

# Terveyspistepäivät

8.10.2017

# Hiv/seksuaaliterveystyön ja päihdetyön vapaaehtoiset vahvemmin osaksi osastoja ja SPR:ää!?!

# Tavoitteita, joita saavutettaisiin

- Osaston terveysohjelma olisi moninainen ja palvelisi kuntalaisia kattavammin
- Osastoon saataisiin uusia vapaaehtoisia
- Seksuaaliterveys ja Päihdetyö olisivat voimavara terveystoimistoille
- Uudet vapaaehtoiset saisivat tukea ja ”kuuluisivat johonkin”



- Vapaaehtoiset ilmoittautuvat, - ja kukaan ei koskaan ota yhteyttä "Mä oon ilmoittautunut neljä kertaa netin kautta, mut vielä ei ole vastattu."
- Osasto ei ohjaa toimintaan, ellei sitä ole omassa osastossa "Ne vaan sano, että ei me sellaista tehdä täällä ja pyysi kysymään jostain muualta"
- Kurssiin on liian pitkä aika ja kiinnostus ohjautuu muualle "Seuraava kurssi oli naapuripiirissä 5 kk päästä, -kesän jälkeen, ja halusin festareille"
- "Niillä on kuulemma jo tarpeeksi vapaaehtoisia tähän toimintaan"

# Haaste päästä mukaan

- <https://www.punainenristi.fi/vapaaehtoiseksi>

- Päihdetyön (ja hiv/seksuaaliterveystyön yhteiset tai erilliset) toimintaryhmät (Helsinki, Tampere, Seinäjoki, Jyväskylä)
  - Jos tähän saadaan hyvä vetäjä, niin TOIMII
- Valmiit vastauspohjat päihdetyöstä kiinnostuneille piiriin => osastoihin
- Osastoyhteistyö
- Kiinnitys terveystieteisiin
- Osastoihin nimetty terveyden yhteyshenkilö



# Terveystoimintojen yhteyshenkilö

- Henkilö, joka koordinoi terveysohjelmia osastossa
- Konsultti, mahdollistaja, koollekutsuja, innostaja, monitietäjä... melkein kuka vaan....
- Postin vastaanottaja ja tiedon välittäjä
- Nyt nimetty 80 osastoon
- <https://rednet.punainenristi.fi/tietotaito>

# Ehdotus terveyden edistämisen toimintojen koulutuksesta: **Terveyden edistämisen koordinaatioryhmä?**

- Kokoonpanossa edustus: terveystieteet, ensiapuryhmä, päihdetyö, hiv/seksuaaliterveystyö ja henkinen tuki
- Kokoonkutsuja: Terveyden edistämisen yhteyshenkilö
- Toiminta:
  - Suunnittelukokous (vuoden teemapäivät ja kampanjat)
  - Uusiin kiinnostuneiden yhteydenpito ja ohjaus
  - Teemapäivien ja kampanjoiden toimijoiden rekrytointi, suunnittelu ja toteutus
  - Koulutukset (osaston teemakoulutukset ja teemaillat terveysaiheista)



# Pohdittavaksi

- Miten eri haasteet selätetään?
- Miten omaan osastoon saisi terveystoiminnan yhteyshenkilön?
- Olisiko terveyden edistämisen koordinaatioryhmä toimiva malli?



# Mukava esimerkki vastauksesta

- Tervetuloa toimintaan!  
Kiva, että haluat mukaan SPR:n toimintaan ja tärkeään päihdetyöhön. Ikävä kyllä meidän osastossa ei sitä vielä laajasti tehdä. Toimitan yhteystietosi piirissä henkilölle, joka ottaa sinuun yhteyttä ja kertoo lisää, mitä meidän piirin alueella tapahtuu.  
Voit katsoa koulutuksia SPR:n tapahtumakalenterista ja kun saat koulutuksesta lisätietoja, niin aloitetaan sitten meidänkin osastossa jotain tähän liittyvää.



# Terveyspisteet, päihdetyö ja hiv/sekсуаalityö yhteistyössä

- Yhteisiä koulutuspäiviä / -iltoja vapaaehtoisille
- Teemailtoja ja koulutuksia kuntalaisille
- Terveyspisteillä teemaviikkojen huomiointi
  - Ehkäisevän päihdetyön viikko, vko 45
  - Maailman AIDS-päivä 1.12.
- Yhteisvastaanotto

- Miten päihdetyö ja hiv/seksuaaliterveystyö sekä terveyspiste voisivat tukea ja hyödyntää toisiaan?
- Miten päihdetyön ja hiv/seksuaaliterveystyön sisällöt saadaan osaksi terveyspistetoimintaa?



**KIITOS**





EHKÄISEVÄN PÄIHDETYÖN  
JÄRJESTÖVERKOSTO



# Ehkäisevän päihdetyön viikko 2017

## Ehkäisevän päihdetyön viikko 6.-12.11.2017



- 18. kerta
- Ehyt ry ja Suomen Punaisen Ristin päihdetyö koordinoivat nyt 6:ttä kertaa
- Päämääriä:
  - Ehkäisevän päihdetyön asema vahvistuu.
  - Päihdehaittojen ehkäisy tulee paremmin osaksi perustyötä.
  - Ehkäistään ja vähennetään päihdehaittoja.

**2017: huomio ikäihmisten päihteiden käyttöön**

## Taustaa:



- 2013 65v-> 1.05 miljoonaa, 2030 n. 1,49 miljoonaa
- Raittiiden määrä vähenee ja kulutus kasvaa (erityisesti naiset)
- 65 vuotta täyttäneistä 13,1 % käytti liikaa alkoholia vuonna 2016. Luku on kasvanut tasaisesti viime vuosina.
- 2/3 on aloittanut nuorena/ työiässä, 1/3 aloittaa eläkeiässä
- Iän tuomia muutoksia:
  - solujen vesipitoisuus laskee
  - vieroitusoireet vaikeampia ja pitkäkestoisempia
  - tapaturma-alttius kasvaa
  - sairaudet pahenevat
  - munuaisten toiminta heikkenee
  - maksan pilkkomiskyky heikkenee



## Lisää taustaa:



- Lääkkeiden kanssa erinäisiä yhteisvaikutuksia
  - Voimistaa
  - Heikentää
  - Yllättää...
- Taustalla usein yksinäisyyttä, elämän mielekkyyden katoamista ja tarpeettomuuden tunnetta
- Sairaalassa leikkaukset viivästyvät ja paraneminen hidastuu, jos hlö on ollut päihtynyt
- Ikääntyviä suurkuluttajia on n. 5 %

## Tavoitteita 2017

- Nostaa huomioon ikäihmisten päihteiden käyttöä
- Kannustaa viranomaisia ja läheisiä puheeksiottamiseen
- Lisätä tietoisuutta, rohkeutta, välittämistä
- Tarjota menetelmiä
- Tehdä päihdetyötä tunnetuksi

## 2017 kohderyhmät

- Ikääntyneiden kanssa työskentelevät
  - Perusterveydenhuolto, vanhustyö, palvelutalot, SPR:n terveyspisteet ja ystävätoiminta, sosiaalityö
- Läheiset
- "Suuri yleisö"

## Välineitä ja menetelmiä:

- Menetelmäpakettiin lisätään ikäihmisiin liittyviä aineistoja
  - Juliste
    - 1. Tulostus
    - 2. Tapahtumissa jakaminen
    - 3. Yksittäiset jakopisteet: piiritoimistot
  - Videoklippejä
  - Blogeja, artikkeleita
  - Sosiaalinen media: Facebook, Twitter
  - Mediatiedote
  - Koulutustilaisuuksia
  - Alueellisia tapahtumia
-



EHKÄISEVÄN PÄIHDETYÖN  
JÄRJESTÖVERKOSTO

Koska  
on hyvä  
hetki

Ota  
päihteet  
puheeksi

Jos ikkähäntien päihdeidenkäyttöä huolekitra,  
sitä kysymään ei lopulta vaaäi paljon aikaa.  
Työkaluja ja tukea: [www.kysyminenkannattaa.fi](http://www.kysyminenkannattaa.fi)  
Koska on hyvä hetki.

EPT  
EHKÄISEVÄN PÄIHDETYÖN  
JÄRJESTÖVERKOSTO

# Mitä Sinä voit tehdä?

- Vie juliste ikäihmisten kanssa toimiville ja laita se terveystieteeseen!
- Lisää viikon banneri tai nettiosoite sähköposteihisi.
- Jaa ilmestyvät videot ja blokit esim. facebookissa.
- Voisitko järjestää koulutuksen, esittelypisteen tai seminaarin? Yhteistyössä muiden kanssa?
- Pidä ikäihmisten päihdeinfovisa jossain, huom. korvaus osastolle
- Järjestä teemailta ikäihmisten päihteiden käytöstä ko viikolla.
- Merkitse tapahtumat EPT-viikon tapahtumakalenteriin  
<http://www.ept-verkosto.fi/ept-viikon-tapahtumakalenteri>



EHKÄISEVÄN PÄIHDETYÖN  
JÄRJESTÖVERKOSTO

[www.kysyminenkannattaa.fi](http://www.kysyminenkannattaa.fi)





EHKÄISEVÄN PÄIHDETYÖN  
JÄRJESTÖVERKOSTO

## Yhteistyökumppaneita:

- **EPT-järjestöverkosto**
- **Terveydenhoitajaliitto**
- **Terveyden ja hyvinvoinnin laitos**
- **Muistiliitto**
- **Lääkäriliitto**
- **Omaishoitajat ja läheiset ry**
- Alueelliset päihdetyön verkostot
- ?



## Lähteitä:

- Tiesitkö tämän alkoholista ja lääkkeistä -tietopaketti, EHYT
- [http://www.ikaantyneidenpaihdetyo.fi/files/8814/4779/1933/Ikaantyminen\\_ja\\_paihteet\\_selkoesite.pdf](http://www.ikaantyneidenpaihdetyo.fi/files/8814/4779/1933/Ikaantyminen_ja_paihteet_selkoesite.pdf)
- <https://www.sotkanet.fi/sotkanet/fi/taulukko/?indicator=szY0iQIA&region=s07MBAA=&year=sy4rtzbT0zUEAA==&gender=t&abs=f&color=f>
- <http://www.paihdelinkki.fi/fi/testit-ja-laskurit/alkoholi/yli-65-vuotiaan-alkoholimittari>



Viikon koordinoinnista vastaavat:



EHKÄISEVÄN PÄIHDETYÖN  
JÄRJESTÖVERKOSTO

## Vinkkejä, lisätietoja

Kati Laitila  
Suomen Punainen Risti  
Päihdetyön suunnittelija  
[kati.laitila@punainenristi.fi](mailto:kati.laitila@punainenristi.fi)  
040 589 5778

Maaret Väkinen  
Ehkäisevän päihdetyö Ehyt ry  
Viestinnän suunnittelija  
[maaret.vakinen@ehyt.fi](mailto:maaret.vakinen@ehyt.fi)  
050 327 0009



EHKÄISEVÄN PÄIHDETYÖN  
JÄRJESTÖVERKOSTO

**Kiitos mukanaolosta!**

**Enää 77 yötä jouluun....**

