojen ehkäisystä.
- THL tarjoaa valmiit kysymyspohjat, joita voi tarvittaessa muokata alueen tilanteeseen sopiviksi
 - 13–17-vuotiaiden kyselylomake
 - ≥18-vuotiaiden kyselylomake
- Kyselyn tuloksia voidaan hyödynnetään ehkäisevän päihdetyön kehittämisessä kunnissa ja alueella.
- Kyselyn ajankohta maaliskuu -25 (10.3.-23.3.2024)
- Kysely toteutetaan sähköisenä webropol-kyselynä
- Vastausaikaa on 2 viikkoa
- Pohde koordinoi kyselyn toteutuksen, ja kunnat vastaavat tiedonkeruusta omalla alueellaan.



Pohde

Pohjois-Pohjanmaan
hyvinvointialue

EU-hanke tupakka- ja nikotiinivieroituksen kehittämisen tukeksi

**EU4 Health –ohjelma
JA-PreventNCD –hanke
2024-2027**

Tupakka- ja nikotiinivieroituksen kehittäminen

Hankesuunnitelma Filha ry & Pohde – yhteistyö osana JA-PreventNCD-hanketta

- Keuhkoterveysjärjestö Filha ry on partnerina laajassa EU-hankkeessa (EU4Health), jossa Suomen kansallisessa JA-PreventNCD-hankeosioissa kehitetään sosiaali- ja terveydenhuollossa tapahtuvaa nikotiinivieroitusta sekä edistetään savuton/nikotiiniton työpaikka -toimintakäytäntöjä yhdessä hyvinvointialueiden kanssa.
- Hankkeen toiminta-aika on 2024–2027. Pohde toimii hankkeessa yhtenä pilotti-hyvinvointialueena.
- Tavoitteena on kehittää Pohteen nikotiinivieroituksen käytäntöjä yhteistyössä Filhan kanssa. Lisäksi hankkeessa edistetään Pohteen julistautumista savuttomaksi (nikotiinittomaksi) hyvinvointialueeksi.

Tavoitteet ja tehtävät

1. Alkukartoituskyselyn laatiminen ja toteuttaminen nikotiinivieroituksen nykytilanteesta Pohteella.
2. Nikotiinivieroituksen toimintamallin päivittäminen koko Pohteen alueella
3. Nikotiinivieroituksen toimintamallin sisällyttäminen kaikkiin keskeisiin hoitoketjuihin
4. Nikotiinivieroituksen yhdyshenkilöverkoston perustaminen
5. Sote-henkilöstön osaamisen lisääminen nikotiiniriippuvuuden tunnistamisessa ja hoidossa koulutuksen avulla
6. Tupakattomaksi/nikotiinittomaksi hyvinvointialueeksi julistautuminen Pohteella ja sen toimeenpano
7. Viestitään hankkeen etenemisestä ja tuloksista Pohteen Intrassa ja www-sivuilla ja järjestöverkostoissa sekä sosiaalisen median kanavissa.

Virtuaalinen vanhempainilta vapetuksesta ma 4.11. klo 17.30 – 18.30, tallenne

Asiantuntijapuheenvuorot

- Saija Himanka, asiantuntija, Ehyt ry
- Kaisa Pintamo-Kenttälä, vastuuyksikköpäällikkö, Pohde
- Tiia Maikkula-Moilanen, vastuuyksikköpäällikkö, Pohde
- Mikko Sjöberg, vanhempi rikoskonstaapeli, Oulun poliisilaitos / Raahen poliisiasema seudun ankkuritiimi

[Tallenteen löydät Pohteen tapahtumakalenterista.](#)

Miten keskustella lapsen tai nuoren kanssa vapestä? Vinkkejä puheeksiottoon.

- ❖ Ole kiinnostunut lapsesta tai nuoresta. Kysy, mitä hänelle kuuluu. Vietä aikaa hänen kanssaan. Tehkää yhdessä asioita, jotka tuottavat teille iloa.
- ❖ Näytä esimerkkiä. Pohdi, millaisen mallin lapsi tai nuori on kotoa saanut tupakan ja muiden nikotiinituotteiden käytöstä.
- ❖ Kysy lapselta tai nuorelta, mitä hän tietää vapestä ja muista nikotiinituotteista, miten hän suhtautuu niihin, mitä ne hänelle merkitsevät.
- ❖ Keskustelkaa siitä, miten ryhmäpaine vaikuttaa lapsen tai nuoren ajatuksiin. Voitte myös miettiä, miten tukisitte kaveriporukan vapettomuutta.
- ❖ Keskustelkaa avoimesti siitä, mitä hyviä ja huonoja puolia vapella ja muilla nikotiinituotteilla lapsen tai nuoren näkökulmasta on. Pyri ymmärtämään lapsen tai nuoren syitä käyttää vapea ja muita nikotiinituotteita.
- ❖ Kannusta lasta tai nuorta mukaan harrastuksiin ja luovaan toimintaan.
- ❖ Tue lapsen tai nuoren itsetuntoa. Muistuta, että vapestä ja muista nikotiinituotteista on aina lupa kieltäytyä, ja omien arvojen mukaan toimimisesta voi olla ylpeä. Koskaan ei tarvitse eikä kannata käyttää nikotiinituotteita vain siksi, että muutkin käyttävät.

Lisätietoa: [Tupakka- ja nikotiinituotteiden puheeksi ottaminen ja lopettamisen tukeminen](#)

Lähde: www.mielenterveystalo.fi, www.fressiedu.fi

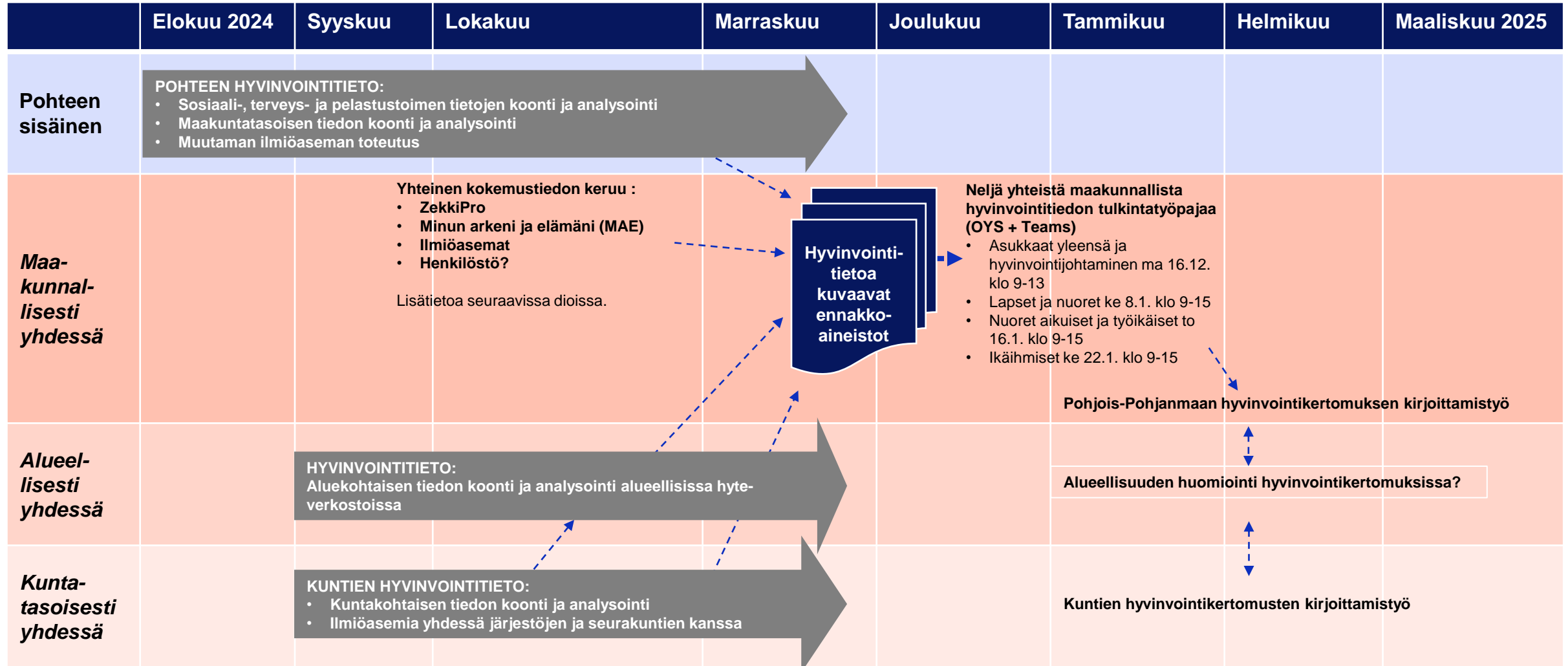


Pohde

Pohjois-Pohjanmaan
hyvinvointialue

Ehkäisevä päihdetyö osana hyvinvointikertomuksen valmistelu

Hyvinvointitiedon kertyminen ja jalostaminen johtopäätöksiksi ja ydinviesteiksi (versio 23.9.2024)





Kiitos!

Sirpa Hyyrönmäki

Alueellinen osallisuus-, yhdyspinta- ja
hyvinvointikoordinaattori
(Koillismaa, Oulunkaari, Lakeus)

Ehkäisevän päihdetyön koordinaattori

Pohjois-Pohjanmaan hyvinvointialue Pohde

040 505 7836

sirpa.hyyronmaki@pohde.fi

[Twitter](#) – [LinkedIn](#)