



# Elämäni sankari

Puolimatkan koulun  
7.lk vanhemmat

---

TERVETULOA

26.09.2024

”Yhdessä – Ei yksin”

# Esityksen sisältö:



- Esittäytyminen
- Järjestön esittely lyhyesti + Kasvukipuja lyhytelokuva
- Päihteiden käytön muutoksia – Ovatko nuoret muuttuneet?
- Mitä koulun hyvinvointikyselyt kertovat nuorten hyvinvoinnista?
- Suojaavat tekijät ehkäisevän päihdetyön tukipilareina
- Kommentit ja kysymyksiä?

# Henrik Norrena - Taustani

- Aviopuoliso, neljän lapsen isä ja kaksinkertainen pappi
- Elämäni Sankari ry:n toiminnanjohtaja ja kouluttaja vuodesta 1998-
- Liikunta-alan tutkintoja läpi 90-luvun
  - valmentajana > 20 vuotta
- Lions Quest koulutus (-02)
- THL / kouluterveyslähettäjä (-10)
- Drug Policy Executive Course (-20), huume politiikkaa EU:n Pompidou ryhmä / Syracuse University
- Drug Policy Course (-23), huume politiikan koulutus
- Yhteistyötä kokemusasiantuntijoiden kanssa 2000-luvun alusta.



“Yhdessä – Ei yksin”

# Elämäni Sankari ry – since 1998

- Ehkäisevää päihdetyötä ja hyvinvoinnin edistämistä
  - Yleinen ehkäisy, riskiehkäisy, hoito / tuki / kuntoutus
- Uskonnollisesti ja poliittisesti sitoutumaton
- 29 jäsenyhdistystä
- Järjestön puheenjohtajana Minna Karhunen



# Toiminnan keskiössä

1. Kohtaamistyö kouluissa ja oppilaitoksissa
  - Vuosittain n. 500-600 oppituntia, joissa kohtaamme reilut 12.000 ihmistä.
  - Pidä Pääsi -koulukiertue Keski-Uudenmaan hyvinvointialueella 2022-2025
2. Tapahtumien, kuten kesäleirien, liikuntapahtumien järjestäminen nuorille
3. Materiaalien valmistaminen ehkäisevään päihdetyöhön
4. Vaikuttamistyön toteuttaminen
  - Eri verkostoissa paikallisesti, alueellisesti, valtakunnallisesti ja osin kansainvälisestikin



“Yhdessä – Ei yksin”

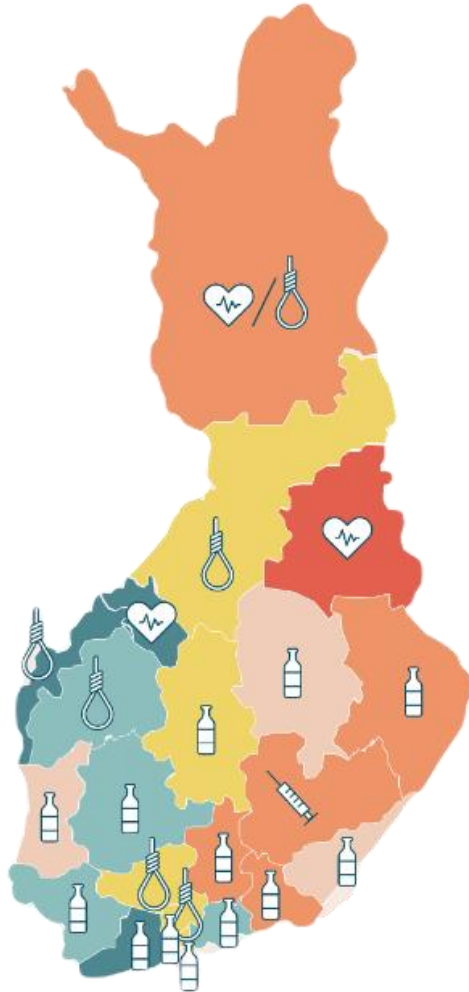


# Toimintaympäristöjen muutoksia

Ovatko nuoret muuttuneet?

“Yhdessä – Ei yksin”

# Tilannekuva: Päihteet ja rahapelit aiheuttavat merkittäviä haittoja yhteiskunnalle



- Alkoholiin ja huumeisiin menetetään Suomessa ennenaikaisesti **yli 47 000 elinvuotta** joka vuosi
- **89 000 lasta** asuu perheessä, jossa ainakin toisella vanhemmalla on päihdeongelma
- Lasten ja nuorten tupakka- ja nikotiinituotteiden käyttö on kääntynyt nousuun vuosina 2021–2023
- Suomi on **Euroopan kärkimaa** nuorten huumekuolemista
- **Noin 151 000** suomalaista pelaa rahapelejä riskitasolla



Oxydolor 80mg puolan nappeja nyt löytyis varastosta rajallinen määrä elikkäs depotti nappeja skulaa niin kuin kuuluukin, ei sisällä fentaa testattu monen toimesta jo ennen tänne myyntiin laittoa.

1/70€  
2/110€  
3/140€ ( isompia voi kysyä yv puolella )

Muista secretchat, kiitos jo valmiiksi !

Vastassa todellakin asiansa osaava suomalainen vendori, joka hoitaa kaupat nopeasti ja sujuvasti ilman mitään turhia säätöjä. Toivon sinulta samaa !! 🇫🇮

Haku: Tikkurila/Kerava/  
Järvenpää / pääsääntöisesti  
siellä päin pyörin. 🍷

10.27

LIITY

KOTIMAA

9.2.2024

## Suomeen on tuotu huippuvaarallista tappajahuumetta – tältä se näyttää

Metonititseeni-tabletteja on tuotu hälyttävissä määrin Suomeen. Ne ovat aiheuttaneet useita kuolemia, poliisi kertoo.



Kuvissa poliisin takavarikoimia metonititseeni-tabletteja.  
KUVA: POLIISI



Nitazenes - synthetic opioid



“Päihdetarjonta on monipuolistunut ja saatavuus on parantunut. Kaupankäynti on anonyymiä ja valtaosa siitä tapahtuu Internetissä”

Lähde: Elämäni Sankari ry



Nuorisrikollisuuden kasvu on valtakunnallinen ilmiö.

# HYVINVOINTIKYSELYT 2024

- 7.luokat Puolimatka
  - Vastaajia 58 oppilasta
  - Kyselyyn on vastattu syyskuussa 2024
  - Anonymikysely (Webropol), jonka tulokset ovat suuntaa antavia
  - Kysely on toteutettu osana "Pidä Pääsi" -koulukiertuetta, johon vastaa n. 4.500 Keski-Uudenmaan hyvinvointialueen nuorta vuosittain
- 8. luokat Puolimatka
  - Vastaajia 44 oppilasta
- 9. luokat Puolimatka
  - Vastaajia 37 oppilasta



# Elämänhallinnan haasteet / Puolimatka

Nukkuminen, liikkuminen, ruokaileminen, harrastukset, kaverisuhteet

- Puolimatkan oppilaista **19 %** ilmoitti menevänsä nukkumaan arkisin klo 24 tai myöhemmin (7. lk:t **14 %**)
- **48 %** nuorista liikkuu päivittäin, 15 % kerran viikossa / harvemmin
  - 17 % ilmoitti, että hyötyliikuntaa kertyy 2h tai enemmän päivässä (7.lk:t **17 %**)
- **53 %** ruokailee koulussa päivittäin, (7. lk:t **46 %** ruokailee päivittäin)
- **50 %** nuorista sitä mieltä, että viihde-elektroniikan käyttö syrjäyttää aika ajoin muista tärkeistä asioista (7. lk:t **51%**)
- **52 %** kertoo jonkun läheisen huomauttaneen asiasta (7. lk:t **47 %**)
- **6 %** Ei yhtään hyvää ystävää, (7.lk:t **7 %**)

# Nikotiinituotteet / Puolimatka

Tupakka, nuuska, e-savuke, nikotiinipussit

- Säännöllinen käyttö:  
vuonna 2024 7 % Keusote 7. lk:t ka. 3 %  
(tupakka 50%, nikotiinipussit 50%, e-savuke 100%)
- Satunnainen käyttö:  
vuonna 2024 3 % Keusote 7. lk:t ka. 2 %  
Milloin satunnainen käyttö muuttuu säännölliseksi?
- Sähkösavuke ja nikotiinipussit tuoreimmat näkyvät ilmiöt yleisesti eri puolella



## E-savukkeet – valtakunnallinen tuore ilmiö

- [https://yle.fi/a/74-20053056?utm\\_source=social-media-share&utm\\_medium=social&utm\\_campaign=y-lefiapp](https://yle.fi/a/74-20053056?utm_source=social-media-share&utm_medium=social&utm_campaign=y-lefiapp)
- Uutinen julkaistu 04.10.2023 / YLE
  - ➔ E-savukkeen löydöksissä mm. lyijyä, glyserolia, nikotiinia, kuparia, sinkkiä ja muita raskasmetalleja



# Alkoholin humalajuominen / Puolimatka

En käytä, käytän viikoittain, harvemmin, 1-2 krt./kk

|                                    | <u>Puolimatka 7. lk:t</u> | <u>Keusote 7.lk:t</u> |
|------------------------------------|---------------------------|-----------------------|
| • En käytä koskaan                 | 89 %                      | 93 %                  |
| • Käytän kerran / vko tai useammin | 0 %                       | 1 %                   |
| • Käytän harvemmin                 | 11 %                      | 4 %                   |
| • Käytän 1-2 krt. / kk             | 0 %                       | 2 %                   |

Lähde: Hyvinvointikyselyt Elämäni Sankari ry 2024

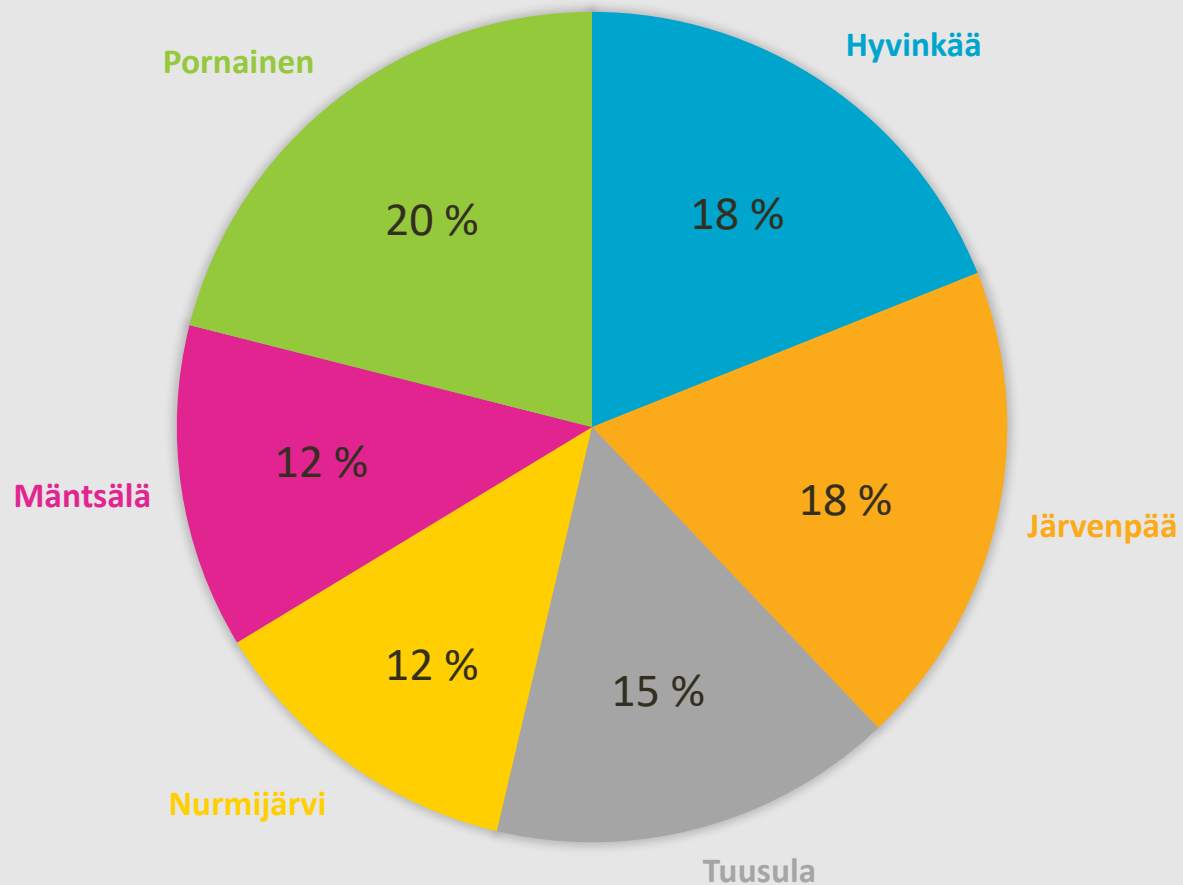
# Kohdannut huumausainetarjontaa / Puolimatka

|         | <u>Puolimatka 7. lk:t</u> | <u>Keusote 7.lk:t</u> |
|---------|---------------------------|-----------------------|
| • En    | 86 %                      | 90 %                  |
| • Kyllä | 14 %                      | 10 %                  |

Lähde: Hyvinvointikyselyt Elämäni Sankari ry 2024

\* Kouluterveystutkimus 2023:  
Omalta paikkakunnalta on  
helppo hankkia huumeita  
57,5 % 8.-9. luokat / Keusote

# Huumetarjontatilanteiden kohtaaminen kunnittain



Hyvinvointikysely Keusote yläkoulut 2023, (N=4.853)

“Yhdessä – Ei yksin”

# Oletko käyttänyt huumeaineita?

|   | <u>Puolimatka 7. lk:t</u> | <u>Keusote 7. lk:t</u> |
|---|---------------------------|------------------------|
| * Kyllä                                   | 2 %                       | 1 %                    |
| * En, mutta olen kiinnostunut kokeilemaan | 7 %                       | 1 %                    |

## MUITA HUOMIOITA...

- ✓ Haluaisi viettää enemmän aikaa vanhempiensa kanssa

|         | <u>Puolimatka 7. lk:t</u> | <u>Keusote 7. lk:t</u> |
|---------|---------------------------|------------------------|
| * Kyllä | 11 %                      | 18 %                   |

- ✓ Ei tiedä, mistä saada apua tarvittaessa - Puolimatka 7. lk:t 35 %, Keusote 37 %
- ✓ Päihdekeskustelut (koulussa) tärkeitä - Puolimatka 7. lk:t 79 %, Keusote 73 %
- ✓ Keskustellut päihteistä vanhempiensa kanssa - Puolimatka 7. lk:t 72 %, Keusote 70 %

## Onko kohdannut kiusaamista viimeisen 12 kk aikana?

- ollut kiusattuna, kiusannut itse, molemmat edellä mainitut vaihtoehdot

- Puolimatka 7. lk:t 28 %
- Keusote 7. lk:t 23 %

## Kuinka usein ollut tyytyväinen omaan elämäänsä viimeisen 12 kk aikana?

Koko ajan / lähes koko ajan

- Puolimatka 7. lk:t 57 %
- Keusote 7. lk:t 61 %

# Nuoren kanssa käytävät keskustelut päihteistä

- Ajankohta keskustelulle? Valmius toimia nuoren ehdoilla
- Jaksaa palata aiheeseen, vaikka tuloksia ei heti tulisikaan
- Kerro omasta huolestasi, se ei ole keneltäkään pois
- Vältä syyttämistä ja syylistämistä, mutta myös liiallista sinisilmäisyyttä
- Kuuntele ja kysy myös mahdollisen käytön motiiveista
- Pysy rauhallisena
- Hyväksy nuori ihmisenä, vaikka et kaikki tekoja hyväksykään

# Mistä apua päihdeasioissa alaikäisille?

<https://www.keusote.fi/palvelumme/paihdepalvelut/>



## Nuorisoasema Hyvinkää

Tapaamiset nuorisoasemalla sovitaan pääsääntöisesti maanantaista perjantaihin klo 8-16.

Tapaamisia järjestetään myös Jokelan ja Kellokosken terveysasemilla.

## Käyntitiedot

Suutarinkatu 2 D III krs.

[Puh. 019 226 0111](tel:0192260111)

## Palveluajat

- Maanantai 8:00 - 16:00
- Tiistai 8:00 - 16:00
- Keskiviikko 8:00 - 16:00
- Torstai 8:00 - 16:00
- Perjantai 8:00 - 16:00

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

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

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

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

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

MISTÄ APUA /  
LISÄTIETOA?

Maksuton neuvontapuhelin  
0800 90045



MLL vanhempainpuhelin  
[0800 92277](tel:080092277).

0800 980 66

**Irti Huumeista -puhelin**

Ma-pe 9-15, ma-to 18-21

# Lasten tarve vanhempaan Ei ole muuttunut

Läsnäolo

Rajojen asettaminen

Rakkauden osoittaminen

Yhdessä tekeminen

Luottamus ja  
puheyhteyden  
vaaliminen

Turvallisuuden  
tunteen luominen

Ruoka- ja varuste-  
huollosta vastaaminen

“Yhdessä – Ei yksin”



- Oletpa suloinen
- Mitä puuhasit tänään?
- Mitä haluaisit tehdä seuraavalla lomallamme?
- Tule kainaloon

“Yhdessä – Ei yksin”

Lähde: Kodinkuvalehti 09.02.2017,  
lastenpsykiatri Jari Sinkkonen



# Elämäni sankari

Kiitos mielenkiinnosta!

Hyvää syksyn jatkoa!



[#elämänisankari](#)

[elamanisankari.fi](https://elamanisankari.fi)