

## **Päihteiden (alkoholi, huumeet, tupakka, nuuska, sähkösavukkeet ja nikotiinipussit) käytön ehkäisemiseksi tehtyä työtä Lahdessa vuosina 2022 ja 2023.**

Ehkäisevä työ on osa hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistämistä, jota tehdään monella eri tasolla. Kunnan toiminnassa ehkäisevässä työssä keskitytään mahdollisuuksien luomiseen sekä ongelmien varhaiseen tunnistamiseen ja tukeen. Hyvinvointialueen toiminnan ehkäisevä työ kattaa näiden lisäksi myös riskien ja haittojen ehkäisyn sekä hoidon ja kuntoutuksen. Kolmas sektori on mukana noilla kaikilla tasoilla. Päijät-Hämeessä on vahva ehkäisevän työn seudullinen rakenne, joka tukee Lahdessa tehtävää työtä.

Lahdessa ja koko Päijät-Hämeessä tehdään tavoitteellista ehkäisevää työtä, jossa ei keskitytä pelkästään ehkäisemään päihteiden käyttöä, ja siitä seuraavia haittoja vaan asioita katsotaan laajemmin. Tämä tarkoittaa sitä, että päihde- ja rahapelihaittojen ehkäisyn lisäksi edistetään mielenterveyttä ja ehkäistään lähisuuhdeväkivaltaa. Kaikki nämä ilmiöt ovat monimutkaisia ja niihin liittyy häpeää sekä korkea avun hakemisen kynnyks. Ne esiintyvät usein saman aikaisesti tai peräkkäin ja ovat kietoutuneita toisiinsa. Ilmiöiltä löytyy samanlaisia suojaavia- ja riskitekijöitä. Näiden ilmiöiden sekä inhimilliset että yhteiskunnalliset kustannukset ovat korkeat.

[Ehkäisevän mielenterveys- ja päihdetyön toimintaohjelma 2022-2025](#) ohjaa Lahdessa tehtävää ehkäisevää työtä. Alla päihdekäyttöön liittyviä toimenpiteitä, joita on tehty vuosina 2022 ja 2023 tavoitteisiin pääsemiseksi.

## **Tavoite: Alkoholin riskikäyttö ja nikotiinituotteiden käyttö laskee vuoden 2019 tasosta**

[Pakka -toimintamallin](#) mukainen työ on aloitettu. Tarkoituksena on tukea alaikäisten raittiutta ja vaikuttaa asukkaiden asenteisiin alaikäisten juomisesta sekä parantaa ikärajalvontaa kehittämällä myyntipaikojen omavalvontaa, vastuullista myyntiä ja anniskelua.

Lahden moniammatillinen tarjontatyöryhmä, jossa toimivat elinkeinotoimijat, aluehallintovirasto, ympäristöterveydenhuolto, poliisi, Salpaus sekä ehkäisevä työ, kokoontuu säännöllisesti miettien ikärajalvontaan liittyviä toimenpiteitä.

Syksyllä 2022 tehtiin toisen kerran alkoholin ja tupakan ostokokeita yhteensä 285 koeostoa 85 vähittäismyyntipisteeseen. [Ostokokeiden tuloksista](#) tiedotettiin vähittäismyyntipisteille, joissa koeostoja tehtiin. Viestintä asukkaille ja median mukaan saaminen on iso osa Pakka-toimintamallin mukaista työtä. Ostokokeiden tuloksista oli uutinen Lahti.fi-sivuilla sekä Etelä-Suomen Sanomissa.

Syksyllä 2023 tehtiin kolmannen kerran ostokokeet. Nyt mukana olivat alkoholi, tupakka, nikotiinipussit ja raha-arvat. Ostokokeita tehtiin 78 vähittäismyyntipisteeseen, yhteensä 320 koeostoa. [Ostokokeiden tuloksista](#) oli juttu Lahti.fi-sivulla, Etelä Suomen Sanomissa sekä Ylellä. Yle uutisoi aiheesta haastattelun kera uutisissa.

Pakka- toimintaan liittyvä päihdetilannekysely toteutettiin kaikkialla Päijät-Hämeessä, sekä Myrskylässä ja Pukkilassa 5-25.9.22. Lahdessa vastanneiden määrä oli yhteensä 3380, joista täysi-ikäisiä oli 2333 ja alle 18-vuotiaita 1047. Päijät-Hämeessä oli ensimmäistä kertaa oma versio kyselystä alle 18-vuotiaille. [Päihdetilannekyselyn tulokset](#) ovat nähtävillä Lahti.fi-sivuilla. Päihdetilannekyselyn tulosten pohjalta järjestettiin huoltajille suunnattu Erätauko-keskustelu pääkirjastolla.

**Savuton ja nikotiinon työpaikka** ohjeet päivitettiin Intraan. Yhteistyöryhmässä päätettiin, että Lahti on savuttomuuden lisäksi myös nikotiinon työpaikka. Tästä tiedotettiin Intrassa, esihenkilökirjeessä sekä informoitiin työterveyshuoltoa.

## **Savuton Suomi viikon tapahtumia** elokuussa

- Vuonna 2022 Triossa oli pop-up-tilaisuus, jossa oli mukana erilaisia yhdistyksiä. Viikon aikana oli myös someviestintää ja mediatiedotusta mm. yleisöosastokirjoitus *Päätös, jota et kadu. Aina kannattaa lopettaa nikotiinutuotteiden käyttö.* Nuorisopalveluiden jalkautuva ehkäisevän työn työpari ja Walkers keräsivät nuorilta tsemppilauseita tupakoinnin lopettamisesta. Tsemppilauseet olivat viikon ajan esillä palvelutorilla.
- Vuonna 2023 järjestimme pop-up tilaisuuden Salpauksen keskustakampuksen opiskelijoille. Mukana oli eri yhdistyksiä ja kaupungin ehkäisevä työ sekä nuorisopalveluiden jalkautuva työpari. He keräsivät nuorilta noin 80 kpl tsemppilauseita tupakoinnin lopettamiseen liittyen. Viikon aikana myös somettamista ja yleisöosastokirjoitus, *Tupakointi vähenee, nikotiinutuotteiden kulutus nousee.* Se tehtiin yhteistyössä eri yhdistysten kanssa.

## **Valtakunnallinen ehkäisevän päihdetyön viikko**

- 7–13.11.22 Pääkirjastolla tapahtui: kokemuskirjasto, Pop-up, jossa oli paikalla päihde- ja mielenterveyskohtaamispaikkoja (7 eri toimijaa) sekä aiheeseen liittyvä kirjallisuusnäyttely koko viikon. Viikon aikana oli erilaista Some-viestintää.
- 6-12.11.23 Kokemuskirjasto ja kirjallisuusnäyttely pääkirjastolla. Some-viestintää.

[Lahti.fi-sivujen päihteet ja muut riippuvuudet](#) osiota on päivitetty ja markkinoitu aktiivisesti.

## **Jalkautuva ehkäisevä työ**

Monet eri toimijat jalkautuvat Lahdessa kaduille säännöllisesti useampana päivänä viikossa. Esimerkiksi nuorisopalveluiden jalkautuva työpari jalkautuu kaduille kolme kertaa viikossa ympärivuotisesti. Heillä oli vuonna 2023 nuorten kohtaamisia kaduilla, kauppakeskuksissa ja kouluilla yhteensä 4371. Myös Walkers ja Monon side ry jalkautuvat kaduille viikoittain. Isommalla moniammatillisella porukalla (Lahden kaupungin nuorisopalvelut, Lahden seurakuntayhtymä, poliisin Ankkuri- ja ennalta estävän toiminnan -ryhmät, Monon side ja Walkers Lahti) jalkautumisia tehdään esimerkiksi koulujen aloitus- ja päättöviikonloppuna, vappuna, yöttöviikon aikan ja muutenkin sellaisina aikoina, kun nuoret ovat sankoin joukoin liikkeellä tai Lahdessa on nuorison liikkeelle saava tapahtuma tai konsertti.

## **Ilmiöperusteinen vaikuttaminen peruskouluilla päihdeteemaan liittyen**

Jalkautuvan ehkäisevän työn työpari on käynyt pyydettäessä kouluilla keskustelemassa oppilaiden, henkilökunnan ja huoltajien kanssa ajankohtaisista aiheista.

- Mukkulan koulun pienryhmä
  - Salpausselän koulun jopoille päihdetunti x 2 Kirkkokadun neuvotteluhuoneessa.
  - Mukkulan koulun 7. luokkalaisille päihdetunnit EPT-viikolla (ehkäisevän päihdetyön viikko)
- Sähkötupakka eli vape:**
- Steinerkoulun 7–9 luokille sekä lukion 1. luokalle oppitunnit sähkötupakka-teemalla
  - Salpausselän koulun kolmelle kasiluokalle vape-tunnit terveystiedon tunnilla.
  - Kartanon koulun molemmissa toimipisteissä vape-tunnit kaikille 5. ja 6. luokkalaisille
  - Kivimaan koulun henkilökunnalle noin 30 minuutin vape-keskustelutilaisuus

## Viestintä

- **Instagramissa paljon viestintää mm:** Nuorille kohdennettuna Tipaton tammikuu ja sober curious (video), Savuton suomi -viikko (lyhytvideot), Yötivoli (usea toimija julkaissut), Ehkäisevän päihdetyönviikko (lääkkeiden väärinkäyttö, lyhytvideo)
- **Wilma**  
Oppilaille, huoltajille ja koulun henkilökunnalle on lähetetty aika ajoin tietoa ajankohtaisista ilmiöistä.
  - alaikäisten keskuudessa liikkuneesta virolaisesta viinasta. Samassa viestissä oli myös muista ilmiöistä (teräaseiden yleistyminen, merkkivaatteisiin liittyvät ryöstöt, väkivallan lisääntyminen). Nuorille suunnattu samansisältöinen videomateriaali Nuorisopalveluiden YouTube -tilillä, jonka linkki <https://youtu.be/N6x2BjG-Ht4> jaettu koulujen kautta.
  - sähkötupakasta (vapesta) peruskoulujen 4–9 luokan oppilaille, huoltajille sekä henkilökunnalle.
  - vuonna 2022 elokuussa viesti yläkoululaisten huoltajille Yötivolista ja siihen liittyvästä päihdekokeilujen riskistä.
  - vuonna 2023 viestiä 6.–9. luokkalaisten huoltajille Yötivoliin liittyen, sivuttu samalla teemoja päihteet ja väkivalta.
  - kesäviesti 6.–9. -luokkalaisille, heidän huoltajilleen ja kouluhenkilökunnalle. Viestin sisältöön liittyvä video löytyy Nuorisopalveluiden YouTube-tililtä. Linkki: <https://www.youtube.com/watch?v=soMMMRo8usI>. Videon teemat käsittelivät vapea ja katukaupan turvallisuutta, väkivaltaisuutta ja nuorisojengejä sekä päihteidenkäyttöä ja -kokeiluja.
- **Media**
  - eri mediat ovat kiinnostuneet päihdeteemoista ja julkaisseet niistä juttuja esim: Ikärajavaltovottavien tuotteiden ostokokeet, sähkötupakka, päihdeaiheinen vanhempainilta, Järkeä vai ei?, Kaikkien kaupunki-tapahtuma, yleisöosastokirjoitukset)

## Vanhempainillat

- Yhdellä koululla 8. luokkalaisten vanhempainilta, jossa jalkautuva nuorisotyö ja poliisi. kertomassa sekä keskustelemassa ajankohtaisista ilmiöistä nuorten vapaa-ajalla.
- Yhdellä koululla 7. luokkalaisten vanhempainilta, jossa jalkautuvan nuorisotyön oma Pop Up-piste. Teemoina nuuska, kannabis sekä nuoren turvallinen illanvietto.
- Kartanon koululla vape-keskustelutilaisuus huoltajille.
- Kariston koulun vanhempainiltaan keskustelemassa sähkötupakasta, energiajuomista ja K18 sovelluksista.
- Kärpäsen koulun toiminnallisen vanhempainillat x4. Teemoina mm. päihteet ja nuorten vapaa-ajan ilmiöt.
- Sitouttavan koulu yhteisö hankkeen seudulliset vanhempainillat hyvinvointiin mm. päihteisiin liittyvistä teemoista.

**Tavoite: Nuoret kokeilevat ja käyttävät huumeita vähemmän kuin vuonna 2019**

**Homebasen ja Lahden kaupungin kokemusasiantuntija** (21.10.2021-21.5.2022) on tehnyt yhteistyötä erityisesti jalkautuvan ehkäisevän päihdetyön työparin kanssa. Hän on ollut

mukana jalkautumassa, kouluilla ja Triplassa pienryhmissä sekä Salpauksessa kohtaamassa nuoria. Kokemusasiantuntija on osallistunut moniin verkostoihin ja esiintynyt seminaareissa.

## **Päihdekasvatustapahtumat 6- ja 8- luokkalaisille**

Tapahtumien päävastuussa on nuorisopalveluiden jalkautuvan ehkäisevän päihdetyön työpari mukana muita asiantuntijoita: Lahden kaupunginkirjasto, perusopetuksen opiskeluhoito (kuraattorit ja terveydenhoitajat), Lahden ensi- ja turvakodin väkivaltatyö, Lahden seurakuntien erityisnuorisotyö, Homepage, Walkers Lahti, Monon Side ry, Hämeen poliisi Ennalta estävä toiminta sekä nuorisopalveluilta Nuorisotiedotus ja Mediatoimiala

### Päihdeputki 6-luokkalaisille

- 21.3.-10.4.2022 Seppo-sovelluksella. Pelin suoritti yhteensä 46 ryhmää ja 893 osallistujaa.  
*Aiheena:* digi- ja rahapelaaminen, energijuomat, tupakkatuotteet, alkoholi ja huumausaineet.  
Päihdeputken vanhempainilta 30.3. Teamsissa.
- 27.3-6.4.23 rastikierrokseen osallistui 42 luokkaa, 750 oppilasta ja 72 koulujen henkilökuntaan kuuluvaa.

### Järkeä vai ei? 8.- luokkalaisille

- 21.-25.11.2022 tapahtumaan osallistui 35 luokkaa ja 632 oppilasta. *Aiheina:* Psykkinen hyvinvointi, kiristäminen ja kiusaaminen sosiaalisessa mediassa, nuorten toisiinsa kohdistama väkivalta sekä päihteidenkäyttö ja tunteiden kontrollointi.
- 13-17.11.23 tapahtumaan osallistui 31 luokkaa, 543 oppilasta ja 58 henkilökuntaan kuuluvaa. Teemat olivat samat kuin edellisenä vuonnakin. Järkeä vai ei? -tapahtuman suunnittelussa, toteutuksessa ja arvioinnissa oli mukana LAB-ammattikorkeakoulun sosionomiopiskelijoita

**Erilaisia koulujen järjestämiä päihdetapahtumia** on ollut monissa kouluissa esim. Nastolassa yläkoululaisille oli huumeista kertomassa Marko Jantunen.

**Päihdeteemainen Pop Up** -piste Salpauksessa talvella 2021–2022 Nuorisopalveluilta. Keskusteluja käytiin kohdennetusti aloilla, joissa korostuneempi huoli. Teemat teemana huumeiden käyttö eri näkökulmista.

## **Päihteisiin puuttumisen mallit perusopetuksessa ja lukiossa**

Päihteiden käyttöön puuttumisen toimintamallit on tehty lukiokoulutukseen ja päivitetty perusopetuksen kouluissa keväällä 2022. Uutena tehtiin ilmiöön puuttumisen malli perusopetukseen. Lahden mallit päivitettiin ja otettiin käyttöön koko Päijät-Hämeen hyvinvointialueella vuonna 2023.

## **Viestintä**

Lokakuussa Wilma-viesti 6.–9. luokkalaisten huoltajille ja perusopetuksen henkilökunnalle Ksalol -lääkkeistä (rauhottava lääke, suomessa kauppanimi Xanor) ja sähkötupakasta.

## **Vanhempainillat**

Kaupunkitasoinen ehkäisevän päihdetyön vanhempainilta, jossa oli mukana useita toimijoita. Vanhempainillassa oli paikalla yli 500 huoltajaa. Paikalla myös Yle TV sekä juttu Ylen sivuilla.

**Tavoite: Asiakastyössä olevan henkilökunnan osaaminen päihteistä ja niiden haitoista, rahapelihaitoista, lähisuhdeväkivallan ehkäisystä sekä edistävistä mielenterveydestä vahvistuu**

- 9.5.22 klo 12–16 Rohkeutta puheeksi ottoon- lähisuhdeväkivalta arjessamme (osallistui n.150 ammattilaista seudullisesti)
- 21.9.22 12–16 Ennakoiva talousneuvonta nuorten parissa tehtävän työn tukena oppilashuollon, Dominon ja etsivän nuorisotyön työntekijöille (osallistujia n.25)
- 10.10.22. Kriisistä kriisiin – miten vahvistaa nuorten mielen hyvinvointia? (THL, valtakunnallinen, Nuorisopalveluilta n. 20 osallistujaa)
- 24.11.22 Kohtaajana kriisitilanteissa -seminaari (Yhdessä Mielessä-hanke, osallistujia n. 200 seudullinen)
- 22.2.23 Ihmistä lähellä -päihdetilanne ja kohtaamisen paikat seminaari (osallistujia 140 seudullisesti) sekä 19 matalan kynnyksen ehkäisevän työn toimijaa paikalla näyttelyosastolla. Seminaari koottiin päihdetilannekyselystä nousseiden teemojen ympärille.
- 23.11.23 Vaikka elämä kolhii, mieli joustaa seminaari (osallistujia 220 paikan päällä ja n.180 streemin päässä). 26 matalan kynnyksen toimijaa paikalla näyttelyosastolla. Seminaarissa käsiteltiin traumainformoitua työtöitä.

**Varhaiskasvatuksessa, perusopetuksessa, lukiossa ja nuorisopalveluilla järjestettyjä koulutuksia:**

- Varhaiskasvatuksessa ja esiopetuksessa on järjestetty koulutusta kaikille varhaiskasvatusmuodoille ja henkilöstöryhmille. Tavoitteena on ollut kaikkien lasten osallisuuden vahvistaminen ja inklusiivisen toimintakulttuurin kehittäminen. Koulutuksen sisällöt ovat liittyneet mm. tunne- ja vuorovaikutustaitojen tukemiseen, sovittelevaan toimintakulttuuriin, leikkiympäristöjen kehittämiseen, moninaisuudesta ja vertaisryhmässä oppimiseen ja leikin ohjaamiseen.
- Varhaiskasvatuksen ja esiopetuksen henkilöstölle on järjestetty kertaus-/täydennyskoulutusta sekä käynnistävää koulutusta ristiriitatilanteiden ratkaisemiseksi ja sovittelevan toimintakulttuurin vahvistamiseksi MiniVerso -menetelmällä.
- Perusopetuksen henkilöstölle on järjestetty jatkuvuuden periaatteella dialogisuutta- ja kohtaamistaitoja vahvistavia koulutuksia kuten Resto –koulutus, nepsy ja tiimioppiminen. Yläkoulun opettajille järjestettiin yhteinen koulutuspäivä syksyllä 2022, jossa koulutetaan opettajat kohtaamaan erilaisia oppijoita nepsy-koulutuksen avulla.
- Perusopetuksessa on järjestetty sukupuolen ja seksuaalisuuden moninaisuuskoulutus
- Nuorisopalveluissa lisätään henkilöstön taitoja ja mahdollisuuksia yksinäisyyden tunnistamiseksi. Yksilötyötä tekevät työntekijät nuorten tukipalveluissa saavat koulutusta yksilölliseen yksinäisyystyöskentelyyn. Yhteisöllistä työtä tekevien Yksinäisyystyöskentely-koulutuksen tavoitteena on tunnistaa ryhmissä esiintyvä yksinäisyys ilmiönä ja varmistaa, että nuorisotyössä nuori tulee kohdatuksi ja läheltä löytyy turvallinen ja luotettava aikuinen, jonka puoleen voi kääntyä.
- Nuorisopalveluiden kaikki työntekijät ovat käyneet Mielenterveyden EA-koulutuksen.
- Sitouttava kouluyhteistyö -hankkeen aikana on järjestetty tarvelähtöisiä koulutuksia koulujen henkilökunnalle sekä yhteistyökumppaneille esim.
  - o Joustavat ja erityiset opetusjärjestelyt poissaolotilanteissa
  - o Ope luotsina – ryhmädynamiikan tukeminen luokassa
  - o Koulupoissaolot – yhteistyön avaimia” etsimässä.