

Ehkäisevä päihdetyö

(”Ehkäisevän päihdetyön toimenpideohjelma 2026-2035”)

Helena Törmi

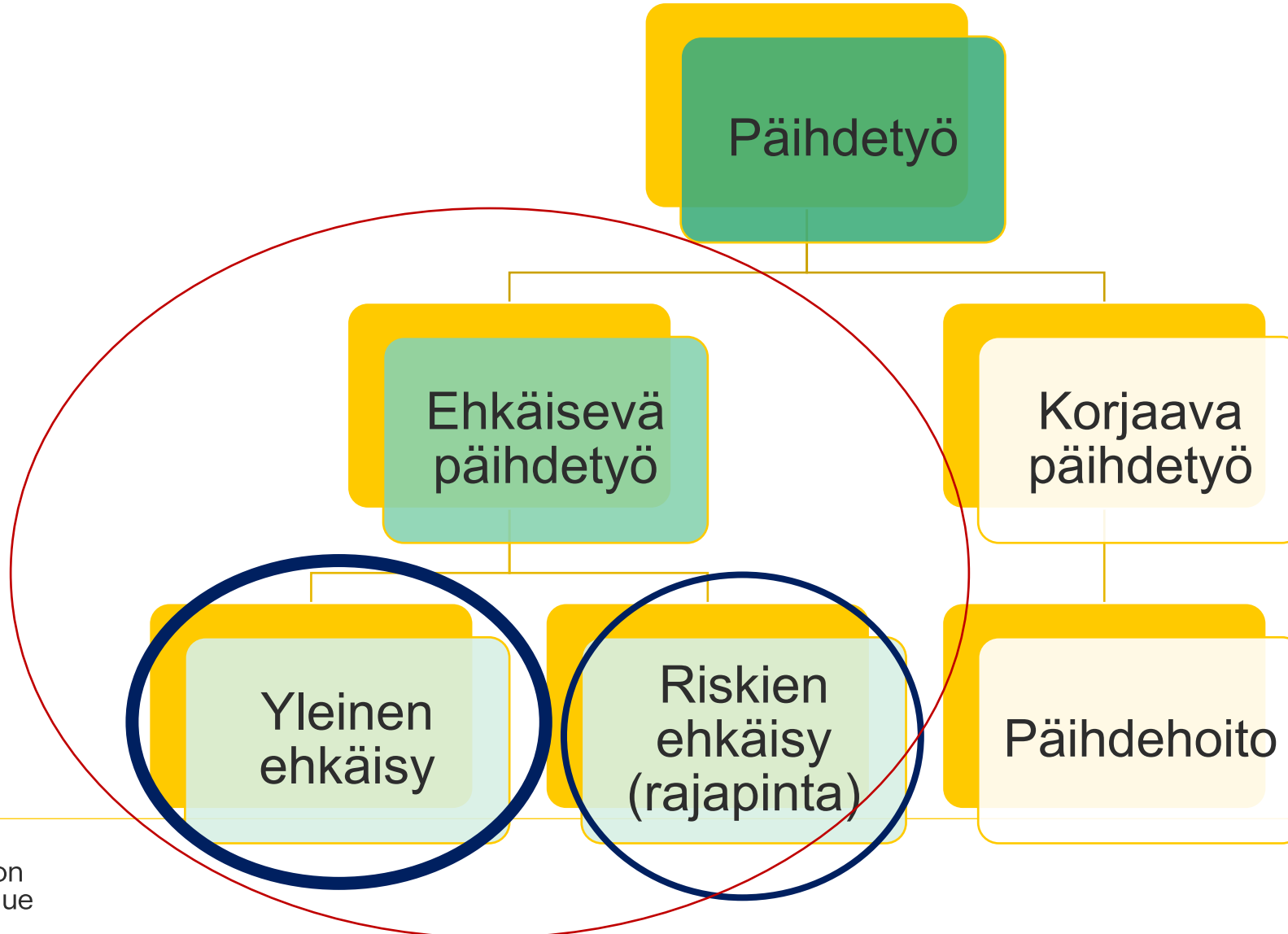
**Ehkäisevän mielenterveys- ja päihdetyön koordinaattori
Hyte- ja osallisuuspalveluyksikkö**



**Mitä tai millaista
ehkäisevää
päihdetyötä sinä
/edustamasi taho
tekee?**



Mitä on EPT - ehkäisevä päihdetyö ?



EPT – käsitteitä

Yleisen ehkäisy

- Yleinen ehkäisy kohdistuu **koko** väestöön tai johonkin väestöryhmään (nuoret), jonka valintaperusteena ei ole päihteiden käyttö

Riskiehkäisy

- Riskiehkäisyssä kohderyhmä määritellään **riskin** perusteella, jonka toteutuminen on todennäköinen
 - ✓ Riskiehkäisyä on esimerkiksi lasten näkökulman huomioonottaminen vanhempien päihteiden käytössä
 - ✓ Alkoholia haitallisesti käyttävien mini-interventiot (puheeksiotto ja lyhytneuvonta)
 - ✓ Suonensisäisesti huumeita käyttävien neulanvaihto-ohjelmat tai pistoshuoneet

Ehkäisevä päihdetyö



Ehkäisevä päihdetyö on osa **hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistämistä.**

Sen tavoitteena on ehkäistä ja vähentää päihteiden käytön aiheuttamia haittoja niin päihteiden **käyttäjille, heidän läheisilleen kuin yhteiskunnallekin.**

Työn tavoitteena on myös lisätä ymmärrystä päihteiden käytöstä ja **niihin liittyvistä ilmiöistä** sekä edistää perus- ja ihmisoikeuksien toteutumista päihteisiin liittyvissä asioissa.

[Ehkäisevä päihdetyö - THL](#)

Ehkäisevän päihdetyön toimintaohjelma

v. 2015-2025

- Alkoholi-,
- tupakka- ja nikotiinituotteet,
- huumausaineet
- rahapelihaitat
 - käytön ehkäisyn ja vähentämisen

Ohjelma tukee kunnissa ja aiemmin alueilla tehtävää **lakisääteistä työtä**, ja jalkauttaa lakia

→ [Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä 2015](#)

Lisäksi:

[Päihde- ja riippuvuusstrategia. Yhteiset suuntaviivat vuoteen 2030](#)

[Ehkäisevän päihdetyön toimintaohjelma ja väliarviointi ja päivitykset vuoteen 2025](#)



Ehkäisevä päihdetyö eli EPT pohjaa lakiin

EPT on kunnan ja hyvinvointialueen vastuulla (EPT- laki 2015)

Terveystieteiden tutkimuskeskuksen (1326/2010) 28 §:n mukaan päihde- ja riippuvuushoito on suunniteltava ja toteutettava siten, että se muodostaa toimivan kokonaisuuden muun sosiaali- ja terveydenhuollon kanssa sekä hyvinvointialueella ja kunnissa tehtävän ehkäisevän päihdetyön kanssa.

Sosiaalihuoltolain 7 b §:n mukaan hyvinvointialueen ja kunnan viranomaisten on yhteistyössä kehitettävä väestön elinolosuhteita siten, että ne vahvistavat mielenterveyttä suojaavia tekijöitä ja ehkäisevät ennalta mielenterveyden häiriöiden syntyä.

Sote järjestämislain 7 §:n mukaan hyvinvointialueen on toimittava hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseksi yhteistyössä alueensa kuntien kanssa ja tuettava niitä asiantuntemuksellaan. Myös kunnalla vastaava velvollisuus hyvinvointialueelle.

Lisäksi hyvinvointialueen on tehtävä yhteistyötä muiden hyvinvointialueella hyvinvoinnin ja terveyden edistämistyötä tekevien julkisten toimijoiden, yksityisten yritysten ja yleishyödyllisten yhteisöjen kanssa.

Sen on myös edistettävä hyvinvoinnin ja terveyden edistämistyötä tekevien järjestöjen toimintaedellytyksiä ja vaikutusmahdollisuuksia hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseksi.

Laki ehkäisevästä päihdetyöstä 2015

Päävastuu ehkäisevästä päihdetyöstä kuuluu kunnalle. Hyvinvointialueen ja kunnan tehtävänä on:

- 1) huolehtia alueensa **päihdeolojen seurannasta** ja niitä koskevasta **tiedotuksesta (hvk)**
- 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**
- 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.
- 6) Kunnan ja hyvinvointialueen tulee ehkäisevän päihdetyön yhteydessä edistää asukkaiden **osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuuksia** päihteen aiheuttamien haittojen vähentämiseksi viranomaisyhteistyöllä, viranomaisille annettavilla lausunnoilla sekä omilla toimillaan.

Ehkäisevä päihdetyö - osa hyvinvoinnin ja terveyden edistämistä

Työ on **laaja-alaista ja poikkihallinnollista** toimintaa, eikä pelkästään yksilöön vaikuttaminen ei riitä

Valtio: lainsäädäntö ja rajoittamalla päihteiden mainontaa ja saatavuutta (ikärajat, aukioloajat)

Kunta: pelisäännöt alkoholin käytöstä omissa tiloissa ja julkisten tilojensa päihteettömyys/lapset

Viranomaisten toiminta (esim. myynnin valvonta)

Alkoholia ja nikotiinituotteita myyvien **markkinoiden** toiminta

- ❖ Päihteiden käytön ehkäisy ei kuulu vain erityisammattilaisille vaan **kaikille toimialoille ja toimijoille, joilla on vaikutusta ihmisten terveyteen ja hyvinvointiin** (varhaiskasvatus, koulut, työpaikat, vapaa-aika, järjestötoimijat jne.)
- ❖ Toteutuu **perustyössä**, arkiympäristöissä, kun sovelletaan tietoisesti päihdehaittojen **ehkäisyn** näkökulmaa (mikä minun tehtävä?)
- ❖ **Järjestöt ja seurakunnat** merkittävässä roolissa

”

HUOM!

Keskeistä on vaikuttaminen päihteiden käyttöön liittyviin suojaaviin tekijöihin ja riskitekijöihin vaan tarvitaan ”juurisyihin vaikuttamista”

– yhteys mielenterveyden edistämiseen, juurisyyt usein samoja



Mielenterveyden

Suojatekijöitä

Fyysisestä terveydestä huolehtiminen
Kyky sanoittaa ja ilmaista tunteita
Kyky ratkaista ongelmia ja ristiriitoja
Mieltä askarruttavista asioista puhuminen
Kyky luoda ja ylläpitää ihmissuhteita
Itsensä toteuttaminen mm. harrastusten kautta
Itsensä arvostaminen ja hyväksyminen
Hyväksytyksi tuleminen tunne
Geenit
Varhaiset ihmissuhteet

Sisäisiä
tekijöitä

Työnteko
Perhe, ystävät ja läheiset ihmiset
Turvaverkon jäsenten tuki ja hyvät ihmissuhteet
Kyky uskaltaa ja osata hakea apua ajoissa
Turvallinen kasvuympäristö
Vakaa työ ja toimeentulo
Kuulluksi tuleminen

Ulkoisia
tekijöitä

Riskitekijöitä

Itsetunnon haavoittuvuus
Huonot suhteet läheisiin ihmisiin
Eristäytyminen ja vieraantuminen ihmissuhteista
Avuttomuuden tunne
Huonommuuden tunne
Biologiset tekijät, kehityshäiriöt
Sairaudet

Erot ja menetykset
Väkivalta, kiusaaminen
Alkoholin tai muiden päihteiden käyttö
Syrjäytyminen
Haitallinen elinympäristö
Työttömyys tai sen uhka
Psyykkiset häiriöt
Hyväksikäyttö

Mielenterveyden edistäminen:

...on suojaavien tekijöiden vahvistamista ja vahingoittavien tekijöiden vähentämistä/poistamista

-edistetään mielenterveyttä

➤ Positiivisen mielenterveyden käsite

-ehkäistään ja lievitetään häiriöitä

-tuetaan kriisitilanteista selviytymistä

- Mielenterveystaidot ja –osaaminen
- Mielenterveydestä puhuminen ja sen hoitaminen vrt. fyysinen kunto

[Kansallinen mielenterveysstrategia ja itsemurhien ehkäisyohjelma vuosille 2020–2030 - Valto \(valtioneuvosto.fi\)](#)

Suureen osaan näistä voi vaikuttaa!

mieli

Esimerkkejä käytännön EPT- työstä

Viestintäkampanjat

- kerrotaan esimerkiksi päihteiden haitoista ja ohjataan ihmisiä vähentämään tai lopettamaan päihteiden käytön. Esim. Tipaton tammikuu, Maailman tupakaton päivä, vanhemmuutta tukevia kampanjoita

Päihdekasvatus

- lasten ja nuorten kanssa keskustellaan päihteistä arkiympäristöissä (koti, vaka, koulu, harrastukset)

Puheeksiotto

- päihteistä puhumista sote- vastaanotolla: kysytään osana muuta työtä asiakkaalta päihteiden käytöstä ja rahapelaamisesta tarkoituksena mahdollistaa asioista puhuminen. Tarvittaessa jatko-ohjaus.
- Puheeksiotto voi tapahtua myös lapsen ja perheen arkiympäristöissä (**vaka**, koulu, nuoriostoimi...)

Saatavuuteen vaikuttaminen

- Päihteiden saatavuuteen voidaan vaikuttaa poliittisin keinoin, esim. alkoholinkäytön, rahapelaamisen ja nikotiinituotteiden **ikärajavalvonta**, alkoholin ja tupakan **maahantuontirajoitukset**, **anniskelupaikkojen lupavalvonta**, **vähittäismyynnin rajoitukset**, kuten pakkauskoot ja myynnin aikarajoitukset jne. Myös päihteisiin liittyvät **verot** ja esimerkiksi **poliisin valvonta** ovat saatavuutta sääteleviä toimia.
- Laajaa yhteistyötä, johon lakikin velvoittaa...

PAKKA- toimintamalli

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

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 tai myynti kaupassa päihtyneelle

ESIM. Päihdetilannekysely, ostokokeet, asiakasarvioinnit ravintolassa, Festari- pakka, lupalausuntomalli.

[Pakka-toimintamalli ehkäisevään päihdetyöhön - THL](#)

Järjestöt

Ehkäisevään päihdetyöhön erikoistuneet järjestöt

- Tuottavat tietoa, materiaaleja ja työkaluja, sekä toimivat päihdeasioissa asiantuntijoina.
- Yhdistävät usein kansalais- ja vapaaehtoistoiminnan sekä asiantuntijatyön, ja tarjoavat kunnille ja hyvinvointialueille yhteistyömahdollisuuksia esimerkiksi yhteiset hankkeet.
- Vertaistoiminta sekä kokemusasiantuntijuus

Rinnalla toimii paljon järjestöjä, jotka edistävät terveyttä, hyvinvointia ja turvallisuutta sekä tarjoavat päihteettömiä toimintamuotoja sekä vapaa-ajantoimintoja

- Toiminta tukee suojaavia tekijöitä, kuten yhteisöllisyyttä, osallisuutta sekä terveitä elämäntapoja ja vähentää riskitekijöitä kuten yksinäisyyttä. Näillä toimilla järjestöt tukevat kuntien ja hyvinvointialueen omaa ehkäisevää päihdetyötä.
- Esim. yhteiset kampanjat esim. Lapsi lasin takana- kampanja.
- Hyvät kontaktit kansalaisiin ja varsinkin erityisryhmiin
- Alueellista osaamista sekä valmiita yhteistyöverkostoja ja tiedotuskanavia päihdeteemoihin liittyen -> vaikuttamistyö yhteiskunnallisesti

Uusi ehkäisevän päihdetyön toimintaohjelma valmisteilla

- Valmistelu: STM & THL
 - laaja osallistaminen
- Tavoite: EPT järjestämistä koskevan lain (523/2015) sekä päihde- ja riippuvuusstrategian toimeenpanon tueksi vuosille 2026-2035
 - Ponnistaa vanhan pohjalta, MUTTA huomioiden toimintaympäristön muutoksen
 - Valmista v. 2026



Vuodesta 2015 moni asia on muuttunut: mitä huomioitu, kun pohdimme uutta ohjelmaa?

Yhä suurempi osa väestöstä
ikäntyneitä

Digitalisaatio ja teknologian
kehitys: **saatavuus ja
markkinointi lisääntynyt**
(sosiaalinen media!)

Muutokset valvonnassa:
omavalvonnan
painottuminen

Julkisen talouden tilanteen
heikentyminen: paineet julkisen
vallan, kuten kuntien,
hyvinvointialueiden ja poliisin sekä
järjestöjen rahoitukseen

Kuntien ja hyvinvointialueiden
muuttuneet roolit

Uudet tuotteet

Sosiaalinen eriarvoisuus on
lisääntynyt, ja tuloerot ovat
kasvaneet

**Kansallisen alkoholi-,
nikotiini- ja rahapelipolitiikan**
muutokset

Haitat ovat lisääntyneet ja
heikkoa kehitystä myös ns.
rinnakkaisilmiöissä
(mielenterveys, väkivalta)



Ehkäisevän päihdetyön toimintaohjelman (2026–2035) painopisteet [LUONNOS]

A. Tietoon nojaava viestintä

B. Vahva osaaminen eri tasoilla

C. Mahdollistava osallisuus

D. Aktiivinen ennakkoluulojen purku

1. Tutkittu tieto ja laadukkaat rakenteet ehkäisevän päihdetyön johtamisen ja työn perustaksi

2. Arkiympäristöt muutoksen-tekijöinä

3. Tehoa monipuoliseen varhaiseen tunnistamiseen ja tarvelähtöiseen tukeen

- Eri sisällöt, väestöryhmät sekä yleisen ja kohdennetun ehkäisyyn keinot huomioitava.
- Painopisteet, tavoitteet ja toimenpide-ehdotukset vuosille 2026–2035.
- Strategisia linjauksia JA konkreettisia askelluksia toimeenpanoon



Mitä painopisteissä? – alustavia tavoitteita

1. Tutkittu tieto ja laadukkaat rakenteet ehkäisevän päihdetyön johtamisen ja työn perustaksi

1. Päättäjillä, ammattilaisilla ja asukkailla on **riittävä ymmärrys** päihde- ja riippuvuusilmiöistä **tietoperustaisen työn, päätösten ja valintojen tueksi**.
2. Työn perustana on **luotettava tieto ja toimivat rakenteet**, jotka mahdollistavat työn laadukkaan toteuttamisen.
3. Hyvinvointialueilla ja kunnissa ehkäistään ja vähennetään **laajassa yhteistyössä** alkoholin, huumeiden, tupakka- ja nikotiinituotteiden käyttöä sekä rahapelaamista ja niistä aiheutuvia haittoja. Toiminnassa painottuu **eri väestöryhmien tarpeet** sekä **toimivaksi todetut keinot**.

2. Arkiympäristöt muutoksentehtäjinä

1. Alkoholin, tupakka- ja nikotiinituotteiden ja rahapelien **saatavuus ja päihteiden käytöstä aiheutuvat haitat vähenevät arkiympäristöissä Pakka-toimintamallilla**.
2. Lasten ja nuorten arkiyhteisöjen ehkäisevän päihdetyön **laatua ja tavoitavuutta vahvistetaan**.
3. **Työyhteisöt ja vapaa-ajan ympäristöt** aktivoituvat työikäisten ja iäkkäiden ehkäisevään päihdetyöhön.
4. **Arjen yhteisöjen kyky viestiä** sekä ehkäistä ja vähentää päihde-, tupakka- ja nikotiini- ja rahapelihaittoja **monitoimijaisella yhteistyöllä** eritoten uusissa ympäristöissä vahvistuu.

3. Tehoa monipuoliseen varhaiseen tunnistamiseen ja tavelähtöiseen tukeen

1. Riskit, haitat ja ongelmat **tunnistetaan varhain sote-palveluissa, kuntien ja muiden toimijoiden toiminnoissa**.
2. Kaikille kohderyhmille varmistetaan **yhdenvertaiset mahdollisuudet soveltuvaan varhaiseen tukeen, kiinnittäen huomiota haavoittuvassa asemassa olevien ryhmien ja ihmisten tarpeisiin**.
3. Lasten, nuorten, perheiden ja muiden kohderyhmien **voimavarat ja suojaavat tekijät** vahvistuvat osana varhaisen tuen toimia ja palveluita.
4. **Kohtaavien alojen ammattilaisten osaaminen** päihteiden ja tupakka- ja nikotiinituotteiden käytön sekä rahapelaamisen **puheeksiotossa ja mini-interventioissa** vahvistuu ja on ajantasaista.

Tietoon nojaava
viestintä

Vahva osaaminen
eri tasoilla

Mahdollistava
osallisuus

Aktiivinen
stigman purku



Painopiste 2. Arkiympäristöt muutoksentekijöinä [LUONNOS] 2/2

Tavoitteet

Esimerkkejä osatavoitteista ja toimenpiteistä: kunnat & hyvinvointialueet

6. Työyhteisöt ja vapaa-ajan ympäristöt aktiivisia työikäisten ja iäkkäiden ehkäisevässä päihdetyössä

- **työpaikkojen** päihdeohjelmat viedään vahvemmin osaksi laajempaa työyhteisön hyvinvoinnin, terveyden, mielenterveyden ja työkyvyn edistämistä: kokonaisvaltaisuus, työyhteisön sitouttaminen & työterveyshuollon aktiivisuus
- esihenkilöiden ja työterveyshuollon valmiuksien lisääminen: puheeksiotto ja arvostava kohtaaminen
- **vapaa-ajan ympäristöissä** tarjotaan eri-ikäisille, erityisesti haavoittuvassa asemassa oleville ihmisille, matalan kynnyksen toimintaa, joka vastaa heidän tarpeisiinsa ja tukee päihdeettömyyttä, nikotiinittomuutta sekä rahapelaamattomuutta: yhteinen käytäntö ko. palveluihin ohjaamiseen, sujuva yhteistoiminta varhaisessa puheeksiotossa, tunnistamisessa ja tuessa

7. Arjen yhteisöt vahvistavat monitoimijaisella yhteistyöllä ja viestinnällä toimintaa eritoten uusissa ympäristöissä

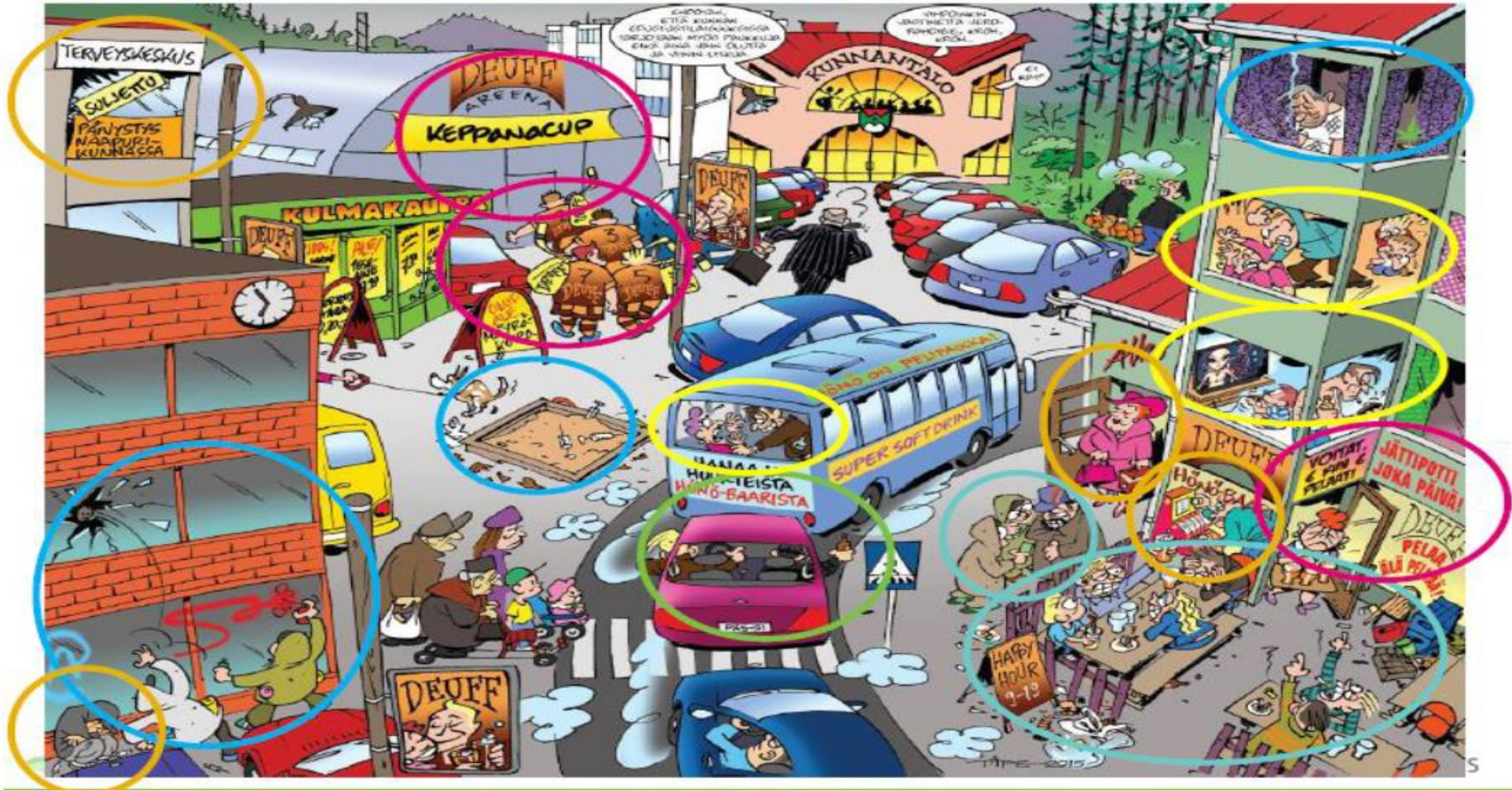
- eri ympäristöissä lisätään **asukkaiden ja päättäjien ymmärrystä stigman vaikutuksista** sekä vahvistetaan myötätuntoista ja yhdenvertaista puhetapaa
- **digitaalisiin toimintaympäristöihin soveltuvia EPT-menetelmiä** (ml. haavoittuvien ryhmien suojaaminen): mediakriittisyyden ja -lukutaidon lisääminen
- yhteisöllisyyttä lisäävä, monitoimijainen **naapurustotyön menetelmä otetaan käyttöön** alueilla, joilla esiintyy päihteiden käytöstä aiheutuvia lieveilmiöitä ja turvattomuutta.
- yhteisöt aktivoidaan tuomaan esiin päihdeisiin sekä tupakka- ja nikotiinituotteisiin liittyviä **kestävän kehityksen ongelmia ja edistämään ympäristön suojelua** niiden käytöstä aiheutuvilta haitoilta (huom! teollisuuden vaikuttamispyrkimykset)



EPT- Pohjois-Savo /HT

- ❖ Verkostotyötä ja yhteyden rakentamista/rakentumista sote- palveluihin
 - ❖ EPT ja mielenterveyden edistäminen yhdessä
 - ❖ Pohjois-Savon hyvinvointialueen hyvinvointikertomus- ja suunnitelma 2025-2029 ohjaa
-
- ✓ Pohjois-Savon EPT/EMT- verkosto (kunta, järjestö)
 - ✓ Pohjois- Savon Pakka- tarjontaryhmä (kunta, järjestö, valvovat viranomaiset, lvv)
 - ✓ Raskaus- ja vauvavaiheen mielenterveyden edistämisen verkosto (sis. päihteet)
 - ✓ Itsemurhien ehkäisyverkosto (sote, srk, järjestö)
 - ✓ Ikämiepä- verkosto (sote, srk, järjestö)
 - ✓ ”Sote-palvelujen ja miepä- järjestöjen yhteistyöverkosto” (sote, järjestö)
 - ✓ Nikotiiniton sote- työryhmä (sote, järjestö) / nikotiinittomuusyhdyshenkilöverkosto (hva)
 - ✓ (Kulttuurihyvinvointityöryhmä, osallisuus/mt)

Haitat näkyvät kuntalaisen arjessa



Kiitokset!

Ollaan yhteydessä ja tehdään yhdessä.



Lähteet:

Ehkäisevän päihdetyön toimintaohjelma

Ehkäisevä päihdetyö: opas kunnille ja hyvinvointialueille

Ehkäisevän päihdetyön toimintaohjelma ja EPT käytännössä. [Ehkäisevän päihdetyön toimintaohjelma ja EPT käytännössä –](#)

Pakka- toimintamalli. [Pakka-toimintamalli ehkäisevään päihdetyöhön - THL](#)

Sovelletut oikeusohjeet:

Laki sosiaali- ja terveydenhuollon valvonnasta 741/2023

Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä 523/2015 7 (8)

Laki sosiaali- ja terveydenhuollon järjestämisestä 612/2021

Sosiaalihuoltolaki 1301/2014

Terveydenhuoltolaki 1326/2010