

# Pohjois-Karjalan ehkäisevän päihdetyön viestintä- ja vaikuttamissuunnitelma

15.12.2023

# Sisällysluettelo

1. <u>Taustaa ehkäisevän päihdetyön viestinnälle</u> .....	4	7.5 <u>Pohjois-Karjalan asukkaat yli 65-vuotiaat</u> .....	24
2. <u>Ehkäisevän päihdetyön viestintää ohjaavat</u> .....	5	7.6 <u>Päätäjät</u> .....	28
3. <u>Ehkäisevän päihdetyön viestinnän päämäärät</u> .....	6	7.7 <u>Henkilöstö</u> .....	32
4. <u>Ehkäisevän päihdetyön viestinnän tavoitteet</u>		7.8 <u>Teema: päihteiden välittäminen</u> .....	36
<u>Pohjois-Karjalassa</u> .....	7	8. <u>Vinkkejä mediayhteistyöhön</u> .....	41
5. <u>Työnjako</u> .....	8	9. <u>Tehostettu viestintä</u> .....	44
6. <u>Vastuut – Sidosryhmäkartta</u> .....	9	10. <u>Arviointi ja mittaaminen</u> .....	45
7. <u>Kohderyhmät</u> .....	10	11. <u>Ehkäisevän päihdetyön viestinnän haasteet ja riskit</u> .....	46
7.1 <u>Pääviesti</u> .....	11	12. <u>Muistilista</u> .....	47
7.2 <u>Pohjois-Karjalan asukkaat: alle 18-vuotiaat</u> .....	12	13. <u>Vuosikello</u> .....	48
7.3 <u>Pohjois-Karjalan asukkaat: 18–35-vuotiaat</u> .....	17	14. <u>Viestinnän malli</u> .....	49
7.4 <u>Pohjois-Karjalan asukkaat: 36–64-vuotiaat</u> .....	21	15. <u>Materiaalia</u> .....	50

**Toivomme, että tämä suunnitelma antaa työkaluja ja rohkaisee viestimään ehkäisevästä päihdetyöstä.**

**Aloita pienestä ja suuntaa kohti suurempaa.**

Yhdessä tekemällä on mahdollista päästä kohti entistä vaikuttavampaa ehkäisevää päihdetyötä!

# 1. Taustaa ehkäisevän päihdetyön viestinnälle

**Ehkäisevän päihdetyön tavoitteena on ehkäistä ja vähentää pähteiden käyttöä, ongelmallista raha- ja digipelaamista sekä niiden aiheuttamia haittoja.**



Ehkäisevä päihdetyö pitää sisällään alkoholin, nikotiinituotteiden, huumausaineiden ja muiden päihtymiseen käytettävien aineiden sekä rahapelaamisen aiheuttamien haittojen ehkäisyn. Ongelmallisen rahapelaamisen rinnalla on alettu puhua myös ongelmallisesta digipelaamisesta.



Ehkäisevä päihdetyö on osa hyvinvoinnin, terveyden ja turvallisuuden edistämistä, jota tekevät yhdessä kunnat, hyvinvointialueet ja alueen muut toimijat.

## 2. Ehkäisevän päihdetyön viestintää ohjaavat:

Ehkäisevän päihdetyön lain mukaisesti kuntien ja hyvinvointialueiden tehtävänä on huolehtia siihen liittyvästä viestinnästä. Kuntien ja hyvinvointialueiden tulee huolehtia kunnan päihdeolojen seurannasta ja niitä koskevasta tiedotuksesta sekä siitä, että päihdehaittoja ja niiden vähentämistä koskevaa tietoa tarjotaan koko väestölle. [Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä 523/2015](#)

- Ehkäisevän päihdetyön toimintaohjelma (2015–2025) tukee ehkäisevän päihdetyön järjestämistä koskevan lain (523/2015) toimeenpanoa antaen suuntaviivat toiminnalle sekä alueilla ja kunnissa tehtävälle työlle.
  - Painopiste 2. Haitoista viestitään tutkittuun tietoon perustuen yksilöiden valintojen ja sosiaali- ja terveyspolitiikan tueksi. [Ehkäisevän päihdetyön toimintaohjelma - Väliarviointi ja tehostettavat toimet vuoteen 2025 \(2021\) PDF](#)
- Opas kunnille ja hyvinvointialueille
  - Luku 6 Vaikuttavasti viestien [Ehkäisevä päihdetyö – opas kunnille ja hyvinvointialueille \(2022\) PDF](#)
- Periaatteet ja arvot kunkin toimijan omista taustoista
  - Pohjois-Karjalan hyvinvointialue – Siun sote -viestintäpolitiikka [Viestinnän yleiset periaatteet – Pohjois-Karjalan hyvinvointialuekonsernin viestintäpolitiikka \(2023\) PDF](#)
- [Ehkäisevän päihdetyön toimintasuunnitelma 2023-2025 Pohjois-Karjala \(2023\) PDF](#)

### 3. Ehkäisevän päihdetyön viestinnän päämäärät

- Lisätä väestön tietoisuutta alkoholin, nikotiinituotteiden, huumausaineiden, raha- ja digipelaamisen haitoista ja riskeistä sekä niiden ehkäisemisen keinoista ja avun saannin mahdollisuuksista.
- Viestiä päihde- ja pelihaitoista tutkittuun tietoon perustuen yksilöiden valintojen ja sosiaali- ja terveystieteiden tueksi.
- Edistää päihteisiin liittyvien uskomusten, asenteiden ja normien muuttamista.
- Lisätä päättäjien ymmärrystä toimivaksi todetuista keinoista.
- Pyrkiä purkamaan negatiivisia ennakkokäsityksiä päihteitä käyttävistä ihmisistä tai henkilöistä, joilla on rahapeliongelmaa.
- Pyrkiä saamaan tukea erilaisille ehkäisevän päihdetyön toimille, kuten ikärajavälivaltuutukselle ja muulle saatavuuden sääntelylle.
- Pyrkiä vaikuttamaan arvoihin ja toimintamalleihin.

## 4. Ehkäisevän päihdetyön viestinnän tavoitteet Pohjois-Karjalassa:

1. Ehkäistä ja vähentää nuorten (alle 18-v.) nikotiinituotteiden käyttöä.

2. Ehkäistä nuorten (alle 18-v.) kannabiksen käyttöä.

3. Ehkäistä ja vähentää työikäisten alkoholin riskikäyttöä.

4. Ehkäistä ja vähentää ikääntyvien alkoholin riskikäyttöä.

5. Ehkäistä alkoholin ja nikotiinituotteiden välittämistä alaikäisille

# 5. Työnjako

## KUNNAT

**Kuntien tehtävänä on huolehtia ehkäisevän päihdetyön viestinnästä.**

Ehkäisevän päihdetyön yhdyshenkilö tai asiantuntija on sisällön vastuhenkilö ja antaa ”syötteen” ja sisällön viestijälle. Viestinnän asiantuntija tai viestinnästä vastaava henkilö huolehtii muotoilusta ja julkaisusta.

## HYVINVOINTIALUE – SIUN SOTE

**Hyvinvointialueen tehtävänä on huolehtia ehkäisevän päihdetyön viestinnästä.**

Ennalta ehkäisevän päihdetyön asiantuntija on sisällön vastuhenkilö ja antaa ”syötteen” ja sisällön viestijälle. Hänelle kuuluu myös viestinnän mittaaminen ja arviointi. Viestinnän asiantuntija huolehtii muotoilusta, loppuviimeistelystä ja julkaisusta.

## MUUT TOIMIJAT JA ORGANISAATIOT

**Kaikki aiheen parissa toimivat tahot saavat hyödyntää tätä viestintäsuunnitelmaa omassa ehkäisevän päihdetyön viestinnässään.**



# 6. Vastuut - Sidosryhmäkartta

## HYVINVOINTIALUE

Tuottaa oikeaa ja ajantasaista tietoa alueen asukkaille, päättäjille, muille sidosryhmille ja henkilökunnalle

- Vaikuttamisviestintä
- Mediaviestintä
- Viestintää palveluista
- Viestinnän arviointi ja mittaaminen

Sisällön vastuuhenkilö:

Ellinoora Ojala

Ennaltaehkäisevän päihdetyön asiantuntija,

Siun sote

[ellinoora.ojala@siunsote.fi](mailto:ellinoora.ojala@siunsote.fi)

Siun soten viestintä:

Niina Vatanen

Viestintäsuunnittelija,

Siun sote

[niina.vatanen@siunsote.fi](mailto:niina.vatanen@siunsote.fi)

## KUNNAT

Toteuttavat jaettua viestintää, tapahtumatai toimintaviestintää sekä kampanjaviestintää

### Heinävesi

Markus Lindroos

[markus.lindroos@heinavesi.fi](mailto:markus.lindroos@heinavesi.fi)

### Iломantsi

Päivi Nenonen

[paivi.nenonen@ilomantsi.fi](mailto:paivi.nenonen@ilomantsi.fi)

### Joensuu

Hilkka Mäkinen,

[hilkka.makinen@joensuu.fi](mailto:hilkka.makinen@joensuu.fi)

### Juuka

Anne Niskanen

[anne.niskanen@juuka.fi](mailto:anne.niskanen@juuka.fi)

### Kontiolahti

Sini Rantaeskola

[sini.rantaeskola@kontiolahti.fi](mailto:sini.rantaeskola@kontiolahti.fi)

### Kitee

Tiia-Riina Lintumäki-Karhapää

[Tiia-riina-lintumaki-karhapaa@kitee.fi](mailto:Tiia-riina-lintumaki-karhapaa@kitee.fi)

### Lieksa

Juha Ryyänen

[juha.ryynanen@lieksa.fi](mailto:juha.ryynanen@lieksa.fi)

### Liperi

Eeva Elomäki

[eeva.elomaki@liperi.fi](mailto:eeva.elomaki@liperi.fi)

### Nurmes

### Outokumpu

Jukka Orenius

[Jukka.orenius@outokummunkaupunki.fi](mailto:Jukka.orenius@outokummunkaupunki.fi)

### Polvijärvi

Ville Hyvönen

[Ville.hyvonen@polvijarvi.fi](mailto:Ville.hyvonen@polvijarvi.fi)

### Rääkkylä

Jyrki Kymäläinen

[jyrki.kymalainen@raakkyla.fi](mailto:jyrki.kymalainen@raakkyla.fi)

### Tohmajärvi

Seija Rosti

[seija.rosti@tohmajarvi.fi](mailto:seija.rosti@tohmajarvi.fi)

## JÄRJESTÖT

### Pohjois-Karjalan

### Sosiaaliturvayhdistys

Lähellä.fi-uutiskirje ja

Yhdistysyhteistyö-sivusto

### Pohjois-Karjalan

### kansanterveyden keskuksen

### EPT-työryhmä

Kari Hyvärinen,

toiminnanjohtaja

[kari.hyvarinen@pkkkansanterveys.fi](mailto:kari.hyvarinen@pkkkansanterveys.fi)

### EHYT RY

Asiantuntijuus

Kampanjamateriaalit

Elisa Aarnio,

asiantuntija Itä-Suomi

[elisa.aarnio@ehyt.fi](mailto:elisa.aarnio@ehyt.fi)

## POLIISI

Arto Tynkkynen

Rikosylikonstaapeli

[arto.tynkkynen@poliisi.fi](mailto:arto.tynkkynen@poliisi.fi)

### Ankkuritoiminta

Minna Väistö

Rikosylikonstaapeli

[minna.vaisto@poliisi.fi](mailto:minna.vaisto@poliisi.fi)

## OPPILAITOKSET

### Riveria

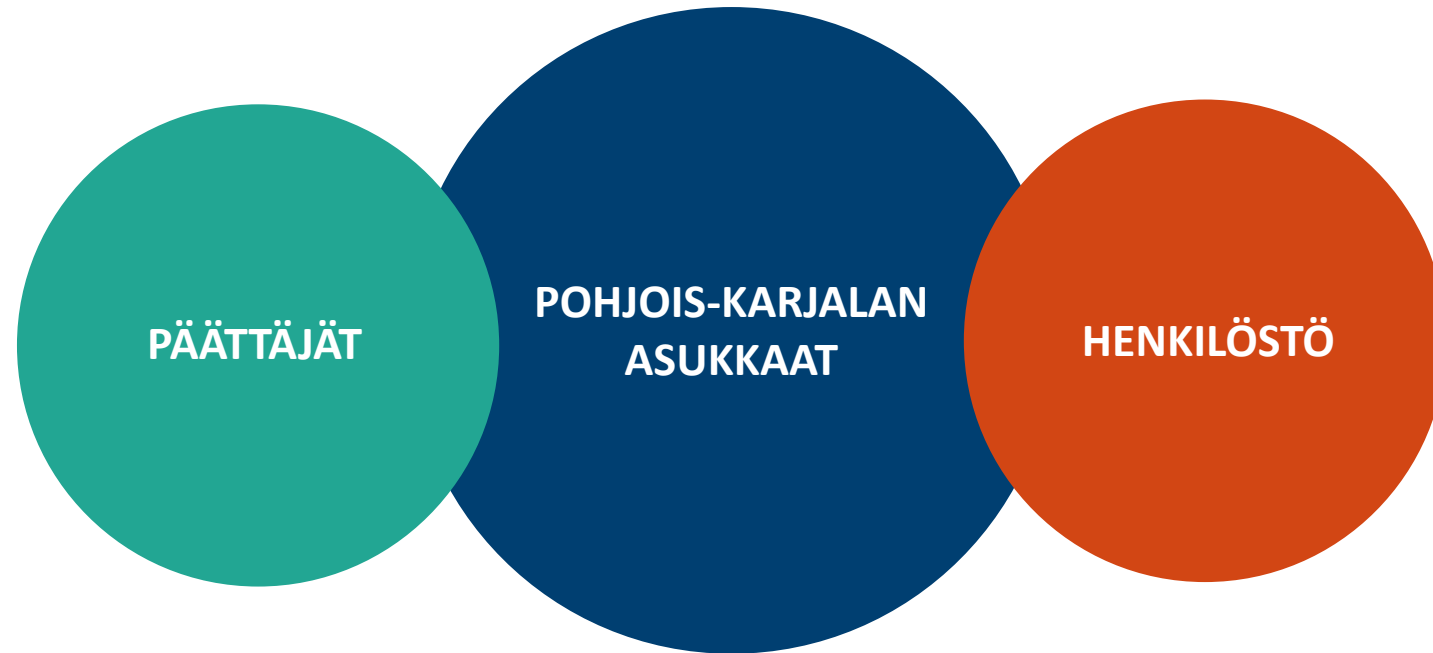
Janne Lilja

Opiskelijayhteisön kehittäjä

[janne.lilja@riveria.fi](mailto:janne.lilja@riveria.fi)

Viestintäyhteistyötä voi tehdä myös muiden kuin tässä mainittujen tahojen kanssa.

# 7. Kohderyhmät



Kuka vain voi vaikuttaa päihdekulttuuriin. Kaikki luovat päihdekulttuuria toimillaan, käytöksellään ja esimerkillään. Viestintä voi antaa syötteen oman tai läheisen ihmisen päihteiden ja nikotiinituotteiden käytön, raha- tai digipelaamisen tapojen sekä niihin liittyvien asenteiden pohdintaan ja kannustaa hakeutumaan tarvittaessa avun piiriin.

Lähde: [Ehkäisevä päihdetyö – opas kunnille ja hyvinvointialueille \(2022\) PDF](#)

# 7.1 Pääviesti

- Pääviesti kiteyttää kohderyhmälle välitettävät **ydinasiat**.
- Pääviesti on tyypillisesti **lyhyt, selkeä ja helposti ymmärrettävä lause**.
- Voit käyttää pääviestejä **sellaisenaan** sopivissa yhteyksissä (esim. some, mediatiedotteet, tilaisuudet) tai ne voivat toimia **tarkistuslistana** ("Asiat, jotka haluan tässä yhteydessä välittää").
- Keskeistä on, että **pääviestit toistuvat viestinnässä ja vaikuttamisessa**.

KOHDERYHMÄ:

# Alle 18-vuotiaat



## 7.2 Pohjois-Karjalan asukkaat: alle 18-vuotiaat

### KOHDERYHMÄN KUVAUS:

- Alle 18-vuotiaat
- Kannabista tai nikotiinituotteita kokeilleet ja ei-kokeilleet nuoret

### KANAVAT:

- Somekanavat: Tiktok, Snapchat, Instagram
  - Vaikuttajat
- Huoltajien kautta (Wilma-viestit)
- Koulujen kautta



### KOHDERYHMÄKOHTAISET TAVOITTEET:

#### 1. Ehkäistä ja vähentää nuorten (alle 18-v.) nikotiinituotteiden käyttöä

- Annetaan tietoa uusien nikotiinituotteiden riskeistä.
- Annetaan tietoa nikotiinin terveyshaitoista.

#### 2. Ehkäistä nuorten (alle 18-v.) kannabiksen käyttöä

- Annetaan tietoa kannabiksen haitoista.
  - Kannabiksen vaikutukset nuorten aivoihin ja niiden kehitykseen.
  - Nuorena aloitettu kannabiksen käyttö altistaa mielenterveyshäiriöiden synnylle.



## KÄYTÄNNÖT, MITÄ KANNATTAA TEHDÄ

- Vaikuta nuorten päihteiden käyttöä koskeviin asenteisiin ja aikomuksiin.
- Viesti päihteiden käytön sosiaalisista ja taloudellisista lyhyen aikavälin seurauksista.
  - Nuorille ryhmään kuulumisen terveyshaittoja tärkeämpää.
- Oikaise virheellisiä ”väittämiä”.
- Viesti huoltajille: Oletko keskustellut kannabiksesta nuoren kanssa?
- Viestinnän sävy: muistetaan lempeys ja välittäminen.
- Kannabiksen ohella myös muista huumausaineista ja lääkkeistä viestiminen.



## KÄYTÄNNÖT, MITÄ EI KANNATA TEHDÄ

- Älä viesti vain terveyshaitoista.
- Älä pelottele tai luo stigmaa.
- Älä vertaile eri päihteitä keskenään.
- Ei ainoastaan ”valistamista” ja tiedon yksisuuntaista jakamista vaan vuorovaikutusta nuorten kanssa.
- Nuoret itse usein toivovat kokemusasiantuntijoita, mutta lasten ja nuorten päihdekasvatukseen päihdeongelmia kokeneet kokemusasiantuntijat eivät sovi.  
→ [THL- Päihdekasvatus \(2023\)](#)

## Pääviestit: alle 18-vuotiaat

# Kannabis

Idea viestintään:

*”Eihän kannabis ole oikea huume?”*

Myytit ja faktat

*Rauhoittaa – ahdistaa*

*Turvallinen huume –*

*Riippuvuus*

*Piristää – altistaa riskeille*

*Keskittyminen –*

*oppimiskyky*

- Sinä itse valitset, millaiseen porukkaan haluat kuulua ja kenestä otat mallia.
- Ei ole olemassa vaaratonta ja haitatonta huumetta.
- Suurin osa nuorista ei käytä kannabista.
- Aikuisten kanssa voit jutella kaikista asioista, myös päihteistä.
- Kannabiksen hallussapito on rikos.

Pääviestit: alle 18-vuotiaat

# Nikotiinituotteet

Idea viestintään:

*"Nikotiini lisää ja ei lisää"*  
Oikein-merkit ja ruksit:  
vetovoima, keskittymiskyky,  
fyysinen suorituskyky,  
palautuminen jne.

- Kaikki nikotiinituotteet aiheuttavat voimakasta riippuvuutta ja ovat terveydelle haitallisia.
- Olet fiksu, luota omaan arviointikykyysi.
- Ei ole olemassa vaaratonta ja haitatonta nikotiinituotetta.
- Nikotiini ei lisää kenenkään vetovoimaa.
- Et tarvitse nikotiinia.
- Suurin osa nuorista ei käytä nikotiinivalmisteita.
- Rahallesi on parempaakin käyttöä.



KOHDERYHMÄ:

# 18–35 -vuotiaat



## 7.3 Pohjois-Karjalan asukkaat: 18–35-vuotiaat

### KOHDERYHMÄN KUVAUS:

- Ns. suuri yleisö
  - Opiskelijat
  - Työikäiset
  - Vanhemmat ja huoltajat
- Näkökulmat: käyttää itse alkoholia, alkoholia käyttävien läheiset

### KANAVAT:

- Somekanavat: Instagram, Facebook, Tiktok
- Paikallismediat: sanomalehdet, radio
- Siun soten verkkosivut
- Vanhemmat ja huoltajat: Daisy- ja Wilma-viestit



### KOHDERYHMÄKOHTAISET TAVOITTEET:

Ehkäistä ja vähentää työikäisten alkoholin riskikäyttöä  
→ Annetaan tietoa alkoholin riskikäytöstä ja sen seurauksista.



## KÄYTÄNNÖT, MITÄ KANNATTAA TEHDÄ

- Viesti vähentämisen hyödyt edellä.
- Tarjoa konkreettisia vinkkejä alkoholin käytön tilalle.
- Ajankohtaisten ilmiöiden kuten Sober Curious hyödyntäminen.
  - [Nuortenlinkki blogi: Sober Curious resonoi nuorille – hauskaa halutaan pitää selvin päin](#)
- Samaistuttavuus, esimerkit jotka vetoavat:
  - Arjen näkökulmat ja havainnot
- Minäpystyvyyden tukeminen.
- Huomioi myös läheiset, kuten lapset ja kumppanit.
  - [Oletko huolissasi kumppanin päihteiden käytöstä – Testi kumppanin päihteiden käytön vaikutuksesta parisuhteeseen - EHYT ry \(2023\)](#)



## KÄYTÄNNÖT, MITÄ EI KANNATA TEHDÄ

- Älä syyllistä ja pelottele.
- Älä vahvista stigmaa.

## Pääviestit: 18–35-vuotiaat

# Alkoholi

Idea viestintään:

*”Alkoholi ja tunteet”*

Ärsyttää? Sait uuden duunin?

Lapset riitelevät koko ajan?

Töissä stressiä? Onnistuin?

Jne... Onko vastauksesi  
alkoholi?

- Sinä itse valitset, millaiseen porukkaan haluat kuulua.
- Lasillinen – satunnaisesti vai tavan vuoksi?
- Ilman alkoholia nukut ja palaudut paremmin.
- Ruuhkavuodet – hyvä syy vähentää alkoholin käyttöä.
- Humaltuneena kukaan ei ole paras versio itsestään.
- Jo parin baari-illan hinnalla voisit aloittaa uuden harrastuksen.
- Huolehdi hyvinvoinnistasasi – tarkastele tottumuksiasi.
- Kun otat vähemmän, kiität itseäsi aamulla.

KOHDERYHMÄ:

# 36–64- vuotiaat



## 7.4 Pohjois-Karjalan asukkaat: 36–64-vuotiaat

### KOHDERYHMÄN KUVAUS:

- Ns. suuri yleisö
  - Työikäiset
  - Vanhemmat ja huoltajat
- Näkökulmat: käyttää itse alkoholia, alkoholia käyttävien läheiset

### KANAVAT:

- Somekanavat: Instagram, Facebook
- Paikallismediat: sanomalehdet, radio
- Siun soten verkkosivut
- Vanhemmat ja huoltajat: Daisy- ja Wilma-viestit



### KOHDERYHMÄKOHTAISET TAVOITTEET:

Ehkäistä ja vähentää työikäisten alkoholin riskikäyttöä.  
→ Annetaan tietoa alkoholin riskikäytöstä ja sen seurauksista.

## Pääviestit: 36–64-vuotiaat

# Alkoholi

- Ilman alkoholia nukut ja palaudut paremmin.
- Lasillinen – satunnaisesti vai tavan vuoksi?
- Elämäsi ja läheisesi ovat päihteitä arvokkaampia – kokeile vähentämistä.
- Ruuhkavuodet – hyvä syy vähentää alkoholin käyttöä.
- Humaltuneena kukaan ei ole paras versio itsestään.
- Voisiko rahoillesi olla parempaakin käyttöä?
- Ei ole häpeä myöntää, jos oma alkoholin käyttö huolestuttaa.

Idea viestintään:

### *”Todellinen hinta”*

Esimerkiksi saunakaljat = kalja saunan lämmityksen ohessa, saunoessa, saunan jälkeen, saunan lämmitys 4 kertaa viikossa. → Saunotteluiden todellinen hinta terveydelle, lähisuhteille ja taloudellisesti.

KOHDERYHMÄ:

# Yli 65 -vuotiaat





## 7.5 Pohjois-Karjalan asukkaat: yli 65-vuotiaat

### KOHDERYHMÄN KUVAUS:

- Nivelvaiheet: (vasta)eläköityneet, läheisen menetys
- Isovanhempia
- Vaikuttavia tekijöitä: yksinäisyys, turvallisuus, ikääntymisen tuomat seuraukset, sairaudet ym.
- Läheiset ja omaiset

### KANAVAT:

- Paikallismediat: sanomalehdet, radio
- Läheiset: Sosiaalinen media (Facebook)
- Yleisötilaisuudet, ilmoitustaulut
- Ikäneuvolat
- Jalkautuva työ, henkilökohtainen kontakti
- Alueen järjestöjen kautta



### KOHDERYHMÄKOHTAISET TAVOITTEET:

- Ehkäistä ja vähentää ikääntyvien alkoholin riskikäyttöä.  
→ Annetaan tietoa alkoholin haitoista ikääntyessä.
- Huomioidaan riskirajat, lääkkeet ja alkoholi.



## KÄYTÄNNÖT, MITÄ KANNATTAA TEHDÄ

- Tietoa aiheesta ikä ja päihteet: vaikutukset terveyteen, kustannuksiin, sosiaalisiin suhteisiin, liikenneturvallisuuteen ym.
- Tärkeää huomioida vastaeläköityneet ja lisääntynyt vapaa-aika.
- Huomioi aiheen sensitiivisyys.
- Kannusta vähentämiseen ja avaa vähentämisen hyötyjä.
- Kerro, mistä saa tukea ja apua esimerkiksi hankalaan elämäntilanteeseen.
- Tarjoa muita vaihtoehtoisia tapoja toimia.
- Viesti myös läheisten kautta.
- Samaistuttavat roolimallit ja esimerkit.



## KÄYTÄNNÖT, MITÄ EI KANNATA TEHDÄ

- Älä syyllistä ja pelottele.
- Älä vahvista stigmaa.

## Pääviestit: yli 65-vuotiaat

# Alkoholi

- Anna elämänviisautesi näkyä valinnoissasi.
- Millaista esimerkkiä haluat näyttää lapsenlapsillesi?
- Alkoholi ei auta arkiaskareissa.
- Tiedätkö, miten alkoholi vaikuttaa käyttämiesi lääkkeiden kanssa?
- Eläkkeellesi on parempia käyttökohteita kuin alkoholi.
- Ikääntyessä alkoholin käytön riskirajat laskevat.
- Vähentämällä alkoholin käyttöä parannat elämänlaatuasi.

KOHDERYHMÄ:

# Päätäjät



## 7.6 Päättäjät:

### KOHDERYHMÄN KUVAUS:

- Valtuustojen, hallitusten, lautakuntien ja neuvottelukuntien jäsenet Pohjois-Karjalassa

### KANAVAT:

- Siun soten uutiskirje (ilmestyy kerran kuukaudessa)
- Tietoiskut ennen kokouksia (esim. valtuustot)
- Tiedotteet



### KOHDERYHMÄKOHTAISET TAVOITTEET:

- Tavoitteena lisätä tietoa
  - Ehkäisevästä päihdetyöstä (muun muassa lainsäädäntö).
  - Ehkäisevän päihdetyön rakenteista.
  - Kuinka vastuut jakautuvat ja ehkäisevä päihdetyö huomioidaan päätöksenteossa?



## KÄYTÄNNÖT, MITÄ KANNATTAA TEHDÄ

- Ennalta ehkäisevään päihdetyöhön kannattaa resursoida, koska se säästää euroja ja inhimillistä kärsimystä sekä edistää terveyttä ja hyvinvointia.
- Tarjoa konkreettisia ratkaisuja ja kuvaa ehkäisevän päihdetyön hyötyjä.
- Viesti ilmiöistä: miten päihdepulmat näkyvät maakunnan asukkaiden hyvinvoinnissa.
- Viesti toimenpiteistä ja tarjoa tietoa vaikuttavista toimista.
- Viestit on oleellista saada asian kannalta oikeille henkilöille.
- Ajoitus on tärkeää. Viesti on hyvä ajoittaa niin, että se on osa käynnissä olevaa päätöksentekoprosessia.



## KÄYTÄNNÖT, MITÄ EI KANNATA TEHDÄ

- Älä tee monimutkaisia, pitkiä ja vaikeaselkoisia viestejä.
- Älä spekuloi, esitä vanhentunutta tietoa tai huonosti valmisteltuja sisältöjä.

# Pääviestit: Päätäjät

Idea viestintään:

*"Infograafi"  
Miten päihteiden käyttö alueellasi näyttäytyy?  
Millaisia inhimillisiä ongelmia se aiheuttaa?  
Mitä kustannuksia siitä seuraa?*

- Ehkäisevä päihdetyö on taloudellisesti kannattavaa, sillä pelkästään alkoholin aiheuttamat haitat ovat valtava kuluerä (n. 1,5 mrd. €/vuodessa\*).
- Tiedätkö, miten päihteiden käyttö näyttäytyy sinun alueellasi?
- Tiedätkö, miten päihteisiin suhtaudutaan sinun alueellasi?

[\\*Numerot puhuvat 2 Alkoholin haitat suomalaisilla työpaikoilla: Kuinka paljon ne maksavat, miten ne ilmenevät ja miten niitä voi vähentää? \(2023 PDF\)](#)

KOHDERYHMÄ:

# Henkilöstö





## 7.7 Henkilöstö:

### KOHDERYHMÄN KUVAUS:

- Kuntien henkilöstö
  - Kouluissa, nuoriso-, tila- ja vapaa-aikapalveluissa
- Hyvinvointialueen henkilöstö
  - Terveystieteiden työntekijät
  - Sosiaalihuollon työntekijät

### KANAVAT:

- Sisäinen viestintä: intrat
- Webinaarit ja koulutukset



### KOHDERYHMÄKOHTAISET TAVOITTEET:

- Tavoitteena lisätä tietoa
  - Mitä ehkäisevä päihdetyö on, kenelle se kuuluu ja kuinka sitä tehdään?
  - Ajankohtaisista ilmiöistä.



## KÄYTÄNNÖT, MITÄ KANNATTAA TEHDÄ

- Herättele huomioimaan päihteet, nikotiinituotteet sekä raha- ja digipelaaminen toiminnassa ja hyödyntämään konkreettisia ehkäisevän päihdetyön työkaluja.
- Kerro mitä ehkäisevä päihdetyö on – todennäköisesti teet sitä jo.
- Kerro mielenkiintoisia perusteluja ja faktoja, jotka havahduttavat.
- Kerro arjen pienistä ehkäisevän päihdetyön teoista – miten sinä voit tehdä ehkäisevää työtä.
- Pyri rakentamaan keskusteluun asiakkaiden ja asukkaiden kanssa.

[Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä 523/2015](#)



## KÄYTÄNNÖT, MITÄ EI KANNATA TEHDÄ

- Älä kerro asioita vaikeaselkoisesti, pitkästi ja laveasti.
- Älä saarnaa, vaan kerro asiallisesti ja faktapohjaisesti.

## Pääviestit:

# Henkilöstö

Idea viestintään:

*Kerro mielenkiintoisia perusteluja ja faktoja, jotka havahduttavat. Pyri rakentavaan keskusteluun asiakkaidesi kanssa.*

- Ehkäisevä päihdetyö on tärkeä osa terveyden ja hyvinvoinnin edistämistä.
- Kuinka juuri sinä voit tehdä ehkäisevää päihdetyötä?
- Pyri rakentavaan keskusteluun asiakkaidesi kanssa ja kerro päihteisiin liittyvistä asioista faktapohjaisesti.

TEEMA:

# Päihteiden välittäminen



## 7.8 Pohjois-Karjalan asukkaat: päihteiden välittäminen

### KOHDERYHMÄN KUVAUS:

- Vanhemmat ja huoltajat
  - ”kaverivanhemmat”, jotka antavat lapselleen päihteitä
- Täysi-ikäinen nuoren lähipiiriin kuuluva
  - Alaikäisen lähipiiri: sisarukset ja kaverit

### KANAVAT:

- Vanhemmat ja huoltajat:
  - Wilma-viestit
  - Paikallismediat: radio
  - Siun soten verkkosivut
  - Somekanavat: Instagram, Facebook
- Täysi-ikäinen lähipiiri:
  - Somekanavat



### KOHDERYHMÄKOHTAISET TAVOITTEET:

Ehkäistä alkoholin ja nikotiinituotteiden välittämistä  
alaikäisille.

→ Tietoisuuden lisääminen välittämisen  
seurauksista.



## KÄYTÄNNÖT, MITÄ KANNATTAA TEHDÄ

- Huoltajille
  - Muistuta päihteistä keskustelusta varhaisessa vaiheessa.
  - Hyödynnä tarinoita.
  - Herätä tunteita.
- Täysi-ikäiselle lähipiirille:
  - Kerro faktat faktoina, rehellisesti.
  - Kerro, että valinnoilla on väliä ja voit itse vaikuttaa.
  - Vahvista sitä, että on ok kieltäytyä.
  - Vetoa kaveruuteen ja ystävyyteen.
  - Herätä tunteita.



## KÄYTÄNNÖT, MITÄ EI KANNATA TEHDÄ

- Älä syyllistä ja pelottele.
- Älä vertaa päihteitä keskenään.

Pääviestit: kaverivanhemmat

# Päihteiden välittäminen

Idea viestintään:

*Hakematta paras  
-kampanja*

- On asioita, joita ei tarvitse siirtää sukupolvelta toiselle.
- Muutkin vastuulliset huoltajat kieltäytyvät välittämästä.
- Alaikäinen ei ymmärrä, mitä pyytää – sinä ymmärrät.
- Hakupyyntö on hyvä tilaisuus aloittaa päihdekeskustelu nuoren kanssa.
- Päihteet aiheuttavat alaikäisillä viisi kertaa todennäköisemmin riippuvuutta kuin aikuisilla.
- Nuorten kehittyvät aivot ovat aikuista herkemmit alkoholille.

Pääviestit: nuoren lähipiiri

# Päihteiden välittäminen

Idea viestintään:

*Hakematta paras  
-kampanja*

- Paras kaveri ei välitä alkoholia tai nikotiinituotteita.
- Parempi kuulla olevansa tylsä kuin katua myöhemmin.
- Jos jotain sattuu, hakija vastaa seurauksista.
- On pyyntöjä, jotka voit jättää toteuttamatta.
- Oikea kaveruus kestää kieltäytymisen.
- Parempi pilata nuorelta vain yksi ilta kuin koko loppuelämä – älä välitä alkoholia tai nikotiinituotteita.
- Tiedä vastuusi: alkoholin ja nikotiinituotteiden välittäminen alaikäisille on rikos.



# 8. Vinkkejä mediayhteistyöhön



# Media:

- Maakunnalliset mediat
  - Painettu, radio
- Alueelliset ja paikalliset mediat
  - Painettu

## KANAVAT:

- Mediatiedotteet
- Suorat yhteydenotot median edustajiin ja juttuvinkit
- Siun soten uutiskirje
- Nettisivut
- Some-kanavat

Julkisen sanan neuvosto: Journalistin ohjeet (2014)



## MEDIAYHTEISTYÖN TAVOITTEET:

- Tavoitteena lisätä tietoa
  - Ajankohtaisista ilmiöistä ja syistä ajankohtaisten ilmiöiden taustalla.
  - Mitä ehkäisevä päihdetyö on, kenelle se kuuluu ja kuinka sitä tehdään?
  - Alueen väestön tavoittaminen laajemmin median kautta.



## VARMISTA MEDIAN KANSSA TOIMITTAESSA, ETTÄ

- Päihteitä käyttävistä, tupakoivista ja rahapelejä pelaavista ihmisistä puhutaan kunnioittavasti, ei leimaavasti.
- Julkaistavissa teksteissä huomioidaan kokemusasiantuntijoiden, vertaisten tai kohderyhmän oma näkökulma.
- Tutkimus- ja asiantuntijatietoa tulkitaan tasapainoisesti.
- Eri päihteitä ja riippuvuuksia ei vertailla keskenään.
- Julkaistavissa teksteissä vältetään niin sanottuja sankarikertomuksia päihde- ja riippuvuusongelmista toipuneista, eli ongelmien ja niistä toipumisen liiallista yksinkertaistamista sekä yksilön vastuun haitallisen voimakasta korostamista niin ongelmien synnyn kuin niistä selviytymisen osalta.
- Toimittajat haastattelevat mielellään myös ns. tavallisia ihmisiä – ehkäpä voit auttaa toimittajaa heidän löytämisessään.
- Anna toimittajalle tietoa, näkemyksiä ja arvioita mutta myös tosiasioita ja mielenkiintoista tietoa (taustatietoa, tilastoja, faktoja, elävän elämän esimerkkejä).
  - Miten päihteiden käyttö näyttäytyy omalla alueellasi?
  - Miten päihteiden käyttö on muuttunut? Millaisia trendejä nähtävissä?
  - Tuoreiden tilastotietojen tai muun vastaavaan pohjalta laadittavat ajankohtaismateriaalit

## 9. Tehostettu viestintä

Esimerkkejä tehostettua viestintää vaativista tilanteista:

- Kärjistynyt somekeskustelu
- Väärän tiedon levittäminen
- Stigmaa lisäävä viestintä

Tehostetusta viestinnästä vastaa julkaisijataho. Jokaisella organisaatiolla myös omat tehostetun tai kriisiviestinnän ohjeet.



- Nopeus.
- Tietojen oikeellisuus, luotettavat ja rehelliset viestit.
- Eettisyys ja vuorovaikutteisuus (mahdollisuus kysyä ja kommentoida), myötätunto.
- Kanna vastuu, pyydä anteeksi ja käy läpi, kuinka välttää vastaavalta jatkossa.



- Hidas reagointi.
- Asian kiertely, peittely tai salaaminen.
- Muiden syyttely ja vastuun välttely.

# 10. Arviointi ja mittaaminen

TAVOITE	VIESTINNÄN TAVOITE	MITTARIT
1. Ehkäistä ja vähentää nuorten (alle 18-v.) nikotiinituotteiden käyttöä.	Annetaan tietoa uusien nikotiinituotteiden riskeistä.	Valtakunnallinen kouluterveyskysely, somekanavien sitoutumiset
2. Ehkäistä nuorten (alle 18-v.) kannabiksen käyttöä.	Annetaan tietoa kannabiksen haitoista <ul style="list-style-type: none"> <li>Kannabiksen vaikutukset nuorten aivoihin ja niiden kehitykseen</li> <li>Nuorena aloitettu kannabiksen käyttö altistaa mielenterveyshäiriöiden synnylle</li> </ul>	Valtakunnallinen kouluterveyskysely, somekanavien sitoutumiset
3. Ehkäistä ja vähentää työikäisten alkoholin riskikäyttöä.	Annetaan tietoa alkoholin riskikäytöstä ja sen seurauksista.	Mediakäyttö, somekanavien sitoutumiset, päihdetilannekysely
4. Ehkäistä ja vähentää ikääntyvien alkoholin riskikäyttöä.	Annetaan tietoa alkoholin haitoista ikääntyessä. <ul style="list-style-type: none"> <li>Huomioidaan riskirajat, lääkkeet ja alkoholi.</li> </ul>	Mediakäyttö, somekanavien sitoutumiset, päihdetilannekysely
5. Ehkäistä alkoholin ja nikotiinituotteiden välittämistä alaikäisille.	Annetaan tietoa päihteiden välittämisen seurauksista.	Päihdetilannekysely

Lisäksi viestinnän määrälliset mittarit: julkaistut tekstit, tiedotteet, uutiskirjeet, somejulkaisut

# 11. Ehkäisevän päihdetyön viestinnän haasteet ja riskit

- Ehkäisevän päihdetyön laajuus: paljon näkökulmia ja useita kohderyhmiä.
- Halutun kohderyhmän tavoittaminen.
- Vaikuttavuuden mittaaminen haastavaa.
- Yksilöiden käyttäytymiseen vaikuttaminen viestinnän keinoin haastavaa.
- Rajalliset viestintään käytössä olevat resurssit.
- Sensitiiviset teemat.
- Keskustelun kärjistyminen, ”klikkiotsikot” vs. teemat eivät ole trendikkäitä.

# 12. Muistilista



## SUOSI

- Pohjaa teoriaan.
- **Puhu päihteitä käyttävistä ja raha- ja digipelejä pelaavista ihmisistä arvostavasti ja kunnioittavasti.**
- **Käytä asianmukaisia ja sensitiivisiä termejä.**
  - [Termit haltuun - EPT verkosto \(2023\) PDF](#)
- Lähesty neutraalisti.
- Pyri vaikuttamaan normeihin, toimintatapoihin tai tarjoamaan konkreettisia toimintavaihtoehtoja.
- Anna tietoa ja motivaatiota välttää haitallisia seuraamuksia.
- Olennaista on keskittyä päihteisiin ja niiden käyttöön liittyviin tilanteisiin yksilöiden sijaan.
- Kiinnitä huomiota lähestymistapaan, esimerkiksi: "Älä käytä kannabista" vs. "Näin moni ei käytä kannabista" tai "Lopeta tupakointi" vs. "Näin moni on lopettanut, sinäkin pystyt siihen".



## VÄLTÄ

- Älä uhkaile, liioittele tai pelottele.
- Leimaavia termejä.
- Älä puhu halventavasti tai alentavasti.
- Älä vertaile eri päihteitä ja riippuvuuksia.
- Ns. sankarikertomuksia, eli ei yksinkertaisteta seikkoja, jotka vaikuttavat toipumiseen eikä sysätä vastuuta yksilölle.
- **Syyllistämistä tai kielteisten mielikuvien liittämistä päihteiden ja tupakka- ja nikotiinituotteiden käyttöön tai rahapelaamiseen.**
- **Stereotyyppioita ja vahvistamasta negatiivisia tai syrjiviä asenteita päihteitä käyttäviä ihmisiä tai heidän läheisiään kohtaan.**

# 13. Vuosikello

Maakunnan yhteiset viestintätoimenpiteet

## Vk 45 Ehkäisevän päihdetyön viikko

### Vk 45 Kansallinen peliviikko

Pinnalla: Pikkujoulut

**Vanhusten viikko, 1.–8.10.**  
**10.10. Maailman mielenterveyspäivä**

### Säkitön syyskuu

Pinnalla: Korkeakoulut alkavat, opiskelijatapahtumat

### 30.8. Savuton Suomi -päivä

### 31.8. Overdose Awareness Day

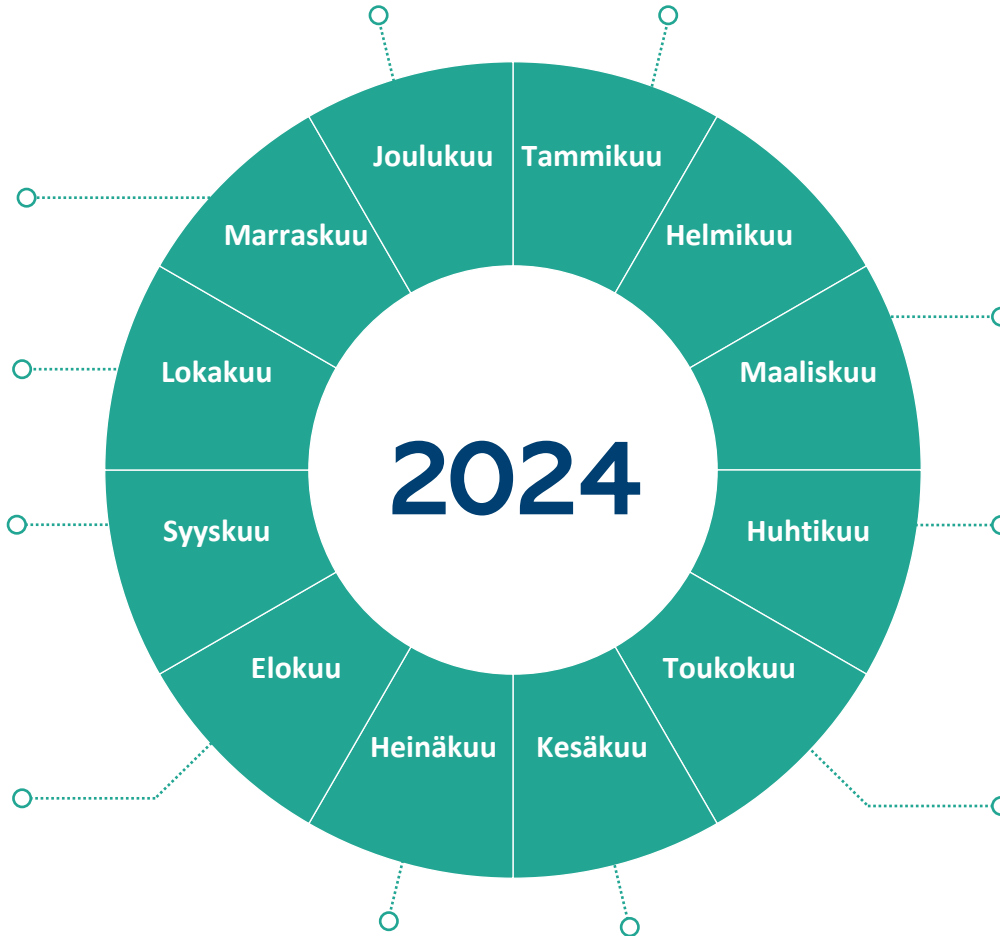
Pinnalla: Koulujen alku, arkeen paluu

Pinnalla: Kesälomat, vapaa-ajan asukkaat, terassit ja alkoholinkäyttö, Ilosaarirock ja muut tapahtumat

## Anna lapselle raitis joulukampanja

Pinnalla: Pikkujoulut, joulukampanja, uusivuosi, juhliin liittyvä alkoholinkäyttö

## Tipaton tammikuu



Pinnalla: Talviloma

### 7.4. Maailman terveystapahtuma

### 19.4. Opiskelijoiden mielenterveyspäivä

**Selvänä liikenteessä -kampanja**  
**Hatsiton huhtikuu**

## Hakematta paras -kampanja

### Kippistä kohtuudella

### 31.5. Kansainvälinen tupakaton päivä

Pinnalla: Koulujen päättymisen ja sen juhliminen

Pinnalla: Kesälomat ja niiden seurauksena esim. työikäisten lisääntyvät alkoholinkäyttö, "tissuttelu"



# 14. Viestinnän malli

**Mistä ideoita julkaisuihin?** Esimerkiksi .....> **Sisällöntuotannon tueksi:** .....> **Tarvittaessa yhteistyö median kanssa:**

- **Kampanjat ja teemapäivät vuosikellon mukaan**
  - Vuonna 2024
    - Tipaton tammikuu
    - Hakematta paras
    - Ehkäisevän päihdetyön viikko
- **Ajankohtaiset ilmiöt ja trendimuutokset**  
→ Huomioidaan myös positiiviset muutokset

## Ehkäisevän päihdetyön viestinnän materiaalipankki – Google Drive

- Kampanjamateriaaleja, kuvia, tekstipohjia ym.
- Ennalta ehkäisevän päihdetyön asiantuntija hallinnoi  
Ellinoora Ojala,  
[ellinoora.ojala@siunsote.fi](mailto:ellinoora.ojala@siunsote.fi)  
p. 013 330 9865

[https://drive.google.com/drive/folders/1-t6wKBb3acZYdRIwHGkO6Ywx\\_xKfZgT4](https://drive.google.com/drive/folders/1-t6wKBb3acZYdRIwHGkO6Ywx_xKfZgT4)

## Kyselyt ja tutkimukset, muun muassa:

- Päihdetilannekysely
- Kouluterveyskysely

- Yle
- Karjalainen
- Outokummun Seutu
- Pielisjokiseutu
- Pogostan Sanomat
- Ylä-Karjala
- Lieksan Lehti
- Koti-Karjala
- Vaarojen Sanomat
- Karjalan Heili
- Karjalainen Syke -radio
- MTV3
- HS
- Viikko Pohjois-Karjala
- Kirkkotie

# 15. Materiaalia



[Ehkäisevä päihdetyö – opas kunnille ja hyvinvointialueille \(2022\) PDF](#)



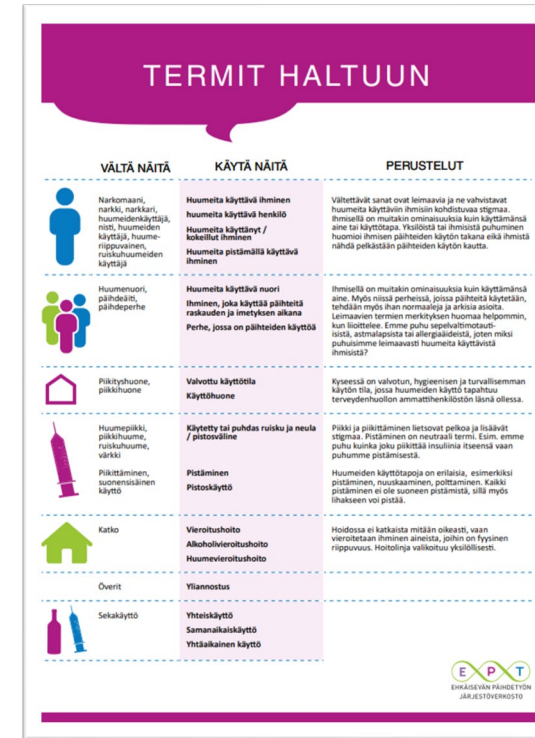
EHYT ry - [Buenotalk.fi](#)



EHYT ry – kampanjat:  
<https://ehyt.fi/vaikuttamistyo/kampanjat/>



[Sinun on turvallista olla meihin yhteydessä” - Viisi vinkkiä yhdenvertaisempaan viranomaisviestintään \(2020\)](#)



[Huoneentaulu päihteisiin ja asunnottomuuteen liittyvistä termeistä – TERMIT HALTUUN \(2023\) PDF](#)



[Huoneentaulu päihdeongelmaan liittyvästä stigmasta \(2020\) PDF](#)