



IRTI
BRYTNINGEN · HUUMETYÖN ERIKOISLEHTI 3/2022

TEEMANA NUORET JA HUUMEKOEILUT

Skeittausta
täysillä
s. 8

Keskustele
nuoren kanssa
päihteistä
s. 13

Nuoren
halua hoitoon
voi lisätä
s. 18

IRTI HUUMEISTA

-PUHELIN:

0800 980 66

ma-pe 9-15 & ma-to 18-21



8

Kansijuttu: Skeittausta täysillä – myös tukea ja terapiaa

Tampereen Vanhan kirkon kupeessa toimivalla Skeittitapulilla autetaan nuoria yhdessä olemisella ja aktiivisella tekemisellä.

Päätoimittaja
Mirka Vainikka,
toiminnanjohtaja

Toimitussihteeri
Birgitta Suorsa,
viestintäpäällikkö

Tekijät
Susanna Archer
Pietari Holma
Jani Laukkanen
Janita Maijanen
Karin Nynäs-Aspö
Maija Repo
Antti Yrjönen

Kustantaja
Irti Huumeista ry
Fredriksberginkatu 2
00240 Helsinki

Painopaikka
Grano, Helsinki

Julkaisun ilme ja taitto
Hahmo

Painosmäärä
1 600 kpl

Toimituskunta
Henri Grönholm
Janita Maijanen
Mira Reponen
Birgitta Suorsa
Mirka Vainikka
Ida Virta

Keskustoimisto
info@irtihuumeista.fi

Vapaaehtoistoiminta
Huume- ja läheistyönvastaava
Mira Reponen p. 050 371 3466
(opintovapaalla 30.9. saakka)
Janita Maijanen p. 050 339 5283
Petra Müller p. 050 472 0372

Läheistyönkeskus
Fredriksberginkatu 2
p. 050 371 3466
tai 050 472 0372

Sähköposti
etunimi.sukunimi
@irtihuumeista.fi

Huumeiden erikoislehti
Taite ilmestyy neljä kertaa
vuodessa

Taite-lehti on Irti Huumeista ry:n jäsenetu.

Lehti ilmestyi 1985–1995
nimellä *Läheinen*
ja 1996–2014 nimellä *Irti*.

ISBN 2342-9232
(painettu)
ISSN 2342-9240
(verkkojulkaisu)

Kannen kuva
Maija Repo

#PÄÄKIRJOITUS

Alaikäisten päihdepalvelut ajan tasalle



Kuva: Jani Laukkanen

SUOMEN ENSIMMÄINEN lapsistrategia on saatu valmiiksi, mutta riittävää rahoitusta strategian mukaiselle työlle ei ole osoitettu. Lasten ja nuorten eriarvioisuus kasvaa tutkimusten mukaan edelleen. Lisäksi korona on luonut ison hoitovelan lasten ja nuorten ja heidän perheidensä terveyteen ja hyvinvointiin. Sen hoitamiseen on ohjattava riittävästi resursseja, jotta jokainen heistä saisi tarvitsemansa tuen ja hoidon. Meillä ei ole vara ajaa kokonaista ikäluokkaa syrjäytymisuhan alle, kuten kävi 1990-luvun laman jälkeen.

Jokainen lapsi ja nuori on arvokas sinällään. Meidän tulee huolehtia, että jokainen heistä tulee nähdyksi ja kuulluksi sekä pääsee tarvitessa hoidon piiriin. Tuore THL:n tilasto mielenterveysongelmien kasvusta viime vuosikymmenillä on karu. Kun ongelmiin puututaan varhain, vältetään niiden kasautuminen.

Positiivista on, että päihteettömien nuorten määrä on kasvussa ja sober-kulttuuri yleistyy. Valitettavaa on, että nuorten huumeiden käyttö ja huumekuolemat kasvavat. Päihteitä käyttävät nuoret käyttävät päihteitä entistä rankemmin, ja heidän mahdollisuuksiaan päästä päihdehoitoon on heikennetty 2000-luvun aikana. Ei voi olla niin, että huumeiden saanti on helpompaa kuin hoitoon pääsy.

Irti Huumeista ry:n havaintojen mukaan nuoret saattavat aloittaa huumeiden käytön edullisilla pillereillä, joiden sisältö jää hämäräksi. Taloudellinen kynnys huumekekeiluille ja huumeiden käytölle on liian matala. Meidän kaikkien aikuisten tulee pitää huolta, että henkinen kynnys huumekekeiluihin pysyy korkeana. Lapsille ja nuorille sekä heidän vanhemmilleen on tarjottava tukea, joissa ollaan aidosti kiinnostuneita hyvinvoinnista ja tuetaan päihteillä oireilevia lapsia ja nuoria pääsemään irti huumeista.

Tulevaisuus rakennetaan nyt. Pidetään huolta kalleimmistamme tulevaisuuden tekijöistä eli lapsista ja nuorista. Toimitaan yhdessä!

Mirka Vainikka, toiminnanjohtaja, Irti Huumeista ry

#LEDARE

Uppdatera tjänsterna för minderåriga missbrukare

FINLANDS FÖRSTA BARNSTRATEGI är färdigställd, men man har inte öronmärkt tillräcklig finansiering för det arbete strategin kräver. Utredningar visar att olikvärdigheten fortsätter att öka bland barn och ungdomar. Coronan har dessutom skapat en stor eftersläpning i vården när det gäller hälsa och välmående bland barn, ungdomar och deras familjer. Det här kräver att man styr tillräckliga resurser till vården för att alla barn och ungdomar samt deras familjer ska få det stöd och den vård de behöver. Vi har inte råd att utsätta hela årskullar för risken att marginaliseras, vilket skedde efter recessionen på 1990-talet.

Varje barn och varje ung människa är i sig värdefull. Vi måste sörja för att de alla blir sedda och hörda samt vid behov får vård. Institutet för hälsa och välfärd THL:s färska statistik är bister när det gäller ökningen av psykiska problem under de senaste årtiondena. Men när man ingripet tidigt kommer problemen inte åt att hoppa sig.

Det positiva är att mängden rusmedelsfria ungdomar ökar och sober-kulturen blir allt vanligare. Det tråkiga är att användningen av narkotika och de narkotikarelaterade dödsfallen bland ungdomar ökar. Drogmisbrukande ungdomar använder allt mera och allt tyngre droger, och under 2000-talet har deras möjligheter att få vård för sitt beroende försämrats. Det får inte vara så att det är lättare att få droger än att få vård.

Enligt Fri från Narkotika rf:s observationer börjar ungdomars drogbruk ofta med förmånliga piller vars innehåll är oklart. När det gäller att testa och använda narkotika är den ekonomiska tröskeln för låg. Alla vi vuxna bör se till att den mentala tröskeln hålls hög när det gäller att prova på narkotika. Barn och ungdomar samt deras föräldrar ska erbjudas stöd av personal som är sant intresserad av barns och ungdomars välmående, och som stöder barn och ungdomar att komma loss från drogerna.

Det är nu vi bygger för framtiden. Det gäller att ta väl hand om de dyrbaraste framtidslemlen, nämligen barnen och ungdomarna. Låt oss göra det tillsammans!

Mirka Vainikka, verksamhetsledare, Fri från narkotika rf

4

PULSSILLA

*Kutsu syyskokoukseen,
Huudikoutsit Espooseen,
uusi koulutusalue käytössä,
syksyn tapahtumia*

26

IH TOIMII

*Toivo-sovelluksessa Irti
Huumeista -vertaistukijat
tarjoavat tukea huumeisiin
menehtyneiden ja huumeita
käyttävien ja niistä toipuvien
läheisille.*

12

TERVEISET NUORUDESTA

Huumetyöntekijä Henrin kirje



KESKUSTELE NUOREN KANSSA PÄIHTEISTÄ

*Nuoren kanssa voidaan keskustella rakentavasti
ja asiallisesti huumeista, muistuttavat Petra Müller
ja Miia Hintzell.*



IRTI HUUMEISTA RY



THL:n YHTEISKUNNALLINEN TUOTO

TOIVO

Tue toimintaamme:

IBAN FI93 1555 3000 1121 60



irtihuumeista.fi/lahjoita



Irti Huumeista ry toimii

Kutsu syyskokoukseen

IRTI HUUMEISTA RY:N sääntömääräinen syyskokous pidetään 15.10.2022 klo 10.00 Orginal Sokos Hotel Triplassa, osallistuminen on mahdollista myös etänä (Teams).

Syyskokouksessa käsitellään yhdistyksen sääntöjen 10 §:n määräämät asiat.

Lisätietoja järjestökoordinaattori Ida Virta, p. 050 320 8947 tai ida.virta@irtihuumeista.fi.

Tervetuloa.

Irti Huumeista ry:n hallitus

Superviikonloppu 15.–16.10.

SYKSYN PÄÄTAPAHTUMA IRTI Huumeista -toimijoille, Superviikonloppu, pidetään 15.–16.10. Helsingissä.

Viikonlopun aikana seminaari huumehoidosta ja haittoja vähentävästä huumetyöstä, vuosikokous, ohjelmaa vapaaehtoisillemme sekä Tuskassa -valokuvanäyttelyn avajaiset.

Tule mukaan verkostoitumaan ja virkistymään. Linkki ilmoittautumislomakkeeseen tulee some-kanavillemme ja nettisivuillemme.

Lisätiedot janita.maijanen@irtihuumeista.fi



Huudikoutsit myös Espoossa

”HEI MISSÄ TE ootte ollut, teitä on odotettu!” Näin totesi huudikoutsien kohtaama henkilö Espoossa viime vuoden keväällä. Tänä kesällä avattiin huudikoutsien tukikohta Espooseen, Leppävaaraan, Lökkisepänkuja 4 A (esteetön kulku B-rapun kautta). Samoissa tiloissa toimii Sini-nauhasäätiön Espoon Illusia. Yhteishankkeelle on saatu kolmivuotinen STEA-rahoitus.

Ennen tätä Espoossa ei ollut lainkaan päiväkeskusta, jossa voivat asioida kaikki päihtymystilastaan huolimatta. ”Espoossa toimii tällä hetkellä vain yksi jalkautuvaa työtä tekevä työpari. Jalkautuvia vertaisia ei ole ollut laisinkaan. Huudikoutseilla on omaa kokemusta päihteiden käytöstä tai rikollisesta elämäntavasta irtaantumisesta, joten he pystyvät antamaan kohdattaville vertaistukea ja toimimaan esimerkkinä”, projektityöntekijä **Susanna Archer** sanoo.

Huudikoutsit haastatteluissa keväällä 2021 kohdattavien suurimpana toiveena oli saada tekemistä päiviin, ruoka-apua, tukea asunnon etsimiseen ja tietoa Espoon palveluista. Näitä tarpeita Espoon Illusia ja Huudikoutsit lähtevät täyttämään.

Huudikoutsitoiminta on ollut käynnissä Helsingissä vuodesta 2020.

#PULSSILLA

Kurssit verkossa: Uusi koulutus alustalla käytössä

IRTI HUUMEISTA RY:N uutta verkkokoulutus alustaa voivat käyttää vapaaehtoisemme, jäsenemme ja työelämäyhteistyötahot.

Koulutus alusta on selkeä ja helppokäyttöinen. Se soveltuu myös mobiilikäyttöön, ja saavutettavuus on varmistettu. Alusta mahdollistaa mm. myös live-koulutukset, asiantuntijapuheenvuorojen pitämisen, vuorovaikutukselliset tehtävät sekä vertaisarvioinnit.

Tällä hetkellä koulutus alustalla on vapaaehtoisten peruskoulutuksen lisäksi teemakoulutukset riippuvuudesta ja toipumisesta, huumausaineiden tunnistamisesta sekä kriisistä.

Kursseja voi suorittaa joustavasti, koska oma eteneminen ja suoritukset tallentuvat alustalle. Alustalla voi perehtyä koulutus materiaaleihin ja palata tarpeelliseksi katsomaansa teemaan. Oppimispolkujen avulla osaamista voi kehittää myös pidemmällä aikavälillä.

Vapaaehtoisilta on tullut positiivista palautetta koulutus alustan toimivuudesta ja käyttäjäystävällisyydestä.



Tuskassa-näyttelyn tavoitteena on tehdä näkyväksi huumeiden käyttäjien ja heidän läheistensä hätää sekä herättää yhteiskunnan tietoisuutta tähän liittyvän avun tarpeesta.

Näyttely on osa Johanna Karsen KATSO IHMINEN® -näyttelykonseptia, joka nostaa esiin tärkeitä, yhteiskunnan marginaaliin jääneitä ihmisiä ja ilmiöitä. Näyttelyn suojelijana toimii pohjoismaisen yhteistyön ja tasa-arvon ministeri Thomas Blomqvist.

johannakare.com



IRTI HUUMEISTA RY

Asunnottomien yö 17.10.

ASUNNOTTOMIEN YÖTÄ VIETETÄÄN jo 20.kertaa YK:n köyhyyden ja syrjäytymisen vastaisena päivänä 17. lokakuuta. Helsingissä kokoonnutaan Eduskuntataloa vastapäätä.

Tällä kertaa teemana on Tulevaisuus ilman asunnottomuutta. Asumisen rahoitus- ja kehittämiskeskuksen ARA:n viimeisimmän tilaston mukaan Suomessa on 3 948 ihmistä vailla vakinaista asuntoa. Ulkona, rappukäytävissä ja ensisuoissa yöpyy yhteensä 655 ihmistä.

Lisää tapahtumasta asunnottomienyö.fi

Huumeisiin kuolleita muistetaan marraskuussa

HELSINGISSÄ HUUMEISIIN KUOLLEIDEN muistotilaisuus järjestetään 8. marraskuuta Vanhassa kirkossa klo 18 alkaen.

Tiedot muiden paikkakuntien muistotilaisuuksista löytyvät vaiettumenetys.fi > Muistotilaisuudet. Oman paikkakunnan tilaisuuden voi ilmoittaa nettilomakkeella. Sivulla on myös materiaaleja tilaisuuden järjestämiseksi.

Viime vuonna huumeisiin ja päihteisiin menehtyneiden muistotilaisuus järjestettiin pyhäinpäivän tienoilla yli 20 paikkakunnalla.

Ihmisarvoista elämää -seminaarit 20.10. ja 10.11.

20.10. IHMISARVOISTA ELÄMÄÄ – Kohtaamisia työelämässä -seminaarissa keskustellaan mm. päihteitä käyttävien tukemisesta työterveydenhuollossa sekä siitä, mitä työelämässä voidaan tehdä huumeekysymyksen ratkaisemiseksi. Seminaari järjestetään yhteistyössä Ammattiliitto Pron kanssa. Etäosallistuminen mahdollista, ennakoilmoittautuminen pakollista.

10.11. Ihmisarvoista Elämää – Huumekuolema läheisen kokemana -seminaarissa Helsingin kirjastotalo Oodissa puhuu mm. huumeisiin kuolleen vanhempi. Poliisi kertoo, millaista on, kun huumeisiin kuolleen läheisen lähin omainen on viranomainen. Tilaisuuteen on vapaa pääsy.

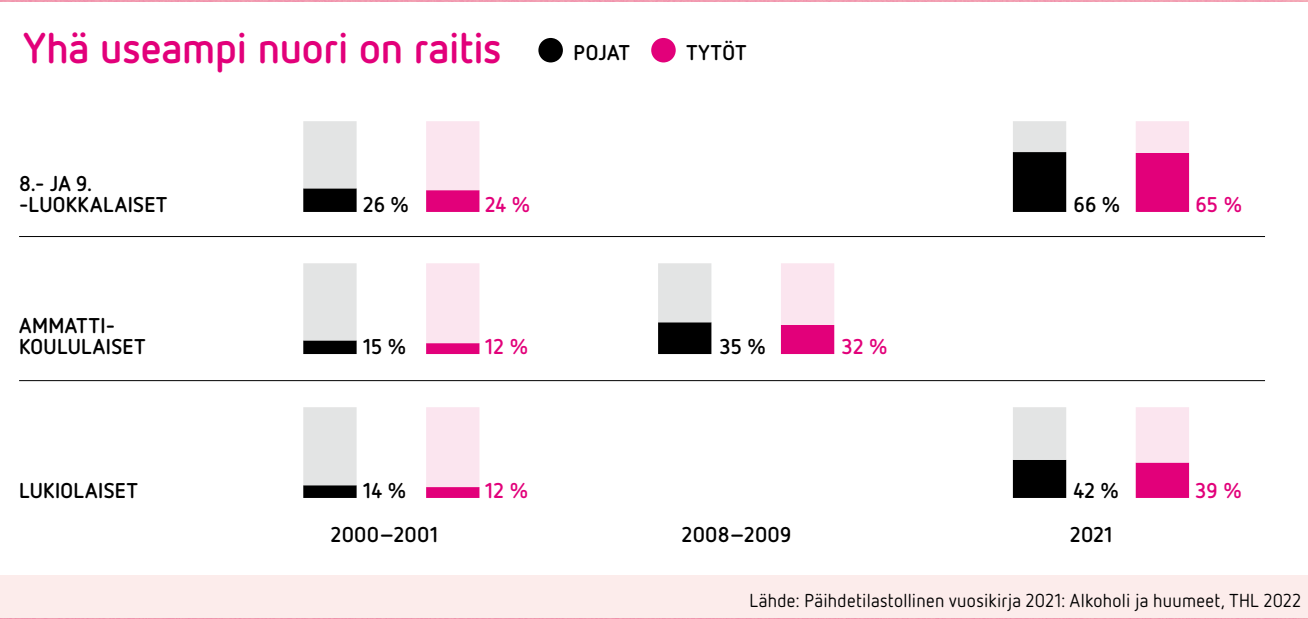
Tarkemmin Irti Huumeista ry:n jäsen- ja uutiskirjeessä sekä some-kanavillamme.

Nuorten käyttävät päihteitä aiempaa vähemmän

NUORTEN HUMALAHAKUINEN juominen on vähentynyt huomattavasti. Kun 2008–2009 ammattiin opiskelevista 14–20-vuotiaista pojista 43 % joi kuukausittain itsensä humalaan, vastaava osuus oli viime vuonna enää 25 %. Yhtä suuri pudotus on tapahtunut ammattiin opiskelevilla tytöillä. Humalahakuisuus on vähentynyt myös peruskoulun 8- ja 9-luokkaisilla sekä lukiota käyvillä. Tutkimukseen on otettu mukaan vain 1. ja 2. luokan oppilaat ammattikouluissa ja lukioissa. Kannabiksen käyttäneiden osuudet ovat pysyneet joko samalla tasolla tai vähentyneet hieman kaikissa

tutkituissa nuorisoryhmissä. 14–20-vuotiaista ainoastaan ammattikoululaisten tyttöjen kannabiksen käyttö on pysynyt aiemmalla tasolla, 20 %:ssa. Ammattikoululaisista pojista kannabista käytti 16 % ja lukiolaisista 14 %. Alle 19-vuotiaiden osuus päihdehuollon laitosisiakaista on 2,6 prosenttia. Vuonna 2020 päihdehuollon laitoksissa oli hoidettavana 151 nuorta.

Lähde: Päihdetilastollinen vuosikirja 2021: Alkoholii ja huumeet, THL 2022



Ankkuritoiminta vähensi nuorten uusintarikollisuutta

MONIAMMATILLINEN ANKKURITOIMINTA vähensi nuorten riskiä uusiin rikoksiin vertailuryhmään nähden, käy ilmi Helsingin yliopiston kriminologian ja oikeuspolitiikan instituutin tutkimuksesta. Ankkuritoiminta näyttäisi vaikuttavan varsinkin niihin nuoriin, joista on jo rikosepäilyjä. Tutkimuksen mukaan ankkuritoimintaa voisi kohdentaa kohonneen

riskin nuoriin, mikä vähentäisi rikosten kokonaismäärää. Rikoskäyttäytymisen tiedetään kasautuvan tietyille yksilöille, eli pieni osa ihmisiä tekee merkittävän osan kaikista rikoksista. Ankkuritiimissä on ammatillaisia poliisista, sosiaali-toimesta, nuorisotoimesta ja terveystoimesta. Tiimejä on 47 eri puolilla Suomea, jokaisen poliisilaitoksen alueella. Tavoitteena on puuttua varhain nuoren rikolliseen tai muuta huolta herättävään toimintaan. Ankkuritoiminnasta vastaa sisäministeriö.

Markus Kaakinen, Teemu Vauhkonen, Maiju Tanskanen ja Tommi Hoikkala: Ankkuritoiminnan vaikuttavuus, Valtioneuvoston selvitys- ja tutkimustoiminnan julkaisusarja 2022:40.

Crack nousemassa ongelmaksi

EUROOPAN HUUMEVIRASTO* EMCDDA varoittaa tuoreessa raportissaan crack-kokaiinista. Vaikka crackin käyttö on toistaiseksi ollut melko harvinaista, sitä on tavattu useammissa kaupungeissa ja maissa. Crackin takia hoitoon hakeutui arviolta 7 000 eurooppalaista vuonna 2000. Määrä on kolminkertainen vuoteen 2016 nähden. Huolta lisää, että crackia käyttävät pääasiassa haavoittuvassa asemassa ja yhteiskunnan syrjässä olevat ihmiset. Usein crackin käyttö liittyy opioidiongelmiiin. Ainetta käytetään sekä polttamalla että suonensisäisesti. Tämä kasvattaa HIV- ja hepatiitti C-virustartunnan (HCV) riskiä. Crackiin liittyviksi laajemmiksi sosiaalisiksi ongel-miksi raportoidaan muun muassa jengiväkivalta, väkivalta ja vakavat taloudelliset ongelmat. Crackin käytölle on usein ominaista käytön tiheys, mikä johtaa henkiseen ja fyysiseen terveyteen liittyviin ongelmiin ja aggressiiviseen käyttäytymiseen, mikä tekee hoidon toteuttamisesta ja haittojen vähentämiseen tähtäävistä toimista haastavia.

*Euroopan huumausaineiden ja niiden väärinkäytön seurantakeskus: Euroopan huumeraportti: Suuntauksia ja muutoksia 2022, Euroopan unionin julkaisutoimisto

Crackia käyttävät pääasiassa haavoittuvassa asemassa ja yhteiskunnan syrjässä olevat ihmiset.

Nuorten itsetuhoisuus ilmenee monin tavoin

SUOMESSA TULISI olla tarjolla 24/7 matalan kynnyksen palveluista itsetuhoisille nuorille, toteaa väitöstutkija Minna Maria Miettinen. Hän tutki 28 nuoren ja 23 vanhemman kertomuksia itsetuhoisuudesta. Itsetuhoisuus saattaa Miettisen mukaan ilmetä myös oireiluna, jota ei tyypillisesti määritellä itsetuhoisuudeksi, kuten syömättömyytenä tai syömisestä kautta itsensä vahingoittamisena, päihteiden vahingollisena käyttämisestä tai toiveena itsensä vahingoittumisesta. Itsetuhoisuus voi näkyä myös nuoren luovassa ilmaisussa. Masennuksen, muiden mielenterveysongelmien ja tunne-elämän vaikeuksien, yksinäisyyden ja kiusatuksi tulemisen lisäksi itsetuhoisuutta voivat aiheuttaa yhteiskunnan suorituspainet tai kohtuuttomat vaatimukset opiskelussa tai perheen ongelmat tai vanhempien ero. Matalan kynnyksen ympärivuorokautisten palveluiden lisäksi tarvitaan riittävästi osastopaikkoja vakavasti oireileville itsetuhoisille nuorille, Miettinen toteaa. Palvelut niin nuorelle kuin hänen perheelleen ovat riittämättömät ja huonosti saatavilla. Perhe tulisi tutkijan mukaan ottaa nuoren hoitoon ja auttamisinterventiot kohdistaa tarvittaessa koko perheeseen. ”Itsetuhoista nuorta ei koskaan saa jättää yksin. Jos se, kenelle nuori hätänsä paljastaa, ei pysty auttamaan, tulee nuoren avun saanti muuten turvata”, Miettinen sanoo. ”Oikeastaan auttaminen lähtee jo itsetuhoisen nuoren ja hänen perheensä asianmukaisesta kohtaamisesta yhteiskunnan eri alueilla. Itsetuhoisuuden ja itsemurhien ennaltaehkäisemiseksi nuorten mielenterveyden ongelmiin tulisi puuttua varhaisessa vaiheessa. Nuorten päihteiden saatavuutta ja käyttöä pitää pyrkiä rajoittamaan tehokkaammin. Koulu- ja somekysäymisen vähentämiseksi on tehtävä enemmän työtä.”

Tiina Maria Miettinen: Nuorten itsetuhoisuus ja siihen liittyvä apu (väitöstyö), Tampereen yliopisto. <https://trepo.tuni.fi/handle/141393>

TOSI TARINA

Jami toimii YAD ry:n
kokemusasiantuntijana.
Hän haluaa avata
nuorten silmiä siihen,
että vaikka olisi mennyt
pohjalle, sieltä voi päästä
eteenpäin. – Polut kyllä
löytyy, Jami sanoo. →

Skeittausta täysillä – myös tukea ja terapiaa

*Tampereen Vanhan
kirkon kupeessa toimivalla
Skeittitapulilla autetaan
nuoria yhdessä olemisella ja
aktiivisella tekemisellä.*

Teksti ja kuvat: Maija Repo

PARI KESÄÄ SITTE Jami, 29, pyöri usein Tampereen keskustassa skeittilauta mukanaan. Aivan kaupungin ydinkeskustassa sijaitsevan Vanhan kirkon puiston kiveykset tarjosivat skeittareille houkuttelevan kohteen. Kauniilla ja historiallisella puistolla oli toisaalta ollut monien kaupunkilaisten silmissä huono maine. Meininki oli usein levotonta ja päihteidenkäyttö arkipäivää.

Vuosi sitten kesällä alueella alkoi kuitenkin tapahtua uutta. Jami oli huomannut Skeittitapulin toiminnan ja tuli tutustumaan.

Tarkoitus
on skeitata
yhdessä hyvässä
porukassa ilman
paineita ja tarjota
vaihtoehto
päihteiden
käytölle.



Skeittitapulilla on viikoittain mahdollisuus tulla maksuttomalle lyhytterapiakäynnille ammattilaisen luo tai keskustelemaan kokemusasiantuntijoiden kanssa.

– Tulin yksin vähän sillä meiningillä, että on tylsää. Ja heti tyypit moikkailivat, vaikka ei tunnettu.

Täällä oli tosi vastaanottavaista porukkaa, Jami kertoo.

Skeittitapuli syntyi Tampereen Vanhan kirkon ja paikallisen rullalautailuyhdistyksen Pirkanmaan Kaari-koirat ry:n yhteisen ideoinnin tuloksena. Tänä vuonna toimintaan tuli mukaan myös nuorten ehkäisevän huume-työn yhdistys YAD Youth Against Drugs ry. Tampereen kaupunki rahoittaa toimintaa, ja sen etsivän nuorisotyön työpari on käynyt alueella viikoittain. Rahoitusta haetaan myös ensi vuodeksi.

Läsnäoloa ja yhteisöllisyyttä

Kesäkuusta elokuun loppuun joka arkipäivä kirkon vieressä seisovaan 200 vuotta vanhaan kellotapuliin aukeaa kahvila, josta saa lainata skeittilaudan ja suojat maksutta käyttöönsä. Pari kertaa viikossa on myös ruokajakelu. Paikalla on aina työntekijöitä, joilta voi saada apua skeittaukseen – ja oikeastaan ihan mihin tahansa. Skeittitapulilla tapahtuu nuoria perustuu saatavilla olemiseen ja yhteisöllisyyteen.

– Tämä on tällainen pehmeä lähestymistapa, että me vaan ollaan tässä. Ei oteta hirveästi kantaa siihen, mitä tässä puistossa tapahtuu, mutta me voidaan keskustella kaikkien kanssa, vaikka he käyttäisivät kuinka paljon päihteitä, kertoo Skeittitapulilla tuottaja ja itsekin aktiivinen skeittari **Peik Erhola**.

Erhola on vetämässä myös viikoittain kokoontuvaa sosiaalista skeittiryhmää. Jami on ryhmässä mukana. Tarkoituksena on skeitata yhdessä hyvässä porukassa ilman paineita ja tarjota vaihtoehto päihteiden käytölle.

Jami on elänyt päihteetöntä elämää vuoden ajan. Nuorena aloitettu pilven poltto ”lähti jossain vaiheessa käsistä” ja aiheutti myös mielenterveyden rakoilemista. Jälkikäteen Jami näkee tuon ajanjakson elämästään hyvin passiivisena.

– Jossain vaiheessa oli tosi haastavaa liikkua mihinkään kotoa, hän kuvailee.

Parin viime vuoden aikana elämässä on tapahtunut paljon hyvää. Jami on hiljattain aloittanut myös YAD ry:n kokemusasiantuntijana. Skeittitapulilla on viikoittain mahdollisuus tulla maksuttomalle lyhytterapiakäynnille ammattilaisen luo tai keskustelemaan kokemusasiantuntijoiden kanssa. Aikaa ei tarvitse varata, eli kynnys avun hakemiseen on pyritty tekemään mahdollisimman matalaksi.

Kohtaaminen voi olla alku

Peik Erhola toivoo, että pienimmistäkin ongelmista uskallettaisiin puhua.

– Paljon ajatellaan, että pitäisi olla tosi vakava päihde-ongelma, että voi hakea apua, hän sanoo.

Erhola myöntää, että päihdetyö on ”käsittämättömän vaikeaa duunia”. Väkinen auttaminen ei toimi. Hän uskoo kuitenkin, että kaikki kohtaamiset ja keskustelut, joita Skeittitapulilla käydään, voivat kylvää siemenen, jonka vaikutukset saattavat näkyä myöhemmin.

– Ainakin voi jäädä mieleen, että muitakin vaihtoehtoja on.

Skeittausta lapsesta asti harrastaneena Erhola on havainnut, että päihteiden käyttöä skeittiparkeilla on ollut aina. Skeittarit viihtyvät kaduilla ja julkisilla paikoilla, jotka houkuttelevat myös alkoholin ja huumeiden käyttöön.

– Mutta ne, jotka siellä tosissaan skeittaavat, eivät he kauhean päissään ole, Erhola toteaa ja jatkaa:

– Olen nähnyt ihmisten menevän molempaan suuntaan. Olen nähnyt ihmisten joutuvan pahoille teille skeittiporukan myötä ja olen nähnyt toisten pelastuvan huumeilta ja muulta tyhmältä skeittauksen kautta. On tyyppejä, jotka ovat lopettaneet skeittauksen ja lähteneet päihteiden käyttöön, mutta on myös niitä, jotka saavat kaiken sen, mitä tarvitsevat – sen täyttymyksen – skeittauksesta. Sitten ne tyypit skeittaavatkin yleensä aika täysillä.



Skeittitapulilla tuottaja Peik Erhola toivoo, että hankkeesta voisi tulla ympärivuotinen. – Toiminta on erityisen tärkeää kesällä, kun muut palvelut ovat tauolla. Kesä on nuorilla usein ratkaisevaa aikaa ja kesän aikana voi tapahtua paljon – parempaan tai huonompaan suuntaan, Erhola pohtii. →



Terveiset nuoruudesta

Silloin kun olin nuori, tykkäsin liikkua paljon ja tehdä erilaisia tempauksia lapsellisessa hengessä. Koulu ei tahtonut sujua, ja kotona oli vaikeaa olla ponnisteluistani huolimatta.

Kerron teille vähän asioita, jotka olivat osana aiheuttamassa myöhemmässä elämänvaiheessa ilmeneviä oireiluja, päihdeongelma tästä hyvänä esimerkkinä.

Melkeinpä kaikilla aikuisilla tuntui olevan puutteita kyvyssään käsitellä nuoria omana itsenään. Koin, ettei ollut yhtään aikuista, jolle olisin voinut puhua normaalisti asioista ja jolta olisin saanut tarvitsemaani ymmärrystä ja tukea. Koska pelkäsin että saan selkäni tai että minulle huudetaan.

Vanhemmat, harrastusvalmentajat, opettajat, kauppiaat, konduktöörit, vartijat sekä poliisi käyttäytyivät siten, kuten heitä kohtaan oltiin käyttäytytty, joten turha tässä uhriutua ja syytellä yhtään ketään.

Se vain oli ajan henki silloin 90-luvulla.

Sain huonoja arvosanoja, ja itsetuntoni alentui sen takia. Minua sätittiin, ja tuhannesta huomion osoituksesta ehkä kaksi oli jotenkin hedelmällisiä, eli puhetta, johon sisältyi kehua ja tsemppiä tai välittämistä. Tämänlainen rakenne on omiaan syrjäyttämään pois yhteiskunnasta.

Viesti oli, että ”älä ole tuollainen, millainen olet, vaan ole jotain muuta”.

En koskaan kokenut kuuluvani yhteiskuntaamme epäitsekäs ja myötätuntoinen herkkä luonnonlapsi, kun olin. Yhteiskuntamme arvot ja rakenne värähtelivät minussa häpeänä ja pelkona, jotka vaikuttivat vahvasti nuoruudessani. Mukana oli myös ylisukupolvista traumaa, jota ei ollut koskaan käsitelty. Ei ymmärretty kuinka suuri vaikutus sillä voi olla nuoren kehityskulkuun ja nuoren suhtautumiseen niin itseensä kuin yhteiskuntaamme ja muihin kanssaihmiisiin.

Peruskoulu jäi lopulta kesken, mutta onneksi kesällä pääsin Kelataan kimpassa -projektiin suorittamaan ysiluokan loppuun, erityistuen kanssa. Tämä oli kokemuksena hyvä, koska koin, että siellä välitettiin nuorista oikeasti.

Minuun oli jo kerennyt kertyä iso määrä teiniangstia, ja esittämisen tarve oli suuri. ADHD:tä lääkitsin hasiksella, joka oli sen ajan juttu, ja jäinkin siihen aika riippuvaiseksi.

Nykyään ajattelen, että olisi ollut hyvä, jos olisi ollut jotain terveempää tilalla. Esimerkiksi monipuolisempi opetusjärjestelmä, joka olisi luotu myös ADHD ihmisille.

Otetaan nuoret mukaan yhteiskunnallisiin asioihin ja annetaan heille osallisuuden kokemuksia ja mahdollisuuksia vaikuttaa päätöksentekoon, sillä he ovat ne, jotka elävät oikeasti tätä päivää.

– *Huumetyöntekijä Henri, 36 v*
Puhtaana huumeista 2/19 lähtien
pieniä lipsumisia lukuun ottamatta.

Kuva: Pexels / Matheus Bertelli

HUUMEET PUHEEKSI

Keskustele nuoren kanssa päihteistä

NUOREN KANSSA VOIDAAN keskustella rakentavasti ja asiallisesti huumeista, muistuttavat Irti Huumeista ry:n läheistyön koordinaattori **Petra Müller** ja mielenterveys- ja päihdetyön ammattitutkinnon opiskelija **Miia Hintzell**.

Kuinka voin puhua nuoren kanssa huumeista ja päihteistä?

Petra: Luo tunne, että kaikesta voi puhua, mahdollisimman neutraalisti. Ei lähdetä pelottelulinjalle eikä luokitella, ketkä käyttävät huumeita. Huumeita käytetään myös satunnaisesti. Voit kertoa huumeiden vaaroista. On yksilöllistä, mitä keskustelusta seuraa. On hyvä puhua, jos on pienikin epäily käytöstä. Ja päihteistä voi puhua, vaikka ei olisi ongelmaa. Päihteitä kuitenkin käytetään nuoren ympäristössä.

Miia: On hyvä puhua ennen kuin mahdollinen kriisi tulee kohdalle.

Petra: Kannabis on ristiriitaisin keskustelun aihe. Siinäkin rajojen asettaminen auttaa. Suomessa kannabiksen käyttö on laitonta. Nuorella aivojen kehityminen on kesken, ja on parempi, että aivot kehittyvät ilman päihteitä. Pitää muistaa, että kannabiksen THC-pitoisuudet vaihtelevat vaarallisesti.

Entä, kun huumeokeilu on tullut ilmi?

Petra: Itsekseen miettiminen ei auta. Ota ensin selvää asioista. Työskentely omien ajatusten kanssa ja Itseapupoppaan lukeminen ennen keskustelua auttavat pysymään rauhallisena. Kysy aidosti, kerro huolesi. Kuuntele nuorta, keskustele. Älä syyllistä.

Jos on yhtään tunne, että jokin on pielessä, jokin on todennäköisesti pielessä. Keskustelu ja kuuntelu auttavat eniten.

Miia: Aika usein tulee esiin, että nuoret aikuiset kokevat puheen tenttaamisena, syyllistävänä.

Petra: Voit kertoa, että ”minusta tuntuu x, koska x”. Peilaa ja sanoita omat tunteesi. Löydä myös positiivisia asioita, hyviä valintoja ja anna niistä myönteistä palautetta. Rajoja saa asettaa, esimerkiksi mikä on sallittua vanhempien kodissa. Oman perheen ja oman kodin sisäiset rajat on hyvä laittaa oman jaksamisen takia. Rajoista on pidettävä kiinni.

Millaisia rajoja nuorelle voi asettaa?

Petra: Laki antaa hyvän pohjan. Alkoholi ja tupakkakin ovat kielletty alle 18-vuotiailta. Perheessä on perheen rajat ja säännöt, joista aikuiset kuitenkin päättävät. Jokainen nuori kokeilee rajoja, omia siipiään. Pitää hyväksyä lapsi itsenään. Alaikäisen osalta voi olla yhteydessä lastensuojeluun tuen hakemiseksi. Rajat ovat rakkautta, luovat luottamusta ja auttavat jaksamaan.

Miia: Jos nuori asuu kotona, yleensä kodin säännöt ja rutiinit auttavat, esim. vakiintuneet heräämis-, ruokailu- ja nukkumaanmenoajat.



Miten voin tukea nuorta lopettamaan huumeokeilut?

Petra: Huolehdi omasta jaksamisesta, jotta voit huolehtia toisesta. Huumeiden tilalle täytyy tulla muuta tekemistä ja nuorta tukevia ihmisiä. Nuoren itsetunto ja itsetuntemus rakennetaan uudelleen esimerkiksi urheilun tai muun harrastuksen kautta. Voit tukea häntä hakeutumaan hoitoon.

Jos on kyse alaikäisestä, voidaan miettiä keskustelua kouluterveydenhuollon, koulukuraattorin, nettiavun tai nuorisواسeman kanssa. – Rajojen esiin tuominen ja niiden johdonmukainen noudattaminen edistävät toipumista. On tärkeää tehdä selväksi, että nuori hyväksytään sellaisena kuin hän on, vaikka huumeiden käyttöä ei hyväksytä. **Miia:** Nuorta voi kannustaa irti huumeista huomioimalla pienetkin edistysaskeleet.

Entä, kun nuori retkahtaa?

Petra: Katso positiivisesti tulevaisuuteen. Retkahdukset kuuluvat addiktion luonteeseen. Voit miettiä, onko nuorella riittävästi ja aidosti halua olla ilman huumeita vai onko hän ilman vain sen takia, että saa jonkin palkkion siitä. Onko motivaatio vain ulkoinen vai myös sisäinen. Muista, että nuori on se sama ihminen. Ihminen ei ole vain kannabiskokeilija tai huumeita käyttävä. Vaikka päih-teet muuttavat ihmistä, kaikki hyvä ihmisessä on edelleen olemassa. Ihminen ei muutu sisimmältään miksikään.

Jos luottamus on heikko, sen voi sanoittaa ja kertoa, että nuori on edelleen tärkeä.

Miia: Ei syyllistetä. Keskity niihin asioihin, jotka ovat menneet toipumisen aikana hyvin.

Ilmoitukset

Ilmoitukset

Ilmoitukset

Ilmoitukset

Nuoren halua hoitoon voi lisätä

Nuoren tahtoa tulisi kuunnella päihdehoitopaikan valinnassa.

Teksti: Birgitta Suorsa Kuva: Antti Yrjönen

SUOMESSA ON vain joitakin paikkoja, jotka ovat erikoistuneet juuri nuorten päihdepalveluihin. Päihdeasiamies **Tuula Sillanpää** ei ryhdy markkinoimaan niitä, vaan toteaa, että tällaisia saisi olla enemmän.

– Nuoret kokisivat, että palvelut on tarkoitettu juuri heille, ja he saisivat sieltä vertaistukea. Nuoret mieltäisivät, että muutkin ovat samanlaisessa tilanteessa. Nuori tuntisi olevansa oikeassa paikassa, Sillanpää sanoo.

Nykyisin juuri täysi-ikäistynyt nuori joutuu usein samoihin hoitopaikkoihin kuin iäkkäämmät.

– Nuorille suunnattuja paikkoja tarvitaan lisää senkin takia, että nuoret eivät aina itse ymmärrä, kuinka vakavia päihdeongelma ja päihderiippuvuus ovat. Usein voi olla henki kyseessä.

Tärkeintä olisi taata pääsy palveluihin mahdollisimman ajoissa. Odotusajat eivät saisi olla pitkiä, koska motivaatio voi hävitä nopeasti.

Sillanpää tarttuu motivaatio-sanaan ja huomauttaa, että missään laissa ei mainita asiakkaan motivaatiota.

Laissa puhutaan tarpeesta. Palvelujen tarjoajat korostavat mielellään motivaatiota. Se ei ole mikään virallinen kriteeri. Vetoaminen motivaation puutteeseen ei perustu lakiin tai ohjeistukseen.

Ensi vuoden alusta päihde- ja mielenterveyspalvelut siirtyvät hyvinvointialueiden vastuulle. Samanaikaisesti uuden mielenterveys- ja päihdelainsäädännön on määrä astua voimaan, mutta lausuntokierroksella nostettiin esille, että uudistusehdotus siirtäisi päihdepalveluiden painopisteen terveydenhuoltoon, jolloin monipuoliset sosiaalihuollon päihdepalvelut heikkenisivät.

– Uudistuksessa tulee erityisesti varmistaa, että päihdepalvelut kaikenikäisille säilyvät sekä sosiaalihuollon että terveydenhuollon palveluina, Sillanpää korostaa.

Sopivan hoitopaikan saanti vaikeaa

Ihannetilassa nuoret itse osallistuvat hoitopaikkojen valintaan ja hoidon suunnitteluun.

– Kuultaisiin paremmin nuoren tilanne ja mitä apua hän hakee ja tarvitsee. Katsottaisiin hoitopaikkatarjontaa yhdessä. Nuorelle tulisi tunne, että hänet otetaan vakavasti. Se motivoisi hoitoon paremmin.

Jos nuorella on esimerkiksi katkon tarve, samalla katsottaisiin pidemmälle, esimerkiksi kuntoutukseen ja mahdollisiin tukitoimiin, Sillanpää hahmottelee. Hän huomauttaa, että hoitosuunnitelmia tehdään, mutta ei järjestelmällisesti eikä aina asiakasta kuunnellen.

– Nyt päihteitä käyttävä ei voi yksin vaikuttaa hoitopaikan valintaan, vaan siitä päättää viime kädessä maksava taho eli kunta.

Hoito tarpeen pohjalta, tapauskohtaisesti

Päihdepotilaan hoitopolut katkeavat esimerkiksi katkon jälkeen kuntoutuspaikkaa odotellessa. Parin viikon väliäika on monelle tuskastuttava, jolloin houkutus päihteiden käytön jatkamiseen kasvaa.

– Kun hoitoketju katkeaa, silloin käy huonosti. Myös jatkohoidon pitää olla kunnossa, Sillanpää sanoo.

Jos ihminen haluaa lopettaa päihdehoidon kesken, häntä ei voida pakottaa jatkamaan. Sillanpää saa toisinaan yhteydenottoja ihmisiltä, jotka jättäytyvät korvaushoidosta tai päihdepalveluista pois.

– Heidän mielestään hoitokäytännöt kotilääkkeiden saamisessa tai seulojen otossa ovat epäselvät ja rangaistus-hakuiset ja heitä kohdellaan muutenkin huonosti.

Kokonaisvaltaiselle hoidolle on edelleen tarvetta. Mielenterveys- ja päihdepalvelut ovat eriytyneet.

– Missään ei sanota, että niitä hoidetaan erikseen, mutta käytännössä yhtäaikaista hoitoa olisi vaikeata saada. Ensin hoidetaan päihdeongelmaa kohtuulliseen kuntoon, vaikka tosiasiaa mielenterveyden ongelma olisi syy päihteiden käyttöön. Pitäisi katsoa tapauskohtaisesti, kumpi on se ykkösongelma, ja kuulla potilasta.

– Toisinaan ADHD:n lääkitseminen lopettaa päihteiden käytön.

Tietoa helposti – ja ajoissa

Täysi-ikäisyyden juuri saavuttaneet eivät Sillanpään mukaan keskeytä alkaneita hoitoja sen enempää kuin muutkaan ikäryhmät. Tosin 18 vuotta täyttäneet hakeutuvat hoitoon muita harvemmin.

– Heillä on vapaus tehdä, mitä haluaa. He ovat vaikeasti motivoitavissa siinä kohtaa. Ja vaikka motivaatiota olisi, kuntien nettisivujen vaikeaselkoisuus hankaloihtaa palveluihin hakeutumista.

Sillanpää toteaa, että joissakin kunnissa ja sairaanhoitopiireissä on nuorisoasemia, jotka auttavat nuoria monissa ongelmissa ja joiden kautta löytää myös päihdepalveluihin. Nuorisoasemat palvelevat paikkakunnasta riippuen esimerkiksi 13–17-vuotiaita, jotkut vielä 30-vuotiaita.



← Päihdeasiamies Tuula Sillanpää sanoo, että päihdeongelmallisille nuorille tarkoitettuja hoitopaikkoja pitäisi olla selvästi nykyistä enemmän.
– Nuoret eivät aina itse ymmärrä, kuinka vakavia päihdeongelma ja päihderiippuvuus ovat. Usein voi olla henki kyseessä.

Ilmoitukset

Ilmoitukset

Ilmoitukset

Ilmoitukset

Ilmoitukset

Ilmoitukset



IH-vertaistukijat mukana Toivossa

Toivo-sovelluksessa Irti Huumeista –vertaistukijat tarjoavat tukea huumeisiin menehtyneiden ja huumeita käyttävien ja niistä toipuvien läheisille.

Mikä Toivo-sovellus on, vapaaehtoistoiminnan koordinaattori Janita Maijanen?

Toivo-vertaistukisovellus tarjoaa uudenlaisen alustan vertaistuen tarjoamiselle. Toivo-vertaistukisovellus on ohjelma, joka tarjoaa matalan kynnyksen vertaistukea ja tietoa sairastuneille ja heidän omaisilleen.

Irti Huumeista ry:n ensimmäiset läheistaustaiset vertaistukijat ovat nyt koulutautuneet Toivo-vertaistukijoiksi. Toivo-sovellus on maksuton ja sitä voi käyttää myös anonyymisti.

Millainen tausta vertaistukijoilla on?

Vertaistukijat ovat Irti Huumeista ry:n vapaaehtoisia. Sovelluksen vertaistukijat ovat luotettavia, koulutettuja ja sitoutuneita vaihtoon myös sen jälkeen, kun lopettavat vertaistukijoina.

Lisätiedot: janita.maijanen@irtihuumeista.fi

Lisää Toivo-sovelluksesta: olkatoiminta.fi/kansio/vertaistukisovellus

Keille Toivo on tarkoitettu?

Vapaaehtoiset vertaistukijamme tarjoavat Toivo-sovelluksen kautta vertaistukea läheisille, myös läheisensä menettäneille.

Miten pääsen sovellukseen?

Toivo-vertaistukisovellusta voi käyttää puhelimella tai tietokoneella. Se on ladattavissa sovelluskaupoista (löytyy hakusanoilla "Toivo sovellus") tai sitä voi käyttää verkko-selaimella. Selaimen kautta löydät sivuston esimerkiksi laittamalla googleen hakusanoiksi "toivo mesensei".

Kuinka löydän Irti Huumeista –vertaistukijat Toivosta?

Löydät heidät esimerkiksi Toivo-sovelluksessa olevan Irti Huumeista ry:n järjestöprofiilin kautta. Voit laittaa viestiä vertaistukijallemme, ja hän vastaa sinulle mahdollisimman pian sovelluksen kautta.

Mitkä tahot tarjoavat Toivo-sovelluksen?

Sovellus on kehitetty kumppanuustoimintana yhdessä OLKA-toiminnan, HUSin (Helsingin ja Uudenmaan sairaanhoitopiiri) sekä sosiaali-, terveys- ja hyvinvointialan verkostojärjestö HyTe ry:n (ent. EY ry) välillä.

Terveisesi vapaaehtoisille?

Jos et itse koe olevasi sovelluksen tarjoaman avun kohderyhmää, niin jaa siinäkin tapauksessa tietoa tästä vertaistuen mahdollisuudesta kohtaamillesi läheisille!

Terveysneuvontapäivät 2022 pidetään Lahdessa



Marraskuussa Lahteen valtakunnallisille Terveysneuvontapäiville kokoontuvat sosiaali- ja terveysneuvonnan ammattilaiset, jotka työskentelevät huumeita käyttävien kanssa. Mukana on myös muita sote-alan ammattilaisia, sekä päättäjiä, virkamiehiä, vaikuttajia, vapaaehtoisia, vertaistoimijoita ja terveysneuvontapalveluita käyttäviä.

Tänäkin vuonna Terveysneuvontapäivät järjestetään hybridinä, eli osallistuja ilmoittautuu joko paikan päälle tai etäyhteyteen.

Luvassa on ajankohtaista tietoa päihde- ja terveyskysymyksistä sekä tulevaisuuden näkymiä kansallisella ja kansainvälisellä tasolla.

OHJELMA

Keskiviikko 2.11.2022

- 9:00 Ilmoittautuminen ja aamukahvi
9:30 Tervetuloa
Päivien avaus, ohjeistus päivän interaktiiviseen osioon
Marja Mikola, ehkäisevän mielenterveys- ja päihdetyön koordinaattori, Lahden kaupunki
Päivän puheenjohtajana toimii **Juha-Pekka Pääskysaari**, Irti Huumeista ry:n hallituksen varajäsen
9:45 Kadulta labraan -tutkimus
Janne Nahkuri, projektkoordinaattori, Kadulta labraan -hanke, A-klinikkasäätiö
10:15 Päihteen kohtamispaikka toipuville päihderiippuvaisille
Anna Sillanpää, koordinaattori, Homebase Lahti
10:45 Tauko
11:00 Opioidien aiheuttama nelirajahalvaus
Jari Honkanieniemi, apulaisprofessori, ylilääkäri, Vaasan keskussairaala ja Tampereen Yliopistollinen sairaala
11:30 Tuulensuoja- ja Tukialushankeen tekemä yhteistyö
Marianna Kavasto, palvelupäällikkö, Lahden Sininauha ry ja **Robert Koski**, projektipäällikkö, HDL
12:00 Raskaana olevien huumeita käyttävien hoito
Julia Ollila, ohjaaja, avopalveluyksikkö Jannika, Lahden ensi- ja turvakoti ry
12:30 Lounas (omakustanne)
13:30 C-hepatiitin hoito matalan kynnyksen palveluissa Suomessa ja maailmalla – Mitä on tehty, mitä pitää vielä tehdä?
Sauli Vuoti, FT, dosentti
14:15 Jalkautuvaa päihdetyötä keskiselle alueelle
Joonas Munck, erityissuunnittelija, Helsingin kaupunki
14:45 Kahvitauko
15:15 Bentsodiatsepiinien käyttö ja niistä vieroittuminen
Margareeta Häkkinen, ylilääkäri, A-klinikka Oy Päihdesairaala ja THL
15:45 Päivän yhteenveto ja päivä päättyy.

Torstai 3.11.2022

- 8:30 Ilmoittautuminen
8:50 Tervetuloa
Päivän puheenjohtajana toimii **Saila Juntunen**, Päijät-Hämeen liitto
9:00 Alaikäisten päihdehoito
Mari Kalliokoski, Nuorisokoti Jaloverso Oy
9:30 HCV:n hoito katutasolla
Sanna Lappalainen, vastaava terveydenhoitaja, Terveysneuvontapiste Jelpi
10:15 Tauko
10:30 Suomen malli huumekuolemien ehkäisemiseksi; toimenpide-ehdotuksia ja niiden jalkauttaminen
Sanna Kailanto, erityisasiantuntija, THL
11:00 Päihdeongelmien ja -haittojen ehkäisy kuuluu kaikille
Susanna Leimio, Päijät-Hämeen ehkäisevän työn seutukoordinaattori, YTM, Sosiaalialan osaamiskeskus Verso -liikelaitos
11:30 Lounas (omakustanne)
12:30 Selviämishoitoyksikkö osana PHHYKY:n päihdepalveluita
Taina Jaakkola, asiantuntijasairaanhoitaja, ja **Hanna Klinga**, erikoissairaanhoitaja
13:15 Kahvitauko
13:45 MRSA-epidemia suomenlaisia huumeita käyttävillä
Jaana-Marija Lehtinen, tutkija, THL
14:15 Kokemuspuheenvuoro: **Metta Sävikari**
15:00 Interaktiivinen osio
15:15 Päivien yhteenveto, **Mirka Vainikka**, toiminnanjohtaja, Irti Huumeista ry

Päivä päättyy. Pidätämme oikeuden ohjelmanmuutoksiin.

Paikka ja aika: 2.–3.11.2022, Lahti **Osallistumismaksu:** Tilaisuuden hinta on 120 € kaksi päivää tai 80 € yksi päivä. Lounas on omakustanteinen. Perimme maksun vain, jos tilaisuus toteutuu. Ilmoittautuminen päättyy 05.10.2022. Peruminen on maksutonta 05.10.2022 asti. Tämän jälkeen perumisista laskutetaan osallistumismaksu. Ilmoittautumisen yhteydessä tulee valita, osallistutko etänä vai paikan päällä, osallistumistavan muuttaminen on mahdollista 21.10.2022 asti. Osallistujan nimen vaihtaminen onnistuu 21.10.2022 asti. Ilmoittautumalla sitoudut näihin peruutusehtoihin. **Ilmoittautumislinkki:** <https://link.webropol-surveys.com/S/1B949A174C4CD6E1> **Lisätiedot:** Petra Müller, läheistyön koordinaattori, petra.muller(a)irtihuumeista.fi **Interaktiivisuus:** Varaathan puhelimesi akun täyteen. Päivät sisältävät kaikkien osallistujien tiedon ja näkemysten keräämistä puhelinten avulla. **Toteutus:** Terveysneuvontapäivät toteutetaan yhteistyössä Lahden kaupungin kanssa. Tapahtuma saa rahoitusta sosiaali- ja terveysministeriöltä. **Majoitus:** Osallistujilla mahdollisuus omarahoitteiseen majoittumiseen 2.–3.11.2022 Scandic Lahdessa. Vaihdoehdot: 99.00 €/1h tai 119.00 €/2h. Varaukset: Scandic Lahti City Kauppakatu 10 15140 LAHTI, puh +358 341 0.81 624, sp.lahticity@scandichotels.com. Varaukset voi tehdä varustunnuksella BTER021122 nettisivuilta, puhelimitse tai sähköpostilla hotellin vastaanotosta, yllä olevia yhteystietoja käyttämällä. Huoneet ovat varattavissa 19.10.22 mennessä tai hotellin varaustilanteen mukaan.

0800 980 66

Irti Huumeista -puhelin

ma-pe klo 9–15

iltaisain ma-to klo 18–21

**"Toivon, ettei
lapseni
koskaan
kokeile
huumeita."**

– Päivi



Käyttääkö oma nuoresi huumeita?

Itseapupuopas on tehty huumeita
käyttävän nuoren läheiselle:
irtihuumeista.fi/laheisille/itseapupuopas



Sininauhaliitto



IRTI HUUMEISTA RY



Tule vapaaehtoiseksi!

**Irti Huumeista ry:ssä vapaaehtoiset voivat
toimia monenlaisissa tehtävissä:**

- ✓ Puhelinauttajina valtakunnallisessa Irti Huumeista -puhelimessa
- ✓ Chat-vastaajina Irti Huumeista -chatissa
- ✓ Läheisten vertaistukiryhmien ohjaajina alueilla
- ✓ Läheisten vertaistukiryhmien ohjaajina Teams-verkkoympäristössä
- ✓ Tukihenkilöinä huumeita käyttäville, toipuville tai läheisille
- ✓ Kouluttajina tai puhujina tilaisuuksissa
- ✓ Esittelyavustajina messuilla
- ✓ Materiaalin jakajina alueilla ja/tai somessa
- ✓ Taite-lehden kirjoittajina ja/tai kuvaajina

Vapaaehtoiset voivat myös järjestää
alueellaan Huumeiltoja tai Läheisten iltoja.
Vapaaehtoiset alueyhdyshenkilöt toimivat
alueen vapaaehtoisten koollekutsujina.

**Vapaaehtoisena
saat koulutuksen ja
tukea toimintaasi.**

Jos kiinnostuit,
ota yhteyttä:
janita.maijanen@irtihuumeista.fi

