

Espoon ehkäisevän päihdetyön suunnitelma

26.1.2026

Mirkka Isotalo-Marttila, erityissuunnittelija
Elinvoiman tulosalue / Hyvinvoinnin, terveyden ja osallisuuden edistäminen

Johdanto

Espoossa hyvinvoinnin ja terveyden edistämisestä linjataan kaupungin strategiassa, Espoo-tarinassa. Sen mukaan Espoo on kaupunki, jossa jokainen voi elää hyvää arkea ja kokea yhteisöllisyyttä taustasta tai kielestä riippumatta. Asukkaiden kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin ja osallisuuden edistäminen näkyy kaupungin jokaisen työntekijän perustyössä. Espoossa ymmärretään, että hyvinvoinnin edistäminen lisää kaupungin elinvoimaa ja palveluiden vaikuttavuutta.

Espoossa hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen kuuluu hyvinvoinnin, terveyden ja osallisuuden edistämisen tiimille, jonka vastuulla on myös ehkäisevän päihdetyön koordinointi ja kehittäminen.

Ehkäisevä päihdetyö on kuntien lakisääteinen tehtävä, jota ohjaa Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä (523/2015). Luonteeltaan ehkäisevä päihdetyö on laaja-alaista ja verkostomaista yhteistyötä kansallisen, alueellisen, kunta-, järjestö- ja yhteisötoimijoiden kesken. Espoossa

ehkäisevää päihdetyötä tehdään verkostomaisesti kaikissa kaupungin palveluissa ja yhteistyössä Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueen ja muiden viranomaisten sekä järjestöjen yhdistysten ja yhteisöjen kanssa.

Ehkäisevän päihdetyön suunnitelma on kaupunkitasoinen asiakirja, jonka tavoitteena on antaa espoolaisille tietoa siitä, mitä ehkäisevä päihdetyö on, miten sitä tehdään Espoon palveluissa ja mitkä sen tavoitteet ovat. Suunnitelma ohjaa Espoossa tehtävää ehkäisevää päihdetyötä ja mahdollistaa sen johtamisen, kehittämisen ja systematisoinnin. Suunnitelma toimii työvälineenä henkilöstölle, lisää päätöksenteon läpinäkyvyyttä ja helpottaa palveluihin ohjaamista ja ohjautumista.

Suunnitelmassa on määritelty ehkäisevän päihdetyön kohderyhmät, kullekin kohderyhmälle asetetut tavoitteet valtuustokaudelle 2025-29 sekä tavoitteille valitut mittarit ja toimenpiteet. Suunnitelma kuvaa ehkäisevän päihdetyön nykytilaa Espoon palveluissa ja päätöksenteossa sitoen

ne ehkäisevän päihdetyön teoriataustaan ja käytäntöihin. Lisäksi suunnitelmassa kuvataan konkreettisten esimerkkien avulla miten ehkäisevässä päihdetyössä tehdään yhteistyötä hyvinvointialueen ja järjestöjen kanssa.

Vaikuttava ehkäisevä päihdetyö on laaja-alaista, yhteiskunnan eri tasoilla ja eri toimijoiden kesken toteutuvaa toimintaa. Kunnissa tämän tulisi näkyä paitsi verkostomaisena työtapana myös siten, että ehkäisevän päihdetyölle ja laajemmin hyvinvoinnin ja terveyden edistämiseksi asetetut tavoitteet läpäisevät koko organisaation.

Espoossa ehkäisevän päihdetyön suunnitelma on osa hyvinvoinnin, terveyden ja osallisuuden edistämisen strategista kokonaisuutta. Se on yksi Hyvinvointisuunnitelmaan 2026–2029 sisältyvistä, hyvinvointia tukevista suunnitelmista, ja siihen kirjatut tavoitteet on otettu suoraan Hyvinvointisuunnitelmasta.

Hyvinvointisuunnitelman tavoitteet on johdettu kuntastrategiasta, Espoo-tarinasta, joka suuntaa kaupungin toimintaa valtuustokaudelle 2025–2029 asetettujen tavoitteiden mukaisesti.

Kytöistä eri suunnitelmien välillä voi kuvata esimerkiksi näin: Espoo-tarina luo raamit kaupungin toiminnalle. Hyvinvointisuunnitelma toteuttaa Espoo-tarinaa kuntalaisten hyvinvoinnin edistämisen näkökulmasta. Ehkäisevän päihdetyön suunnitelma on osaltaan syventämässä hyvinvointisuunnitelman tavoitteita ja mittareita.

Perimmäinen tavoite kaikissa suunnitelmissa on yhteinen: luoda kaupunki, jossa jokainen asukas tuntee kuuluvansa yhteisöön, kokee olonsa turvallisesti ja voi hyvin niin fyysisesti kuin henkisesti.

Sisällys

- Johdanto
- Kuntien lakisääteinen ehkäisevä päihdetyö ja sen tavoitteet
- Laaja-alaista vaikuttamista: Ehkäisevän päihdetyön menetelmät
- Ehkäisevä päihdetyö Espoon kaupungin palveluissa
- Espoon yhteistyökumppanit ehkäisevässä päihdetyössä
- Espoon ehkäisevän päihdetyön tavoitteet 2026–2029

Kuntien lakisääteinen ehkäisevä päihdetyö ja sen tavoitteet

Laki ohjaa ehkäisevän päihdetyön toteuttamista



- **Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä (523/2015)** ohjaa ehkäisevän päihdetyön toteuttamista. Sen mukaan:
 - ehkäisevä päihdetyö on toimintaa, jolla vähennetään päihteiden käyttöä ja päihteiden käytöstä aiheutuvia terveydellisiä, sosiaalisia ja yhteiskunnallisia haittoja. (2§)
 - ehkäisevä päihdetyö perustuu päihteiden käytön ja siitä aiheutuvien haittojen seurantaan, käytettävissä olevaan tieteelliseen näyttöön ja sekä hyviin käytäntöihin (§3).
 - ehkäisevässä päihdetyössä tulee kiinnittää huomiota myös muille kuin päihteiden käyttäjille aiheutuviin haittoihin (§3).
- Ehkäisevä päihdetyö on verkostomaista sekä monialaista ja -ammattillista yhteistyötä.
- Laki velvoittaa kuntia ehkäisevässä päihdetyössä yhteistyöhön hyvinvointialueen ja yleishyödyllisten yhteisöjen kanssa ja edistämään asukkaiden osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuuksia päihteiden aiheuttamien haittojen vähentämiseksi.

Lakisääteistä hyvinvoinnin ja terveyden edistämistyötä

- Ehkäisevä päihdetyö on osa kunnille kuuluvaa, lakisääteistä hyvinvoinnin ja terveyden edistämistä.
- Espoossa hyvinvoinnin ja terveyden edistämisestä vastaa hyvinvoinnin, terveyden ja osallisuuden edistämisen tiimi, joka koordinoi ja kehittää kaupungin palveluissa tehtävää ehkäisevää päihdetyötä.
- Ehkäisevää päihdetyötä tehdään verkostomaisesti kaikissa Espoon palveluissa ja yhteistyössä Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueen, muiden viranomaisten ja paikallisten ja kansallisten järjestöjen kanssa.



Tavoitteena päihde- ja rahapelihaittojen ehkäisy

- Lain mukaan ehkäisevän päihdetyön piiriin kuuluvat **alkoholi, nikotiinituotteet ja huumausaineet sekä päihteiden kaltaista riippuvuutta aiheuttava rahapelaaminen**. Tavoitteena on ehkäistä ja vähentää niiden aiheuttamia haittoja käyttäjille, heidän läheisilleen ja yhteiskunnalle.
- Tavoitteena on myös lisätä ymmärrystä päihteiden käytöstä ja niihin liittyvistä ilmiöistä sekä edistää perus- ja ihmisoikeuksien toteutumista päihteisiin liittyvissä asioissa.
- Myös pelikasvatus sekä digilaitteiden käytöstä aiheutuvien haittojen ehkäisy ovat osa ehkäisevää päihdetyötä. Digipelien ja rahapelaamisen raja on nykyisin hämärtynyt ja digipeleissä on usein rahapelimäisiä elementtejä. Tietoa digilaitteiden käytön vaikutuksista lasten ja nuorten kehitykseen on myös tarjolla yhä enemmän.
- Ehkäisevä päihdetyö kohdistuu koko väestöön ja kattaa ihmisen koko elinkaaren.
- Sen avulla voidaan edistää ihmisten, yhteisöjen ja asuinympäristöjen hyvinvointia ja turvallisuutta, kaventaa terveyseroja ja vähentää tapaturmia, väkivaltaa, ilkivaltaa, rikollisuutta, huono-osaisuutta ja syrjäytymistä. Kuntatasolla tämä tarkoittaa kustannusten laskua ja kunnan elinvoimaisuuden lisääntymistä.



Yhteistyö ehkäisevässä päihdetyössä: vastuutahot ja niiden tehtävät



- **Kansallinen taso:** Johtaa ehkäisevää päihdetyötä valtakunnallisesti. Vastaa sen kansallisesta kehittämisestä ja ohjauksesta (Sosiaali- ja terveysministeriö STM & Terveystieteiden tutkimuskeskus THL)
- **Alueellinen taso:** Tukee ja ohjaa kuntien työtä. Valvoo vastuullista alkoholin myyntiä ja anniskelua, koordinoi monialaista ehkäisevää päihdetyötä alueella ja sote-palveluissa ja tarjoaa asiantuntijatuken kaupungille lakisääteisen tehtävän toteuttamiseksi. (Lupa- ja valvontavirasto, hyvinvointialueet)
- **Kuntataso:** huolehtii ehkäisevän päihdetyön tarpeen mukaisesta organisoinnista alueellaan ja nimeää ehkäisevän päihdetyön tehtävistä vastaavan toimielimen.
- **Kunnan ja hyvinvointialueen vastuulla on:**
 - huolehtia alueen päihdeolojen seurannasta ja siitä tiedottamisesta
 - tarjota päihdehaittoja ja niiden vähentämistä koskevaa tietoa yksityisille henkilöille ja koko väestölle
 - lisätä ja tukea päihdehaittoja ehkäisevien toimien osaamista kaikissa tehtävissään
 - esittää ja edistää ehkäisevän päihdetyön toimia hallinnossaan, erityisesti sosiaali- ja terveydenhuollossa, sivistys-, liikunta- ja nuorisotoimessa sekä elinkeinotoimessa
 - huolehtia siitä, että ehkäisevässä päihdetyössä tehdään yhteistyötä kunnan ja hyvinvointialueen kesken sekä poliisin, valvonnasta vastaavien viranomaisten, elinkeinoelämän ja erityisesti ehkäisevään päihdetyöhön osallistuvien yleishyödyllisten yhteisöjen kanssa. (Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä (523/2015, 5 §)

Laaja-alaista vaikuttamista: Ehkäisevän päihdetyön menetelmät

Perustana tutkittu tieto ja hyväksi todetut käytännöt

- Ehkäisevä päihdetyö ymmärretään usein tiedon lisäämisenä ja vaikuttamisena päihteidenkäyttöä koskeviin asenteisiin. Päihdekasvatus on kuitenkin vain yksi ehkäisevän päihdetyön osa-alue.
- Päihteidenkäyttöä ehkäistään vaikuttamalla laaja-alaisesti:
 - kysyntään (asenteet)
 - saatavuuteen
 - päihteidenkäytöltä suojaaviin tekijöihin
- Ehkäisevän päihdetyön menetelmät perustuvat tutkittuun tietoon ja hyväksi todettuihin käytäntöihin.
- Perustana on tieto niistä tekijöistä ja syistä, jotka vaikuttavat ongelman syntyyn tai altistavat sille (etiologinen malli). Näin voidaan tunnistaa **riskitekijät** ja **suojaavat tekijät** eri kohderyhmillä ja vaikuttaa niihin.
- Jotta ehkäisevä päihdetyö olisi vaikuttavaa, kunnan on tunnettava paikallinen päihdetilanne ja siihen vaikuttavat tekijät sekä seurattava niiden kehittymistä.



Mitä ovat suojaavat ja riskitekijät?

Suojaavat tekijät: Yksilön haavoittuvuutta vähentäviä yksilöllisiä, yhteisöllisiä ja yhteiskunnallisia ominaisuuksia, jotka voivat vähentää päihteidenkäytön riskiä ja ongelmien kehittymistä. Tasoittavat riskitekijöiden vaikutuksia.

Riskitekijät: Yksilöön, hänen lähiyhteisöönsä ja yhteiskuntaan liittyvät ominaisuudet, jotka lisäävät päihteidenkäytön riskiä ja todennäköisyyttä. Yksilölliset riskitekijät voivat liittyä käyttäytymiseen, asenteisiin, uskomuksiin ja luonteeseen.

Esimerkkejä suojaavista tekijöistä

- Läheiset perhesuhteet
- Koulussa selviytyminen ja onnistumiset
- Hyvä ja toimiva työyhteisö (laadukas johtaminen, psykologinen turvallisuus)
- Hyvät vuorovaikutus- ja tunnetaidot
- Yhteiskunnallinen päihteidenkäyttöön ja rahapelaamiseen liittyvä sääntely

Esimerkkejä riskitekijöistä

- Varhainen päihteiden kokeilu
- Tulevaisuussuunnitelmien puute
- Käyttäytymis- ja keskittymishäiriöt
- Ahdistuneisuus ja masennus
- Työttömyys ja pienituloisuus
- Asumisen epävarmuus

Eri tekijät altistavat päihteidenkäytölle ja suojaavat siltä eri elämänvaiheissa!



Lähde: Ehyt ry: Opas kunta- ja aluevaltuutetuille 2022, 18.

Ehkäisevää päihdetyötä tehdään yhteiskunnan eri tasoilla

- Ehkäisevää päihdetyötä voidaan tehdä yhteiskunnan, yhteisöjen ja yksilöiden tasolla. Kunta toimijana voi kohdistaa toimia eri tasoille.
- Toimet tulisi suunnitella ja kohdentaa paikallisten tarpeiden mukaan.
- Kunta voi hyödyntää eri tasoilla yhteistyötä hyvinvointialueen, järjestöjen ja viranomaisten kanssa.

Yhteiskunta

Valtio, kunnat, alueet, kansalaisyhteiskunta, media, julkinen keskustelu, yleinen asenne- ja mielipideilmasto, poliittinen päätöksenteko, kansainvälinen yhteistyö.



Yhteisöt

Koulut ja oppilaitokset, päiväkoti, työyhteisöt, harrastukset, seura- ja yhdistystoiminta, asukastoiminta, verkon yhteisöt.



Yksilö

Perhe, ystävät, muut läheiset ihmissuhteet.



Miten kunta vahvistaa suojaavia tekijöitä?

Miten kunta voi vahvistaa suojaavia tekijöitä eri tasoilla?			
Taso	Lapset ja nuoret	Aikuisväestö	Ikääntyneet
Yhteiskuntataso	Kaavoituksessa on huomioitu leikki- ja liikuntapaikat ja harrastusmahdollisuudet; lähiluonto; turvalliset koulureitit; asuinalueiden ja puistojen viihtyisyys, kunnossapito ja turvallisuus.	Työmatkareittien ylläpito ja turvallisuus; monikäyttöiset ulkoliikuntapaikat; kevyen liikenteen sujuvuus; lähiluonto; virkistysalueet ja niiden ylläpito; turvalliset ja viihtyisät asuinalueet.	Esteettömien kulkureittien tarjoaminen ja ylläpito; esteettömät ja turvalliset ulkoliikuntapaikat sekä palvelu- ja virkistysympäristöt.
Yhteisötaso	Lapsille ja nuorille on olemassa päihteettömiä vapaa-ajanviettopaikkoja ja tulotasosta riippumattomia harrastusmahdollisuuksia; nuorisotyössä päihteidenkäyttö tunnistetaan varhain ja osataan ottaa puheeksi; lapsia ja nuoria kuullaan ja he saavat vaikuttaa.	Päihteettömät ja yhteisöllisyyttä tukevat harrastus- ja kohtaamispaikat sekä palvelut; asukasosallisuus; järjestöyhteistyön tukeminen ja hyödyntäminen palvelutarjonnassa.	Päihteettömät ja yhteisöllisyyttä tukevat harrastus- ja kohtaamispaikat sekä palvelut; vertaisryhmät; järjestö- ja vapaaehtoistoiminnan tukeminen; asukasosallisuus.
Yksilötaso	Suojaavien tekijöiden vahvistaminen nivelvaiheissa; koulu- ja opiskeluterveydenhuollon tuki; perheiden voimavarojen vahvistaminen; koulunkäynnin ja opiskelun tuki.	Nivelvaiheiden tuki; elintapaohjaus; ohjaus hyvinvointialueen ja järjestöjen palveluihin ja yhteistyö hyvinvointialueen ja järjestöjen kanssa.	Eläkkeelle siirtymisen tuki; toimintakyvyn ja sosiaalisten suhteiden tuki; ohjaus hyvinvointialueen ja järjestöjen palveluihin ja yhteistyö hyvinvointialueen ja järjestöjen kanssa.

Lähteenä käytetty mukailen Ehyt ry: Opas kunta- ja aluevaltuutetuille 2022, 19-22.

Suojaavien tekijöiden vahvistaminen Espoon palveluissa yhteiskuntatasolla

Taso	Lapset ja nuoret	Aikuisväestö	Ikääntyneet
Yhteiskuntataso	- Leikkipaikkaohjelmassa (2026-36) kehitetään leikkipaikkaverkostoa yhdessä asukkaiden kanssa. Mukana noin 200 yleistä leikkipaikkaa ja asukaspuistoa. Kartoitetaan erityisesti leikkipaikkojen turvallisuutta, saavutettavuutta ja riittävyyttä. - Runsaasti ulkoliikuntapaikkoja: mm. valaistut hiihtoladut, ulkoilureitit, frisbeegolf- ja skeittiradat, ulkokuntosalit, pelikentät. - Espoo huolehtii katujen ja yleisten tilojen valaistuksesta ja katujen kunnossapidosta asukkaita kuunnellen. - Liikenteen suunnittelussa painotetaan turvallisuutta, viihtyisyyttä ja kestäväää liikkumista jalan, pyörällä ja joukkoliikenteellä. - Lähiluontoon pääsee kävellen tai joukkoliikenteellä. Luonto on monimuotoinen saaristosta metsiin, kallioihin, soihin ja niittyihin. - Koulujen yhdenvertaisuutta päihdekasvatuksessa lisätään ala- ja yläkoulujen ja lukioiden maksuttomilla päihdekasvatustunneilla. - Alakoululaisten tunne-, vuorovaikutus ja kaveritaitoja lisätään esim. Luokka loistamaan -hankkeella yhdessä Espoon seurakuntayhtymän kanssa. - Huoltajille tarjotaan ajankohtaista tietoa päihteistä, digilaitteiden käytöstä ja haittojen ehkäisystä sähköisissä kanavissa ja tapahtumissa. - Järjestöjä avustetaan lasten ja nuorten hyvinvointia, terveyttä ja osallisuutta edistävien palvelujen järjestämisessä.	- Runsaasti ulkoliikuntapaikkoja: mm. valaistut hiihtoladut, kuntoradat, ulkoilureitit, frisbeegolf- ja skeittiradat, ulkokuntosalit, pelikentät, kuntoportaat. - Lähiluontoon pääsee kävellen tai joukkoliikenteellä. Luonto on monimuotoinen saaristosta metsiin, kallioihin, soihin ja niittyihin. - Espoo huolehtii katujen ja yleisten tilojen valaistuksesta ja katujen kunnossapidosta asukkaita kuunnellen. - Liikenteen suunnittelussa painotetaan turvallisuutta, viihtyisyyttä ja kestäväää liikkumista jalan, pyörällä ja joukkoliikenteellä. - Esteettömyyden kehittämiseksi tehdään yhteistyötä ja hyödynnetään käyttäjien palautetta ja kokemuksia. Vammaisneuvosto ja sen Rakennetaan kaikille -työryhmä ovat mukana kehittämässä esteettömyyttä jo suunnitteluvaiheessa. - Ajankohtaista tietoa päihteistä, digilaitteiden käytöstä ja haittojen ehkäisystä jaetaan sähköisissä kanavissa ja tapahtumissa.. - Espoo myöntää järjestöille, seuroille ja yhdistyksille avustuksia ja tiloja hyvinvointia, terveyttä ja osallisuutta edistävään toimintaan.	- Lähiluontoon pääsee kävellen tai joukkoliikenteellä. Luonto on monimuotoinen saaristosta metsiin, kallioihin, soihin ja niittyihin. - Espoo huolehtii katujen ja yleisten tilojen valaistuksesta ja katujen kunnossapidosta asukkaita kuunnellen. - Liikenteen suunnittelussa painotetaan turvallisuutta, viihtyisyyttä ja kestäväää liikkumista jalan, pyörällä ja joukkoliikenteellä. - Espoossa on laadittu Soveltavan liikunnan kehittämissuunnitelma 2025–29, jonka tavoitteena turvata yhdenvertainen mahdollisuus liikuntaan ja lisätä osallisuutta ja hyvinvointia. - Esteettömyyden kehittämiseksi tehdään yhteistyötä ja hyödynnetään käyttäjien palautetta ja kokemuksia. Vammaisneuvosto ja sen Rakennetaan kaikille -työryhmä ovat mukana kehittämässä esteettömyyttä jo suunnitteluvaiheessa. - Useita esteettömiä liikuntakohteita, mm. uusimmat uimahallit, uusien koulujen liikuntatilat, Korennon kierros-luontopolku, Rantaraitti, Nuuksion esteettömät reitit, Oittaaan uimaranta ja Ison Vasikkasaaren palvelut. - Espoo myöntää järjestöille, seuroille ja yhdistyksille avustuksia ja tiloja hyvinvointia, terveyttä ja osallisuutta edistävään toimintaan, mm. soveltavan liikunnan järjestämiseen. - Ajankohtaista tietoa päihteistä ja digilaitteiden käytöstä ja haittojen ehkäisystä jaetaan sähköisissä kanavissa ja tapahtumissa.

Suojaavien tekijöiden vahvistaminen Espoon palveluissa yhteisötasolla

Taso	Lapset ja nuoret	Aikuisväestö	Ikääntyneet
Yhteisötaso	- Tavoitteena on tarjota jokaiselle lapselle ja nuorelle vähintään yksi mielekäs harrastus. - Espoon harrastuspolku tarjoaa lapsille ja nuorille maksuttomia harrastuksia saavutettavasti kouluilla, niiden lähiympäristössä ja etänä. - Nuorille on harrastus- ja vapaa-ajan toimintaa nuorisotiloilla, -tapahtumissa ja verkossa. - Kirjastot tarjoavat turvallisen kohtaamispaikan, mahdollisuuden vuokrata välineitä harrastuksiin ja osallistua harrastus- ja vapaa-ajan ryhmiin, joissa voi oppia uutta ja tavata kavereita. - Kirjastoissa ja nuorisopalveluissa osaamista lasten ja nuorten kohtaamiseen, päihteidenkäyttöön puuttumiseen ja sen puheeksi ottoon. - Lapset ja nuoret voivat vaikuttaa Espoon harrastuspolun sekä nuorisopalveluiden ja -tilojen toiminnan suunnitteluun. - Lapsia ja nuoria osallistetaan ehkäisevään päihdetyöhön esim. kouluissa ja oppilaitoksissa. - Palveluja täydentävät järjestöt, joita Espoo tukee avustuksin ja tiloin.	- Kirjastot järjestävät matalan kynnyksen harrastusryhmiä, työpajoja ja kursseja, joissa oppii uutta ja tutustuu uusiin ihmisiin - Kirjasto on kohtaamispaikka, joka tuo ihmisiä eri taustoista yhteen. - Espoon kirjastojen ja kulttuurin tapahtumat ja harrastukset ovat kootusti ja helposti löydettävissä tapahtumakalenterista. - Liikuntavalikoima on monipuolinen ja mahdollistaa niin arkiliikunnan kuin tavoitteellisen treenaamisen. Valikoima on koottu Espoo liikkuu -sivustolle. - Perheliikunta_vahvistaa sosiaalisia suhteita ja yhteisöllisyyttä. - Kaikukortin avulla kulttuurin piiriin pääsevät myös ne, joiden taloudellinen tilanne on heikko. - Espoo tarjoaa monia osallistumisen ja vaikuttamisen tapoja asukkaille ja viestii niistä aktiivisesti, esimerkiksi Espoo.fi:n Osallistu ja vaikuta -sivulla. - Palveluita täydentävät järjestöt, joita Espoo tukee avustuksin ja tiloin.	- Ikääntyneille on kohdennettuja liikunta- ja kulttuuri- ja kirjastopalveluja. - Ikääntyneiden palveluja täydentää touko-syyskuussa liikkuva Espoon Senioripaku, jonka: pysäkeillä on avointa ja maksutonta neuvontaa, liikunnanohjausta, jumppa- ja tanssihetkiä, monipuolisia taide- ja kulttuurisisältöjä, kirjaston esittelyjä ja yhdessä tekemistä. 68 vuotta täyttäneet espoolaiset saavat maksuttomia liikuntapalveluja +68 Sporttirannekkeella. Rannekkeen haltija voi ottaa täysi-ikäisen ystävän mukaan liikkumaan. - Kaikukortin avulla kulttuurin piiriin pääsevät myös ne, joiden taloudellinen tilanne on heikko. - Espoo tarjoaa monia osallistumisen ja vaikuttamisen tapoja asukkaille ja viestii niistä aktiivisesti, esimerkiksi Espoo.fi:n Osallistu ja vaikuta -sivulla. - Palveluita täydentävät järjestöt, joita Espoo tukee avustuksin ja tiloin.

Suojaavien tekijöiden vahvistaminen Espoon palveluissa yksilötasolla

Taso	Lapset ja nuoret	Aikuisväestö	Ikääntyneet
Yksilötaso	• Espoon palveluissa työskentelee turvallisia aikuisia, jotka ovat lasten ja nuorten kohtaamisen ja kasvun ammattilaisia. • Varhaiskasvatuksen, koulujen ja oppilaitosten opettajat, kasvattajat, yhteisöohjaajat, avustajat sekä opiskeluhuollon ammattilaiset tukevat lasten ja nuorten kasvua ja kehitystä, auttavat huolissa ja esim. mielenterveyteen, kiusaamiseen ja päihteisiin liittyvissä ongelmissa. • Kirjastoissa ja nuorisopalveluissa on osaamista päihteidenkäyttöön puuttumiseen ja sen puheeksi ottoon. • Liikuntapalveluiden ohjaajakoulutukset ja ryhmätoiminta tukevat lasten ja nuorten kaveri- ja yhteistyötaitoja ja opettavat muiden huomioimista. • Kirjaston lukupiirit antavat tukea vanhemmille lasten lukutaidon ja -tottumusten kehittämiseen. • Ohjaamotaloista alle 30-vuotiaat espoolaiset saavat matalan kynnyksen tukea, neuvontaa ja ohjausta työelämään ja opiskeluun liittyvissä kysymyksissä sekä mahdollisuuden käsitellä myös mielenterveyteen ja päihteidenkäyttöön liittyviä aiheita.	• Kirjastot antavat tukea lukutaidon parantamiseen. • Vieraskieliset ja kieltä oppivat espoolaiset saavat tukea kirjaston kielikahviloista. • Hello Espoo auttaa vieraskielisiä espoolaisia arjen kysymyksissä ja pulmissa. Hello Espoo -info neuvoo esim. palveluissa, etuuksissa, lomakkeiden täyttämisessä, Kela-asioinnissa ja vapaa-aikaan ja hyvinvointiin liittyvissä asioissa. Tietoa saa myös Hello Espoon nettisivuilta ja tapahtumista. • Koto-Espoo tarjoaa kotoutumispalveluita työvoiman ulkopuolella oleville espoolaisille, esim. kotivanhemmille, ja neuvoo mm. kielen opiskelussa, koulutuksessa ja työtä ja vapaa-aikaa koskevissa aiheissa. • Kulttuurin, kirjaston ja liikunnan tapahtumat on koottu omiin tapahtumakalentereihin niiden löytämisen helpottamiseksi. • Henkilökohtainen ja maksuton liikuntaneuvonta auttaa elämäntapamuutoksessa ja liikkumisen aloittamisessa. • Yritysneuvonta tukee yrittäjiä muutostilanteissa. • Asukkaat voivat antaa palautetta palveluista ja ongelmista palautepalvelun kautta.	• Vieraskieliset ja kieltä oppivat espoolaiset saavat tukea kirjaston kielikahviloista. • Ikääntyneiden toimintakykyä tukevat ohjatun liikunnan maksuttomat tunnit ja +68 Sporttiranneke, joka oikeuttaa ilmaisiin liikuntapalveluihin. • Säännöllistä liikkumista helpottaa ystäväetu: Sporttirannekkeen haltija voi ottaa täysi-ikäisen ystävän mukaan liikkumaan. • Koto-Espoo tarjoaa kotoutumispalveluita työvoiman ulkopuolella oleville espoolaisille, esim. yli 65-vuotiaille, ja neuvoo mm. kielen opiskelussa, koulutuksessa ja vapaa-ajan aiheissa. • Henkilökohtainen ja maksuton liikuntaneuvonta auttaa elämäntapamuutoksessa ja liikkumisen aloittamisessa. • Digituki ja asiointipalvelut auttavat asioinnissa. • Liikunnan ja kulttuurin vapaaehtoiset tukevat ikäihmisten osallisuutta. Esim. kuntosaliyöstävät auttavat ikäihmisiä voimaharjoittelussa. • Asukkaat voivat antaa palautetta palveluista ja ongelmista palautepalvelun kautta.

Ehkäisevä päihdetyö Espoon kaupungin palveluissa

Kaikissa Espoon palveluissa tehdään ehkäisevää päihdetyötä

- Tässä osiossa kuvataan, miten ehkäisevää päihdetyötä tehdään Espoon eri palveluissa: varhaiskasvatuksessa, kouluissa, nuorisotyössä, liikunta- ja kulttuuripalveluissa, työllisyyspalveluissa ja kaupunkiympäristön toimialalla, johon kuuluvat muun muassa asuminen ja ympäristöterveys.
- Lisäksi kuvataan yhteistyötä Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueen ja järjestökumppaneiden kanssa.
- Palveluissa toteutetuista toimista koostuu Espoon ehkäisevän päihdetyön kokonaisuus.
- Kaupunkitasoisesta ehkäisevän päihdetyön koordinaatiosta vastaa Espoon hyvinvoinnin, terveyden ja osallisuuden edistämisen tiimi
- Poikkihallinnollisen työn tueksi ja kehittämiseksi Espoossa toimii Ehkäisevän päihdetyön verkosto, joka kokoaa eri palveluissa työskentelevät ja yhteistyökumppanit yhteen neljä kertaa vuodessa.
- Ajankohtaista tietoa päihteistä ja päihdetilanteen kehittymisestä saadaan alueellisista ja kansallisista ehkäisevän päihdetyön verkostoista.



Varhaiskasvatus ja esiopetus osana ehkäisevää päihdetyötä

Varhaiskasvatus

- Ohjaava asiakirja **Varhaiskasvatus-suunnitelman perusteet (2022)** linjaa suojaavien tekijöiden vahvistamisesta.
- Varhaiskasvatus edistää lapsen turvallista ja kokonaisvaltaista kehitystä ja opettaa esimerkiksi vuorovaikutus- ja tunnetaitoja, terveellisiä elämäntapoja, ryhmässä toimimista ja kaveritaitoja.
- Tavoitteisiin kuuluvat myös turvallinen oppimisympäristö, kiusaamisen ehkäisy, oppimisen tuki ja yhteistyö vanhempien kanssa.

Esiopetus

- Käytössä on **Ehkäisevä päihdesuunnitelma esiopetuksessa**.
- Lasten kasvuolosuhteita turvaamalla voidaan ehkäistä päihteiden käytöstä aiheutuvia haittoja.
- Keinoina mm. vanhemmuuden tukeminen, lapsen oirehtimiseen puuttuminen, sosiaalisten ja vuorovaikutustaitojen, terveiden elintapojen ja itsestä huolehtimisen taitojen vahvistaminen, lapsen itsetunnon tukeminen.
- Esiopetusyksikön ympäristön kehittäminen paremmin päihteiltä ja päihdehaitoilta suojaavaksi.



Espoon kasvun ja oppimisen palveluita ovat varhaiskasvatus, esiopetus, peruskoulun luokat 1–9 ja lukiokoulutus. Niihin on luotu lakisääteiset ehkäisevän päihdetyön rakenteet ja suunnitelmat.

Ehkäisevä päihdetyö kouluissa ja oppilaitoksissa

- Koulujen ehkäisevän päihdetyön toimintamallit perustuvat:
 - **Opetussuunnitelmiin:** ehkäisevä päihdetyö (päihteet, päihdehaitat ja suojaavat tekijät) on osa ala- ja yläkoulun sekä lukion oppisisältöjä. Myös suojaavien taitojen lisääminen (tunne- ja vuorovaikutustaidot, medialukutaito, digikasvatus) on huomioitu opetussuunnitelmissa.
 - **Ept-suunnitelmiin:** Päihteiden käytön ehkäisyn ja käyttöön puuttumisen suunnitelma Espoon perusopetuksessa ja lukioissa (2024) huomioi päihteiden käyttöön puuttumisen ja suojaavien tekijöiden vahvistamisen.
 - **Yhteisöllinen opiskeluhuoltoryhmä** suunnittelee, seuraa ja toteuttaa hyvinvointityötä esiopetusyksiköissä, kouluissa ja lukioissa
 - **Toimintamallit** tukevat puuttumista ja ongelmien ratkaisua (esim. kiusaaminen).
- Ehkäisevän päihdetyön edellytyksiä Espoon kouluissa on lisäksi kehitetty erillisillä toimilla.
 - Luokka loistamaan -hanke (2024–27) yhteistyössä Espoon seurakuntayhtymän kanssa tukee lasten tunne- ja vuorovaikutustaitojen kehittymistä ennen yläkouluun siirtymistä.
 - Mahdollisuus tilata EHYT ry:n toteuttamia päihdekasvatustunteja Espoon ala- ja yläkouluissa ja lukioissa lukuvuonna 2025-26. Kustannuksista vastaa Espoon hyvinvoinnin, terveyden ja osallisuuden edistämisen tiimi.
 - Huoltajille suunnattua viestintää ehkäisevästä päihdetyöstä (esim. webinaarit yhteistyössä kaupungin asiantuntijoiden ja yhteistyökumppaneiden, kuten poliisin ja Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueen kanssa).

Mitä ehkäisevä päihdetyö kouluissa on käytännössä?*

Turvalliset ja matalalla kynnyksellä tavoitettavat aikuiset, joiden kanssa voi keskustella luottamuksellisesti.

Apu, kun oma tai läheisen päihteidenkäyttö huolettaa.

Muistutetaan, kuka auttaa ja mihin voi mennä, kun tarvitsee apua.

Mietitään yhdessä aikuisen kanssa, miten voi kieltäytyä ja perustella, että ei halua kokeilla.

Opetellaan käsittelemään tietoa netissä ja somessa.

Pohditaan, miten puhua kavereiden kanssa päihteistä.

Tiedon antaminen ja avoin ja rehellinen keskustelu päihteistä, niiden haitoista ja käytön seurauksista.

Mallit ja työkalut kiusaamiseen puuttumiseen, sen jälkihoitoon ja ehkäisyyn.

Vahvistetaan vuorovaikutus- ja tunnetaitoja, ryhmässä toimimista.

Annetaan tukea oppimiseen.



*Koulun ammattilaisten toimintoja ehkäisevästä päihdetyöstä.

Ehkäisevä päihdetyö alueellisessa nuorisotyössä

- Nuorisotyö tarjoaa nuorille kohtaamispaikkoja, kivaa tekemistä, ilon kautta oppimista sekä onnistumisen kokemuksia.
- Toimintaan voi osallistua mm. nuorisotiloilla, tapahtumissa ja verkossa, ja sitä tarjotaan myös kohdennetusti (esimerkiksi Pride-kahvilat).
- Nuorisotyössä on läsnä turvallisia aikuisia. Nuorisotyöntekijät ovat nuorten kasvun, kohtaamisen ja tukemisen ammattilaisia.
- Nuorisotyössä edistetään terveitä elämäntapoja. Käytössä on vaikuttavia menetelmiä nuorten hyvinvoinnin edistämiseksi, ja niitä hyödynnetään erityisesti pienryhmätoiminnassa.
- Työntekijöille tarjotaan koulutusta nuorten hyvinvoinnin tukemiseen. (esim. Nuori mieli).
- Nuorisotilat ovat päihdeettömiä toimintaympäristöjä, ja nuorisopalveluilla on selkeät, organisaationlaajuiset ohjeet tilanteisiin, joissa nuorten päihteidenkäyttöä epäillään.
- Tarvittaessa nuorisotilat tekevät yhteistyötä esimerkiksi etsivän nuorisotyön, poliisin ja sosiaalityön ammattilaisten kanssa.
- Säännölliset alueelliset ja organisaationlaajuiset kokousrakenteet tukevat viestin kulkeutumista alueellisesti ja johdon ja työntekijöiden välillä.



Ohjaamotalo tukee alle 30-vuotiaita nuoria ja nuoria aikuisia



- Ohjaamotalo tarjoaa matalan kynnyksen tietoa, neuvontaa ja ohjausta alle 30-vuotiaille espoolaisille ja kauniaislaisille nuorille ja nuorille aikuisille.
- Tavoitteena on edistää nuorten siirtymiä työhön, koulutukseen tai muuhun tavoitteelliseen toimintaan ja vahvistaa nuorten osallisuutta, hyvinvointia ja toimintakykyä
- Ohjaamotalon Starttipisteeltä nuori saa apua ja tukea ilman ajanvarausta, ja tarvittaessa hänet ohjataan eteenpäin hänelle ajankohtaiseen palveluun.
- **Ehkäisevän päihdetyön näkökulmasta olennaisia Ohjaamotalon palveluita ovat erityisesti:**
 - Mielenterveys- ja päihdepalveluiden sairaanhoitaja
 - Ohjaamoiden Onnin psykososiaalinen tuki ja nuorten valmennus
 - Työllistymistä edistävät sosiaalipalvelut
 - Walk in -terapia
 - Nuorten hyvinvointia tukeva ryhmä- ja avoin toiminta
- Ohjaamotalon Starttipisteellä on aina tavattavissa etsivä nuorisotyöntekijä, joka auttaa nuorta saavuttamaan tarvittavat palvelut ja tukee nuorta kokonaisvaltaisesti ja rinnalla kulkien.

Liikuntapalvelut tukevat hyvinvointia kokonaisvaltaisesti kaikilla ikäryhmillä



Ehkäisevä päihdetyö Espoon liikuntapalveluissa on kokonaisvaltaista hyvinvoinnin tukemista: erilaiset harrastusmahdollisuudet, yhteisöllisyyden huomiointi, turvalliset tilat (sekä fyysinen että psykososiaalinen turvallisuus) ja ohjaajien esimerkki liikuntaseuratyössä ovat avaintekijöitä.

- Jokaiselle lapselle ja nuorelle halutaan taata vähintään yksi mielekäs harrastus.
- Harrastustoiminnalla tuetaan fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista hyvinvointia ja osallisuutta ja ehkäistään syrjäytymistä.
- Maksuttomat harrastuspolut (mm. Espoon harrastuspolku) ja esteettömät liikuntapaikat kaikille ikäryhmille lisäävät saavutettavuutta.



Liikuntaryhmät lisäävät yhteisöllisyyttä ja elämäntaitoja



- Liikuntapalvelut tuovat ihmisiä yhteen ja ovat vahvistamassa espoolaisten yhteisöllisyyttä. Ohjatuissa liikuntaharrastuksissa ja -ryhmissä oppii myös tärkeitä elämäntaitoja.
- Liikuntapalvelujen ryhmätoiminnassa vahvistetaan tunne- ja vuorovaikutustaitoja, opitaan digitaitoja ja lisätään liikettä esim. pelillisten ratkaisujen kautta.
- Yhteisöllisyyttä liikuntapalvelut lisäävät muun muassa:
 - erilaisilla liikuntatapahtumilla ja -kampanjoilla
 - vapaaehtoistoiminnalla liikuntaseuroissa ja kaupungin järjestämissä tapahtumissa
 - tarjoamalla perheliikuntaa ja eri sukupolvien yhteisiä aktiviteetteja
 - järjestämällä ohjaajakoulutuksia
 - Tarjoamalla koulujen ja harrastusten ryhmätoimintaa, jossa korostetaan yhteistyötä ja toisten huomioimista

Esimerkkejä liikuntapalveluista eri kohderyhmille

Maksuttomat liikuntaryhmät senioreille, lapsille ja erityisryhmille tukevat toimintakykyä ja vähentävät yksinäisyyttä.

Urheiluseurojen ohjaajat liikuttavat säännöllisesti 5–6 -vuotiaita osana varhaiskasvatusta Leiki ja liiku -toiminnassa.

Maksuton ja henkilökohtainen liikuntaneuvonta auttaa liikunnan aloittamisessa. Palvelua saavat myös erityisryhmät.



68-vuotta täyttäneet espoolaiset saavat liikuntapalveluita maksuttomalla +68 Sporttirannekkeella. Rannekkeella myös ystävä pääsee mukaan liikkumaan.

Monipuoliset liikunta- ja ulkoilureitit, ulkoliikuntapaikat ja sisäliikuntatilat kannustavat omatoimiseen liikuntaan.

Vapaaehtoiset kuntosaliystävät kannustavat ikäihmisiä voimaharjoittelussa.

Lukuisat tapahtumat huippu-urheilusta koko kaupungin yhteisiin tilaisuuksiin luovat yhteisöllisyyttä. Esim. Espoo liikkuu ja ulkoliikuntapäivät.

Päihde- ja mielenterveystyö Espoon kulttuuripalveluissa

Lähtökohtaisesti kaikki kulttuuripalvelut edistävät ihmisten hyvinvointia ja päihteetöntä elämää.

- Taide ja kulttuuri lisäävät elinvoimaa ja vähentävät kaikenikäisten syrjäytymistä ja yksinäisyyttä.
- Kulttuuripalvelut vahvistavat espoolaisten osallisuutta ja yhteisöllisyyttä, sillä taiteen ja kulttuurin parissa ihmiset kohtaavat ja kokevat yhdessä.
- Käytössä oleva ja sosiaalisin perustein myönnettävä Kaikukortti parantaa taloudellisesti tiukassa tilanteessa olevien henkilöiden mahdollisuuksia päästä taiteen ja kulttuurin äärelle.
- Kulttuurin tulosityksiköllä on laaja verkosto yhteistyökumppaneita, joiden toiminta tavoittaa suuren määrän espoolaisia.
- Kulttuuriavustuksilla tuetaan taide- ja kulttuuriyhdistysten ja -ohjelmien toimintaa kaupungin eri alueilla.



Lapset ja nuoret: Luovuus ja osallisuus luovat hyvinvointia

Lapsille ja nuorille suunnatut kulttuuripalvelut lisäävät osallisuutta ja vahvistavat tunne- ja vuorovaikutustaitoja, kaveritaitoja ja hyvinvointia.

- Espoon harrastuspolku tarjoaa maksuttomia kulttuuriharrastuksia 3.–9.-luokkalaisille.
- Kulttuurikasvatusmallit lisäävät lasten osallisuutta ja yhdenvertaisuutta taiteen ja kulttuurin kokijoina.
 - ❖ Kulttuurikurkkauksessa taiteen ja kulttuurin ammattilaiset tuovat esityksiä, työpajoja ja materiaalipaketteja päiväkoteihin.
 - ❖ KULPS-kulttuuripolku tuo kulttuuriin ja taiteen osaksi koulupäivää kaikissa Espoon esi- ja peruskouluissa.
 - ❖ KULPS-kirjastopolku johdattaa oppilaat tarinoiden, tiedon ja erilaisten medioiden pariin kirjavinkkausten, työpajojen ja kirjastovierailujen avulla osana koulupäivää.
- Taiteen perusopetusta toteuttavat yksityiset, kaupungin tukemat oppilaitokset Espoossa.
- Varhaiskasvatuksen maksuttoman taidekasvatuksen pilotti 5-vuotiaille lapsille 60 Espoon päiväkodissa vuonna 2025-26.

Ikääntyneet: Kohtaamiset vähentävät yksinäisyyttä

Ikääntyneille suunnatut kulttuuripalvelut edistävät kohtaamisia ja vähentävät ikäihmisten yksinäisyyttä.

- **Kulttuuriketju** tarjoaa taide- ja kulttuurielämyksiä espoolaisiin, Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueen ylläpitämiin hoivakoteihin, palvelutaloihin ja -keskuksiin.
- **Kulttuuritalojen senioreille suunnatut tapahtumat**
- **Espoon Senioripaku**
 - ❖ Senioripakun pysäkeillä on avointa ja maksutonta neuvontaa, liikunnanohjausta, jumppa- ja tanssihetkiä, monipuolisia taide- ja kulttuurisisältöjä, kirjaston esittelyjä ja yhdessä tekemistä.
 - ❖ Lisäksi jaetaan kohderyhmän tarpeisiin suunnattua tietoa päihteistä, päihteidenkäytöstä, riippuvuuksista ja niihin apua tarjoavista tahoista, esimerkiksi Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueen ja järjestöjen palveluista.





Kirjastot: Päähteettämiä vapaa-ajan kohtaamispaikkoja

Kirjastot ovat kaikille avoimia ja turvallisia kohtaamispaikkoja ja kulttuurikeskuksia.

- Kirjastojen monipuolinen toiminta, kuten lukutaitoverkosto, pajat, ryhmät ja tapahtumat tarjoavat lukuisia vaihtoehtoja vapaa-ajan toimintaan ja harrastamiseen, sosiaalisten suhteiden vahvistamiseen ja uuden oppimiseen.
- Kirjastojen matalan kynnyksen palvelut, kuten lukutaitoa vahvistava toiminta ja kielikahvilat, tukevat toimintakykyä ja kiinnittymistä yhteiskuntaan ja ehkäisevät syrjäytymistä.
- Myös vuokrattavat työ- ja harrastusvälineet tarjoavat kaikenikäisille mahdollisuuksia päähteettömään vapaa-ajan toimintaan.
- Espoon kirjastojen työskentelevät ovat asiakaspalvelun ammattilaisia, joilla on osaamista myös lasten ja nuorten kasvusta ja kehityksestä ja päähtyneiden kohtaamisesta.

Espoon kaupunginkirjaston ja A-Klinikkasäätiön yhteistyö

- Espoon kaupunginkirjasto ja A-Klinikkasäätiö ovat tehneet yhteistyötä usean vuoden ajan.
- A-Klinikkasäätiö organisoi yhdistysten ja Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueen kanssa vuosittain yhteen Espoon aluekirjastoon kansalaistapahtuman, jossa esitellään päihde- ja mielenterveysalan yhdistyksiä ja toimintaa. Vuonna 2025 tapahtuma järjestettiin Lippulaivan kirjastossa. Paikalla oli noin 20 eri toimijaa.
- A-Klinikkasäätiö järjestää kirjaston henkilökunnalle vuosittain koulutusta päihde- ja mielenterveyshaasteita kokevien asiakkaiden kohtaamiseen.
- Yhteistyössä on muun muassa luotu työntekijöiden käyttöön palvelunohjausmateriaali, jossa on kartoitettu Espoossa tarjolla olevat päihdepalvelut.
- Työntekijöiden kanssa on myös pohdittu sanoituksia päihdeongelmista kärsivien asiakkaiden kohtaamiseen sekä sitä, miten päihdeongelmien stigmaa voidaan asiakastyössä vähentää.
- Yhteistyö A-Klinikkasäätiön kanssa on koettu hyväksi ja sitä on tarkoitus jatkaa.



Ehkäisevä päihdetyö Espoon työllisyyspalveluissa

- Espoon työllisyyspalvelujen tehtävänä on tukea ja edistää työnhakijan työllistymistä ja poistaa työllistymisen esteitä.
- Työllisyyspalveluissa tavoitetaan laajasti kaikki espoolaiset työnhakijat.
- Asiakkaalle tarjotaan palveluja hänen palvelutarpeensa mukaisesti edistään pääsyä koulutukseen ja työmarkkinoille.
- Työllisyyspalvelut tarjoavat työikäisille työllistymistä edistäviä palveluita. Niihin kuuluvat työvoimakoulutus, omaehtoinen opiskelu, työnhaku- ja uravalmennus, työkokeilu, koulutuskokeilu ja kuntouttava työtoiminta.
- Työllisyyspalveluiden ammattilaiset kohtaavat asiakkaan kokonaisvaltaisesti. Asiakaskohtaamisissa, esimerkiksi neuvontapalveluissa, työnhakukeskusteluissa, uraohjauksessa, valmennuksissa ja koulutuksissa voidaan tunnistaa ja ottaa puheeksi asiakkaan päihteiden käyttö ja/tai elämänhallinnan haasteet.
- Tarvittaessa tehdään sovitus huoli-ilmoitus tai muu yhteydenotto hyvinvointialueen palveluihin tai kolmannen sektorin palveluihin. Ilmoitus voidaan kirjata asiakkaan suunnitelmaan.



Ympäristöterveys ja ehkäisevä päihdetyö



- Ympäristöterveyden tehtävänä on valvoa oheisten lakien ja asetusten noudattamista kunnassa: tupakkalaki (549/2016), terveydensuojelulaki (763/1994) sekä asumisterveysasetus (545/2015).
- **Ympäristöterveys käsittelee:**
 - tupakkatuotteiden ja myyntilupien ilmoitukset ja myyntiluvat
- **Ympäristöterveys valvoo:**
 - toimijoiden tupakointi- ja vesipiipputiloja
 - elintarvikehuoneistojen nikotiinituotteiden myyntiä ilmoitusten ja myyntilupien muodossa
 - julkisten tilojen kuten koulujen, päiväkotien ja vanhainkotien tupakointikieltoa ja muiden nikotiinituotteiden käyttöä
- **Lisäksi ympäristöterveyden tehtäviin kuuluvat:**
 - savuttomien nikotiinituotteiden tuotevalvonta
 - laittoman kaupan ehkäisy ja jäljitettävyyden hyödyntäminen

Ympäristöterveys valvoo vaikutuksia, joita päihteet aiheuttavat asuinolosuhteisiin

Asumisessa ympäristöterveys valvoo savuavien päihteiden (tupakka, sähkötupakka, kannabis ym.) vaikutuksia.

- myöntää ja asuntoyhteisölle tupakointikieltopäätökset ja valvoo niitä (mm. parveketupakointi).
- valvoo asuntojen sisätiloihin kulkeutuvaa tupakansavua (myös kannabiksen haju tai muu savuava päihde) ilmanvaihdon tai rakenteiden kautta.
- Päihdeongelmista aiheutuva asuntojen siivottomuus ja sen vaikutukset asuinolosuhteisiin (esim. haju, melu, savu, tuhohyönteiset).

Alkoholin aiheuttamat häiriöt:

- Tarvittaessa lupa- ja valvontaviraston alkoholitarkastajien pyytäessä ympäristöterveys tekee jatkolupalausuntoja.
- Mittaa anniskelupaikkojen aiheuttamia melutasoja asuntojen sisätiloissa.
- Tarvittaessa tekee ilmoituksen LVV:lle anniskelupaikkojen häiriöistä.
- Tarvittaessa ympäristöterveys ottaa yhteyttä muihin viranomaisiin (esim. sosiaalitoimi, poliisi, paloviranomainen).



Espoon yhteistyökumppanit ehkäisevässä päihdetyössä

Keitä yhteistyökumppanit ovat?

- Ehkäisevää päihdetyötä tehdään Espoossa moniammatillisesti, verkostomaisesti ja yhteistyössä eri toimijoiden kanssa.
- Espoon ehkäisevän päihdetyön yhteistyökumppaneita ovat Länsi-Uudenmaan hyvinvointialue, seurakunnat, järjestöt ja yhdistykset, poliisi ja muut viranomaiset.
- Lisäksi Espoo on mukana useissa paikallisissa ja kansallisissa ehkäisevän mielenterveys- ja päihdetyön sekä hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen verkostoissa, joista saatua tietoa ja hyviä käytäntöjä hyödynnetään ehkäisevän päihdetyön suunnittelussa ja kehittämisessä.
- Espoossa on toimii oma ehkäisevän päihdetyön verkosto, joka koordinoi kaupungin palveluissa tehtävää ja pyrkii vahvistamaan sen osaamista. Verkosto on avoin myös yhteistyökumppaneille.

Yhteistyö on esim. tiedon ja hyvien käytäntöjen jakamista, yhteistä viestintää, tapahtumien järjestämistä, kehittämistä ja hankkeita.



Esimerkkeitä yhteistyöstä Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueen kanssa

- Yhteistyö Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueen kanssa on aktiivista ehkäisevässä päihdetyössä.
- Hyvinvointialueen ehkäisevän päihdetyön yhteyshenkilö koordinoi kuntien kanssa tehtävää yhteistyötä. Espoo on mukana Länsi-Uudenmaan vetämissä hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen ja ehkäisevän päihdetyön verkostoissa.
- **Esimerkkeitä yhteistyöstä palveluiden tasolla:**
 - Espoo tiedottaa yhteistyössä hyvinvointialueen kanssa sote-palvelujen (mukaan lukien mielenterveys- ja päihdepalvelut) palvelupoluista, niitä koskevista muutoksista ja ajankohtaisista asioista.
 - Koulu- ja opiskelijaterveydenhuolto tukee lasten ja nuorten hyvinvointia ja toimii tiiviissä yhteistyössä koulun muiden ammattilaisten kanssa.
 - Espoon työllisyyspalveluiden ja hyvinvointialueen yhteistyö työttömien terveystarkastuksissa.
 - Monikanavainen ehkäisevän päihdetyön viestintäyhteistyö ja yhteiset tapahtumat, mm. Päihde- ja mielenterveysjärjestöjen kansalaistapahtuma.

Sote-tiedotukseen on kuulunut esimerkiksi Lunnan käyttöönotto.



Järjestöyhteistyö ehkäisevässä päihdetyössä

- Espoolaisten hyvinvointia, terveyttä ja osallisuutta edistetään yhteistyössä järjestöjen kanssa.
- Järjestöillä on keskeinen rooli sekä päihteiden käyttöä ehkäisevien palveluiden että korjaavien päihdepalveluiden tuottajina Espoossa ja pääkaupunkiseudulla.
- Paikalliset ja kansalliset ehkäisevän mielenterveys- ja päihdetyön järjestöt ovat Espoolle tärkeitä kumppaneita ehkäisevän päihdetyön toteuttamisessa.
- Espoo tukee paikallisten järjestöjen toimintaa järjestöavustuksin ja tarjoamalla tiloja järjestöjen käyttöön.
- Hyvinvoinnin, terveyden ja osallisuuden edistämisen järjestöavustuksilla tuetaan matalan kynnyksen toimintaa, joka on kaikille avointa ja edistää osallisuutta ja toimintakykyä, vähentää yksinäisyyttä ja syrjäytymistä, kaventaa väestöryhmien välisiä hyvinvointi- ja terveyseroja ja lisää vertaistukea ja vapaaehtoistoimintaa.



Esimerkkeitä järjestyhteistyöstä ehkäisevässä päihdetyössä



Kohtaamiset ja vuoropuhelu

- Tarjoamme ehkäisevän mielenterveys- ja päihdetyön järjestöille mahdollisuuden näkyä ja tavata espoolaisia kaupungin eri tapahtumissa.
- Tapahtumissa järjestöt voivat jakaa päihteidenkäyttöön, käytön ehkäisyyn ja avun hakemiseen liittyvää tietoa.
 - Esimerkkejä näistä tapahtumista ovat Sykettä syksyyn, asukasmessut, Senioripaku, Seuraseminaari.
- Yhteiset tapahtumat, esimerkiksi Päihde- ja mielenterveysjärjestöjen kansalaistapahtuma yhteistyössä Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueen ja A-klinikkasäätiön kanssa.
- Espoon kaupungin ja Emy ry:n yhteinen tilapilotti tarjoaa uuden maksuttoman yhteisötilan espoolaisten järjestöjen ja yhteisöjen käyttöön Espoon Olarissa.

Koulutus ja tiedon jakaminen

- Hyödynnämme järjestöjen osaamista tiedon jakamisessa ja osaamisen lisäämisessä.
 - EHYT ry:n toteuttamat päihdekasvatustunnit espoolaisissa ala- ja yläkouluissa ja lukioissa.
 - Infot, tietoiskut ja webinaarit huoltajille, palvelujen ammattilaisille ja Espoon henkilöstölle.
 - Järjestöjen tuottama materiaali ehkäisevän päihdetyön viestinnässä.

Muita esimerkkejä ehkäisevän päihdetyön laaja-alaisesta yhteistyöstä

- **Seurakunnat**
 - Espoon kaupungin ja Espoon seurakuntayhtymän Luokka loistamaan -hankkeessa vahvistetaan alakouluikäisten lasten sosiaalisia taitoja, hyvinvointia ja yhteisöllisyyttä. Mukana on noin 120 nelos- ja vitosluokkaa 120 espoolaiskoulusta.
- **Poliisi**
 - Poliisi antaa tietoa päihteistä ja päihdetilanteesta Espoon järjestämissä webinaareissa ja infoissa, jotka on suunnattu mm. perheille ja Espoon henkilöstölle.
 - Espoon seiskaluokkalaisille suunnatussa Poliisisoittokunnan konsertissa poliisi jakaa tietoa päihteistä, kiusaamisesta, väkivallasta ja seksuaalisesta itsemääräämisoikeudesta.
- **Kansallinen taso**
 - THL: ehkäisevää päihdetyötä koskeva tieto, ohjeistus, tutkimukset, materiaalit ja suositukset.
 - Esimerkiksi Lasten digisuositukset 0–13-vuotiaille, Kouluterveyskysely, Päihdetilannekysely.



Ehkäisevän päihdetyön-toimijat Espoossa ja Länsi-Uudellamaalla 1/2

KOKO LÄNSI-UUSIMAA

- AA eli Nimettömät Alkoholistit (Alcoholics Anonymous) on kansainvälinen yhteisö, jonka jäsenten päämääränä on pysyä raittiina ja auttaa toisia alkoholisteja saavuttamaan raittius. Toimintaa suomeksi, ruotsiksi ja englanniksi.
- Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry. Valtakunnallinen päihdeneuvonta tarjoaa keskusteluapua, p. 0800 90 045, avoinna ympäri vuorokauden. Päihdeasiamies auttaa ja neuvoo vapaaehtoisesti päihdehoitoon ja -kuntoutukseen hakeutuvia sekä heidän läheisiään lakisääteisten palvelujen, etuuksien ja tukien saamisessa. Toiminta on suomenkielistä.
- Etelän-SYLI ry Etelän-SYLI on Syömishäiriöliitto-SYLIn jäsenyhdistys. Tarjoamme vertaistukea, webinaareja, koulutusta ja kursseja syömishäiriötä sairastaville, heidän läheisilleen ja ammattilaisille. Toiminta on suomenkielistä.
- Finfami Uusimaa ry on mielenterveysomaisille tarkoitettu yhdistys. Palvelemme omaisia, perheitä, sekä ammattilaisia Uudenmaan alueella. Meiltä saat vertaistukea eri muodoissa ja ammattilaisen tarjoamaa keskusteluapua. Palvelemme suomeksi, ruotsiksi ja englanniksi.
- KRAN rf on valtakunnallinen päihdealan keskusjärjestö, joka jo vuodesta 1982 tekee työtä riippuvuudesta kärsivien haavoittuvassa asemassa olevien ihmisten hyväksi ja ylläpitää viittä päihdealan kokemusasiantuntijavastaanottoa. Palvelua suomeksi, ruotsiksi ja englanniksi.



Järjestöt
tekevät sekä
ehkäisevää että
korjaavaa
päihdetyötä.

- Mielenterveyden keskusliitto ry tukee jo sairastuneita elämään mielenterveyden ongelmien kanssa. Järjestämme toimintaa kasvokkain ja digitaalisesti verkossa: kohtaamme, kuuntelemme, jaamme kokemuksia ja tietoa sekä autamme löytämään voimavaroja arkeen. Toimintaamme ovat tervetulleita kaikki, jotka kokevat tarvitsevänsä apua. Palvelemme suomeksi.
- Mieli ry:n valtakunnallinen kriisipuhelin tarjoaa keskusteluapua, p. 09 2525 0111. Avoinna ympäri vuorokauden. Palvelu suomeksi, ruotsiksi, englanniksi sekä muilla kielillä. MIELI Kriisichat päivystää ma-ke klo 15–19 ja torstaina klo 15-21.
- MIELI Kriisikeskus Vihti - MIELI ry (aikaisemmin Vihdin Kriisikeskus) on nykyään MIELI Suomen Mielenterveys ry:n ylläpitämä ja palvelee Länsi-Uudenmaan hyvinvointialueen asukkaita.
- MIELI Kriisikeskus Helsinki palvelee koko pääkaupunkiseutua ja Länsi-Uudenmaan. Ajan voit varata joko soittamalla ajanvaraukseen puh. 09 41350 510, joka on auki ma-to klo 9–12 ja 13-15 sekä pe klo 9–12. Yksilöajan suomeksi voi varata sähköisen ajanvarauksen kautta.
- NA eli Nimettömät Narkomaanit on hyötyä tavoittelematon miesten ja naisten toveriseura niille, joille huumeista on muodostunut ensisijainen ongelma. Olemme toipuvia addikteja ja kokoonnumme säännöllisesti auttaaksemme toisiamme pysymään puhtaina. Toimintaa järjestetään suomeksi, ruotsiksi, englanniksi, venäjäksi ja farsiksi.

Peluuri auttava puhelin neuvoo ja ohjaa peliongelmissa ma–pe klo 12–18, p. 0800 100 101. Voit ottaa yhteyttä myös chatissa ma, ke ja pe klo 12–15. Palvelua suomeksi, ruotsiksi ja englanniksi.

Ehkäisevän päihdetyön-toimijat Espoossa ja Länsi-Uudellamaalla 2/2

- Psykosociala förbundet on valtakunnallinen ja ruotsinkielinen mielenterveyden asiantuntijajärjestö, joka järjestää muun muassa kursseja ja tekee vaikuttamistoimintaa sekä ennaltaehkäisevää mielenterveystyötä yläkouluissa (YAM-ohjelma).
- RETS rikoksettoman elämän tukisäätiö on rikoksista tuomittujen, rikoksilla oireilevien ja heidän läheistensä selviytymistä ja elämänhallintaa edistävä valtakunnallinen asiantuntija ja palveluntuottaja. Palvelu on suomenkielistä.
- Sininauhaliitto on jäsenyhteisöjensä yhteistyöverkosto, joka auttaa vaikeaan tilanteeseen joutuneita ihmisiä. Sininauhaliiton jäsenjärjestöt Länsi-Uudellamaalla löydät verkkosivuiltamme. Erityisosaamista ovat päihde- ja pelihaittojen vähentäminen, riippuvuustyö, mielenterveysongelmissa tukeminen, pitkäaikaisasunnottomuuden vähentäminen sekä sosiaalinen työllistäminen. Palvelu on suomenkielistä.

ESPOO JA KAUNIAINEN

- Edistia-konserni www.edistia.fi on Espoon Diakoniasäätiön ja sen omistamien yhtiöiden muodostama sosiaalialan palveluntarjoaja ja yhteiskunnallinen toimija. Tarjoamme matalankynnyksen ryhmiä ja kursseja sekä tukiasuntoja, yhteisöllistä asumista ja työllisyyspalveluita elämäänsä tukea tarvitseville ihmisille. Toimintamme on suomenkielistä.
- Espoon A-Kilta HYKAA ry kannustaa päihdeongelmaisia päihteettömään elämään ja tukee heidän läheisiään, ylläpitää päiväkeskusta Espoon Leppävaarassa. Toiminta on suomen- ja ruotsinkielistä.

- Espoon mielenterveysyhdistys EMY ry monipuolista ryhmätoimintaa, tekemistä ja seuraa mielenterveyden ongelmia kokeville ja muille kiinnostuneille. Emyllä on matalan kynnyksen kohtaamispaikat Lilla Karyll Espoon keskuksessa, Meriemy Kivenlahdessa ja Valoemy Olarissa sekä Virtuaaliemy Discord-keskustelualustalla. Toiminta on suomenkielistä.
- Hyvä koti ry tarjoaa kuntouttavaa yhteisötoimintaa mielenterveyskuntoutujille. Espoon keskuksessa ja Leppävaarassa aikuisille sekä nuorten on oma yhteisö Espoon keskuksessa. Toiminta on suomenkielistä.
- Illusia-päiväkeskus (Leppävaara, Espoo) tarjoavat apua asunnottomuutta kokeville, asunnottomuusuhan alla oleville sekä aktiivisesti päihteitä käyttäville täysi-ikäisille. Päiväkeskuksissa voi asioida anonyymisti. Toiminta on suomen- ja englanninkielistä.
- Kohtaamispaikka Askel (Espoo). Tukea arjessa pärjäämiseen ja elämäntavan muutokseen kohtaamisen, yhteisöllisyyden ja yhdessä tekemisen avulla. Toiminta on suomenkielistä.
- Manna-Apu ry (Espoo) on kristillinen hyväntekeväisyysjärjestö, jonka toimipiste Manna-talo sijaitsee Espoon Tuomarilassa. Se jakaa tiukassa elämäntilanteessa oleville henkilöille ruoka-apua, edistää työllistymistä ja järjestää ryhmätoimintaa. Toiminta on suomenkielistä.
- Päivänselvä yertaistukea päihdeongelmallisille ja heidän läheisilleen. Toiminta on suomenkielistä.

Lisätietoja: [Länsi-Uusimaan hyvinvointialue: Järjestöjen tuki mielenterveys- ja päihdeongelmissa](#)



Espoon ehkäisevän päihdetyön tavoitteet 2026–2029

Ehkäisevän päihdetyön tavoitteet Espoossa 2026-29

- Espoossa ehkäisevän päihdetyön kohderyhmiä ovat lapset ja nuoret, aikuisväestö ja ikääntyneet.
- Tässä suunnitelmassa on asetettu kullekin kohderyhmälle yksi kaupunkitasoinen tavoite vuosille 2026–2029, mittari, jolla tavoitteen toteutumista tarkastellaan sekä toimenpiteet tavoitteen saavuttamiseksi.
- Ehkäisevän päihdetyön kohderyhmät ovat samat kuin Hyvinvointisuunnitelmassa 2026–2029, ja kullekin kohderyhmälle asetetut tavoitteet on kirjattu myös Hyvinvointisuunnitelman 2026–2029 tavoitteisiin.
- Hyvinvointisuunnitelman tavoitteet on johdettu kuntastrategiasta, Espoo-tarinasta, joka suuntaa kaupungin toimintaa valtuustokaudelle 2025–2029 asetettujen tavoitteiden mukaisesti.



Ehkäisevän päihdetyön tavoitteet Espoossa 2026-2029

Kohderyhmä	Tavoite	Mittari	Toimenpiteet
Lapset ja nuoret	Lasten ja nuorten riippuvuudet vähenevät.	Kouluterveyskysely, Päihdetilannekysely (THL, LUVN)	- Vahvistamme tunne- ja vuorovaikutustaitoja varhaiskasvatuksessa, kouluissa, liikunta- ja nuorisopalveluissa. - Kouluissa, Espoon harrastuspolun toiminnassa ja liikunta- ja kulttuuriharrastuksissa opitaan tunne- ja vuorovaikutustaitoja Luokka loistamaan vahvistaa neljäs- ja viidesluokkalaisten lasten sosiaalisia taitoja - Tilattavat ja maksuttomat päihdekasvatustunnit ala-, yläkouluissa ja lukioissa lisäävät lasten ja nuorten valmiuksia ja koulujen yhdenvertaisuutta päihdekasvatuksessa.. - Espoon harrastuspolku, nuorisotilat ja -tapahtumat sekä kirjastojen valikoima tarjoavat monipuolisia vapaa-ajanvietto- ja harrastusmahdollisuuksia perheiden tulotasosta riippumatta. - Ehkäisevän päihdetyön sisällöistä viestiään lapsille, nuorille ja perheille Espoon viestintäkanavissa, tapahtumissa ja yhteistyökumppaneiden kanssa.
Aikuisväestö	Aikuisväestö saa tietoa päihteiden riskikäytöstä ja niiden vaikutuksista hyvinvointiin.	Tapahtumat, joissa aikuisväestölle jaetaan tietoa päihteistä, käytön haitoista ja ehkäisystä.	- Hyödynnämme monipuolisesti Espoon kaupungin viestintäkanavia ja tapahtumia tiedon jakamisessa. - Teemme ehkäisevän päihdetyön viestinnässä aktiivista yhteistyötä hyvinvointialueen, paikallisten järjestöjen ja ehkäisevän päihdetyön kansallisten toimijoiden kanssa. - Mahdollistamme ehkäisevän päihdetyön järjestötoimijoiden ja asukkaiden kohtaamiset Espoon tapahtumissa. - Kehitämme yhteistyötä ehkäisevässä päihdetyössä Espoon palveluissa, esim. seuratoiminnassa ja vieraskielisten espoolaisten kohtaamispaikoissa.
Ikääntyneet	Alkoholien liikaa käyttävien ikääntyneiden osuus vähenee.	Päihdetilannekysely (THL, LUVN)	- Ikääntyneiden toimintakykyä ja osallisuutta tuetaan monipuolisella liikunta-, ja kulttuuripalveluilla ja -harrastuksilla, jotka vähentävät yksinäisyyttä. - Palveluiden tarjonnassa huomioidaan asukkaiden moninaisuus: mm. maksuttomat palvelut ja harrastukset, palveluiden esteettömyys. - Nivelvaiheiden ja matalan kynnyksen palvelut tukevat muutoksissa ja ongelmassa . Esim. liikuntaneuvonta, asiointipalvelut, digituki, Hello Espoo info. - Vapaaehtoistoiminta ja järjestökumppanit täydentävät kaupungin palveluita. - Viestimme monikanavaisesti ikääntyneille suunnatuista palveluista, päihteiden haitoista, riippuvuuksista ja niiden ehkäisystä. - Mahdollistamme ehkäisevän päihdetyön järjestötoimijoiden ja asukkaiden kohtaamiset mm. Espoon tapahtumissa.



**ESPOO
ESBO**