

Pirkanmaan hyvinvointialueen ennaltaehkäisevät ja kuntouttavat palvelut tutuksi yrityksille ja tutkijoille

Webinaari osa 2, 23.1.2026 klo 13-14
Aiheena: Ehkäisevä työ



Euroopan unionin
osarahoittama



PIRKANMAA
COUNCIL OF TAMPERE REGION



TAMPERE

Pirkanmaan
hyvinvointialue



Tampereen yliopisto



UKK-instituutti



Tampereen
urheilulääkäriasema

VARALA

Webinaarisarjan sisältö

Tervetuloa kuulemaan ja keskustelemaan Pirkanmaan hyvinvointialueen (Pirha) ennaltaehkäiseviä ja kuntouttavia palveluita koskevista strategioista, suunnitelmista ja tarpeista!

- **Pääkohderyhmä**

- tutkimus- kehitys- ja innovaatioyhteistyöstä (TKI) kiinnostuneet yritykset ja tutkijat sekä muut aiheesta kiinnostuneet.

- **Mitä luvassa?**

- Tietoa Pirhan hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen sekä kuntoutuksen strategioista, suunnitelmista ja tarpeista erityisesti yritysten ennakoivaa tuotekehitystä varten sekä
- tietoa Pirhan kehitteillä olevista TKI-

yritysyhteistyön toimintamalleista ja -mahdollisuuksista.

- **Webinaarisarjan seuraavat osat:**

- 10.3.2026 klo 14–15: **Elintapaohjaus ja kulttuurihyvinvointi**
- 10.4.2026 klo 10–11: **Ikääntyneiden kuntoutus Pirkanmaan hyvinvointialueella**

(Löydät tilaisuuksien Teams-linkit [tästä kutsusta](#))

Tämän päivän ohjelma

- **Klo 13–13.05 Tervetuloa!** Projektipäällikkö Essi Lönnqvist
 - Nostoja Pirhan TKI-yritysyhteistyön ajankohtaisista asioista
- **Klo 13:05–13:20 Ehkäisevä päihdetyö ja päihdehaittojen ehkäisy yhteisöllisesti Pirkanmaalla.** Suunnittelija Iina Nummi
- **Klo 13.20–13.35 Väkivallan ehkäisy on osa hyvinvoinnin ja terveyden edistämistä.** Projektipäällikkö/suunnittelija Sari Rusanen
- **Klo 13:35–13:50 Riippuvuushaitat ja väkivalta koskee kaikkia.** Suunnittelupäällikkö Noora Kannisto
- **Klo 13:50–14 Kysymyksiä ja keskustelua**
 - Palaute- ja yhteydenottolomake
 - Tulevia tilaisuuksia

Webinaarin käytännön asioita

- Tilaisuutta ei tallenneta
- Esitysmateriaali lisätään myöhemmin [Tomorrow's Sports and Health Campus -hankkeen sivuille](#).
- Pidetään mikit ja kamerat kiinni alustusten aikana
 - Keskustelukenttään voi laittaa kysymyksiä ja kommentteja.
- Lopussa aikaa kysymyksille ja keskustelulle
 - Myös palaute- ja yhteydenottolomake





Nostoja Pirhan TKI-yhteistyön ajankohtaisista asioista

Käynnissä

- Yritykset, tutkijat ja Pirkan henkilöstöä kokoontui yhteiskehittämään systemaattista TKI-mallia joulukuussa
- Blogiteksti täällä: [Paidiassa kehitettiin yhteistä TKI-toimintamallia](#)
- Yritysten keskitetyn yhteydenottokanava TKI-tarpeissa testaus alkamassa
- Laita viestiä Essille, jos haluat mukaan testaamaan ja pilotoimaan

Yhteydenottolomake yrityksille / Contact request form for companies, versio 1.0

Tämän yhteydenottolomakkeen kautta voit lähettää yrityksesi terveys-, hyvinvointi- ja urheilualaan liittyvän tutkimus-, kehittämis- tai tuotekehitystarve-ehdotuksen Tampereen yliopistolle, Pirkanmaan hyvinvointialueelle, Hakametsä Sport Campukselle/Tampereen kaupunki, Varalan urheiluopistolle tai Tampereen Urheilulääkäriasemalle/UKK-instituutille.

Yhteydenottolomaketta pilotoidaan osana [Tomorrow's Sports and Health Campus-hanketta](#). Organisaatioiden [hankevastaavat](#) käsittelevät omaan organisaationsa kohdennetut yhteydenotot luottamuksellisesti.

Täytä lomake mahdollisimman huolellisesti, se helpottaa yhteydenottopyynnön käsittelyä.

In English: Through this contact form, you can submit your company's proposal related to sports, wellbeing or health for testing or co-development to one of the following organizations: Tampere University, the Wellbeing Services County of Pirkanmaa, Hakametsä Sport Campus/City of Tampere, Varala Sports Institute or Tampere Sports Medical Center/UKK Institute.

The contact form is being piloted as part of the [Tomorrow's Sports and Health Campus project](#).

Project representatives from these organizations will review the submissions.

Please fill out the form as carefully as possible to help us process your request efficiently.



Euroopan unionin
osarahoittama



Pirkanmaan
hyvinvointialue

Mitä Tomorrow's Sports and Health Campus -hanke tarjoaa yrityksille?

- Osallistuminen verkostoon (Hakametsä Sport Campus) sekä osaksi Tampere Health -ekosysteemiä
- Tukea ja sparrausta tuotekehityksen ja testauksen (esim. **de minimis -toimenpiteinä**):
 - *yritysten testaus- ja tuotekehitystoimenpiteet käyttäen testausalustana autenttisia sote-ympäristöjä (esim. Pirha)*
 - *Konsultointi- tai asiantuntijapalvelu yrityksille*
- Pääsyn mukaan yhteiskehittämisen ja systemaattisen TKI-toimintamallin kehittämiseen ja pilotointiin (myös digitaalustan testaus)
- Lisää tietoisuutta olemassa olevista TKI-infroista ja niiden hyödyntämismahdollisuuksista
- Hankkeen työpajat, vierailut sekä muut tilaisuuudet





Ehkäisevä päihdetyö ja päihdehaittojen ehkäisy yhteisöllisesti Pirkanmaalla

Miksi ehkäisevää päihdetyötä tarvitaan etenkin nyt? 1/2

- **Alkoholin saatavuutta on uuden hallituksen toimien puolesta lisätty**
 - Prosenttirajojen nosto 8 prosenttiin, selvitys 15 prosenttiin nostamisesta sekä esitys kotiinkuljetuksen mahdollistamisesta
 - Alkoholin saatavuuden lisääntymisen tiedetään tutkitusti lisäävän päihdehaittoja
 - **Uudet tuotteet ja ilmiöt haastavat**
 - Sähkötupakat (vapet) ja nikotiinituotteiden vapauttaminen kauppoihin > Yhä useammille syntyy nikotiiniriippuvuus
 - Huumeiden saatavuuden lisääntyminen ja kaupankäynnin helpottuminen somen välityksellä
 - **Rahapelilainsäädännön muutos ja siirtyminen lisenssijärjestelmään vapauttaa pelimarkkinat ja tätä kautta rahapelien markkinointi ja haitat lisääntyvät**
 - Muiden Pohjoismaiden kokemusten pohjalta voidaan pitää todennäköisenä, että rahapelaaminen sekä rahapeliongelmat lisääntyvät (THL 2023) > tätä kautta myös riski muihin taloudellisiin ongelmiin, sosiaalisiin ongelmiin, päihdeongelmiin ja väkivaltaan kasvaa
 - **Samalla suuret leikkaukset ovat kaventaneet hyvinvointialueen ja järjestöjen resursseja ehkäistä ja korjata haittoja**
- >>Enemmän kuin koskaan on tarve vahvistaa ehkäisevää päihdetyötä yhdessä ja tehdä ehkäisevästä päihdetyöstä laaja-alaisempaa sekä vaikuttavampaa





Miksi ehkäisevää päihdetyötä tarvitaan etenkin nyt? 2/2

- Koko väestöstä 28% (miehistä 31% ja naisista 21%) ylitti AUDIT-testin alimman riskirajan (vähintään 6p naisille ja 8p miehille) eli heille tulisi suositusten perusteella tarjota terveydenhuollossa neuvontaa alkoholinkäytön vähentämiseksi. ([Suomalaisten alkoholinkäyttötavat 2023](#))
- Noin 2 600 000 suomalaista on kokenut haittoja muiden juomisesta lähipiirissä tai julkisissa tiloissa. **Tämä tarkoittaa lähes joka toista suomalaista !** (THL 2024)
- Nikotiinipussien päivittäinen tai satunnainen käyttö kaksinkertaistui työikäisillä eli 20–64-vuotiailla miehillä vuosien 2022 ja 2024 välillä (THL 2025)
- Vuonna 2022 väestöstä 29 prosenttia raportoi kokeilleensa jotain huumetta joskus elämänsä aikana. Huumeiden käytön lisääntyminen näkyy myös jätevesitutkimuksissa ja huumekuolemissa (Päihdelinkki 2024)
- Lisäksi nuorten rahapelaaminen on lisääntynyt viime vuosina (Kouluterveyskysely 2025)

Alkoholin korkean riskin käyttäjistä*...

58 %

PITÄÄ ITSEÄÄN
KOHTUUKÄYTTÄJÄNÄ

40 %

ON YRITTÄNYT VÄHENTÄÄ
KÄYTTÖÄÄN EDELLISEN
VUODEN AIKANA

* Miehet ≥ 23 annosta viikossa, naiset ≥ 12 annosta.
Yhteensä yli 200 000 suomalaista.

TERVEYDEN JA HYVINVOINNIN LAITOS

Lähde: Juomatapatutkimus 2016, THL

Ehkäisevän päihdetyön perustaa

- Ehkäisevän päihdetyön perustana toimii laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä (523/2015)
- Pirkanmaan hyvinvointialueella tehtävää ehkäisevää päihdetyötä **ohjaa Ehkäisevän päihdetyön suunnitelma 2023-2026**, joka on osa Pirkanmaan hyvinvointialueen hyvinvointikertomusta ja –suunnitelmaa. > **Kumpikin päivittyy nyt vuonna 2026**
- Taustalla Sosiaali- ja terveysministeriön ehkäisevän päihdetyön toimintaohjelma 2026 ja Päihde- ja riippuvuusstrategia 2021-2030
- Ehkäisevän päihdetyön suunnitelman on tarkoitus mahdollistaa Pirkanmaan hyvinvointialueen ja kuntien ja järjestöjen yhteistä tekemistä yhteisin suuntaviivoin
- Suunnitelman toimeenpanosta huolehtii alueellinen ehkäisevän päihdetyön työryhmä sekä ehkäisevää päihdetyötä tukee Pakka-toimintamallin alaiset työryhmät

**Pirkanmaan
hyvinvointialue**



- ”Lain mukaisesti hyvinvointialueen tulee seurata alueen päihdeoloja, tiedottaa niistä ja tarjota yksilöille sekä alueen koko väestölle päihdehaittoja vähentävää tietoa, tukea päihdetyön osaamista sekä edistää ehkäisevää päihdetyötä.” –Ehkäisevän päihdetyön suunnitelma 2023-2026
- ”Ehkäisevää päihdetyötä tehdään sosiaali- ja terveyspalveluissa osana yleistä ehkäisevää työtä, haittojen vähentämistä sekä hoitoa ja kuntoutusta.
Olennaista on huomioida eri ikä- ja väestöryhmät. Kokonaisuus on laaja ja sujuvan toiminnan varmistaminen edellyttää koordinaatiota ja aktiivista yhdyspintatyötä. Työn tulee myös perustua luotettavaan tutkimustietoon.” –Aluehallintovirasto 2024



Ehkäisevän päihdetyön tarkoitus

- Tavoitteena on ehkäistä ja vähentää kaiken ikäisten alkoholin käytön, tupakka- ja nikotiinituotteiden, huumeiden sekä rahapelaamisen aiheuttamia haittoja yksilölle, hänen läheisilleen sekä yhteiskunnalle
- Ehkäisevä päihdetyö on asukkaiden arkeen kohdistuvia toimia, joilla vaikutetaan päihteidenkäytöltä ja rahapelaamiselta **suojaaviin** ja niille **altistaviin** tekijöihin.
 - Huomioidaan vallitsevat ilmiöt
 - Vaikutetaan asenteisiin ja vähennetään stigmaa
 - Integroidaan ehkäisevän päihdetyön toimia yhdensuuntaisiksi ja samanaikaisiksi erilaisissa arkiympäristöissä ja organisaatioissa.
- Keskiössä on riskien ja ongelmien varhainen tunnistaminen sekä riittävän varhaisen tuen tarjoaminen

Pirkanmaan
hyvinvointialue

#älävälitä

Jos välität
nuorista,
et välitä heille
päihteitä.



TOIMINTAMALLI EHKÄISEVÄÄN PÄIHDETYÖHÖN

Keskeisimmät toimenpiteet ehkäisevässä päihdetyössä

- **Ehkäisevän päihdetyön koordinaatio ja yhteinen vuosikello**

> ohjataan hyvinvointialueen ja kuntien yhteistä tekemistä sekä viestintää. Esimerkiksi. yhteiset suuntaviivat, teemapäivät ja kyselyt

- **Ehkäisevän päihdetyön ilmiöiden seuraaminen, tiedon kokoaminen ja ilmiöihin reagoiminen**

> Kootaan ilmiötietoa yhteen ja mietitään toimenpiteitä yhteistyössä

- **Päihde- ja peliongelmiin varhainen tunnistaminen ja tuki Pirkanmaan hyvinvointialueen palvelulinjoilla ja kunnissa.** Tuetaan yhteisiä puheeksi ottamisen ja kirjaamisen käytäntöjä, työntekijöiden osaamista, palvelupolkujen selkiytymistä

- **Pakka-toimintamallin -mukaiset työryhmät.** Päihdehaittojen ehkäisy kysynnän ja tarjonnan näkökulmasta. Lähiyhteisöjen aktivointi arjen turvallisuuden tukemisessa. Ikärajavaalvottavien tuotteiden saatavuuteen vaikuttaminen ja kysynnän vähentäminen. (esimerkkeinä; ostokokeet, asiakasarvioinnit, festari-pakka, päihdetilannekyselyt, vaikuttamistoimet, kampanjat, tapahtumat)



Pakka-toimintamalli ehkäisee päihdehaittoja yhteisöllisesti

Pakka-toimintamalli

- Terveiden ja hyvinvoinninlaitoksen valtakunnallisesti koordinoima malli, jota sovelletaan kunnissa ja hyvinvointialueilla
- **Paikallinen alkoholipolitiikka -toimintamalli** (Pakka) on suomalainen sovellus päihdehaittoja ehkäisevälle paikalliselle työlle

>Pakka-toimintamallin kokeiluvaiheesta tehtiin arviointitutkimus, joka osoitti työllä voitavan saavuttaa hyviä tuloksia päihdehaittojen ehkäisyssä ja toiminnan olevan vaikuttavaa

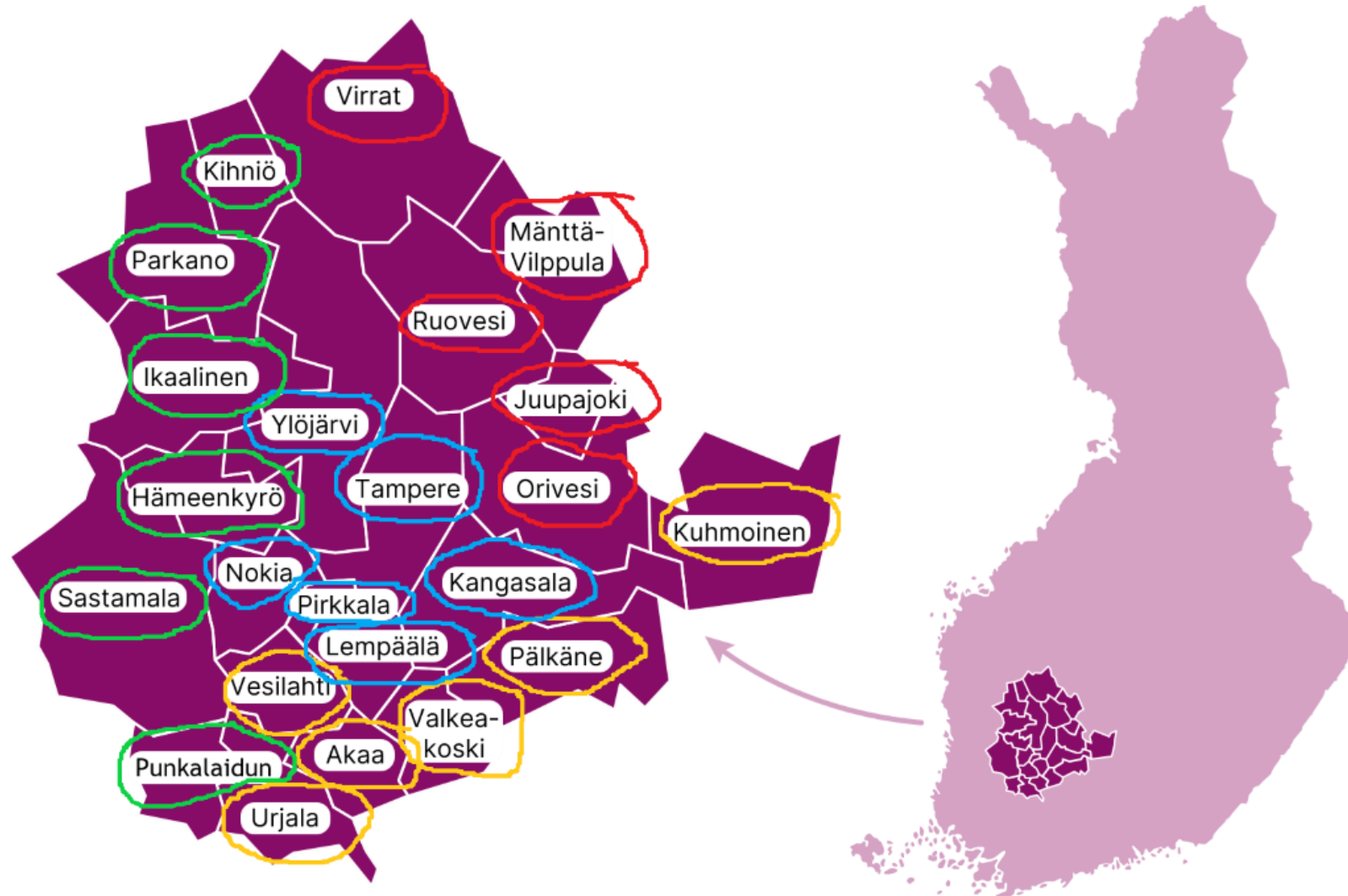
- Yhteisö aktiiviseksi yhteisen tavoitteen eteen! > Muutetaan yhteisöjä ja ympäristöjä ja sitä kautta ohjataan ja tuetaan yksilön ratkaisuja terveyttä ja hyvää elämää suojaavaan suuntaan
- Toimintamalli on levinnyt eri puolille Suomea, ja käyttöönottoa tuetaan muun muassa THL:n koordinoiman Pakka-kehittäjäverkoston toiminnalla jakamalla tietoa ja materiaaleja
- Vuonna 2020 Pakka oli käytössä noin 43 prosentissa Suomen kunnista
- Toimintaa organisoidaan etenkin kuntatasolla, mutta myös muutama hyvinvointialue on siinä mukana. Pirkanmaan hyvinvointialue suurimpana alueena.

Pakka-toiminta kattaa kaikki keskeisimmät ehkäisevän päihdetyön näkökulmat

Ehkäisevä päihdetyö on...



Pakka-kysyntäryhmien alueet



Pakka-toiminta tiiviisti ja konkreettisesti

- Perinteinen **ehkäisevä päihdetyö (kysyntä)** kohtaa **saatavuuden sääntelyn (tarjonta)** ja vaikuttavuus tehostuu.
- > työryhmät muodostetaan näiden näkökulmien pohjalta
- Erona perinteiseen ehkäisevään päihdetyöhön siis vahva linkki myös yritys yhteistyöhön
 - Malli mukautuu erilaisille alueille ja toiminnasta tulee aina paikallisten toteuttajien näköistä.
 - Vaikuttavuus on parempaa, jos kaikkia osakokonaisuuksia toteutetaan alueella yhtäaikaaisesti, mutta Pakasta voi myös poimia osia ja toteuttaa niitä pitemmällä aikavälillä.



Kaikki paikalliset toimijat hoitavat ”oman tonttinsa” ja samaan suuntaan tähtäävien erillisten toimien vaikuttavuus tehostuu, kun ne tehdään koordinoitusti:

- viranomaiset tehostavat valvontaa ja yhteistyötä
- elinkeino toimii vastuullisesti ja kehittää omavalvontaansa
- vanhemmat ja muut kansalaiset hoitavat epävirallista valvontaa eli sosiaalinen kontrolli tehostuu
- nuoret osallistuvat toimintaan ja vaikuttavat paikalliseen päihdekulttuuriin
- sosiaali-, terveys-, opetus- ja nuorisotoimen kuntatoimijat sekä järjestöjen edustajat toimivat yhdessä päihdehaittojen ehkäisyn kentällä
- paikallismedia nostaa päihdeasioita esille ja pitää yllä kansalaiskeskustelua



TOIMINNAN TAVOITTEET:

Pakka-toimintamallissa tehdään paikallisiin yhteisöihin keskittyvää ehkäisevää päihdetyötä, jossa tavoitteena on etenkin että:

- nuorten ja aikuisten alkoholin käyttö, tupakka-/nikotiinituotteiden käyttö ja ongelmia aiheuttava pelaaminen vähenevät
- juomisen, tupakoinnin ja rahapelaamisen aloitusikä nousee
- humalajuominen haittoineen vähenee

> Tavoitteiden osalta voi olla tarve mukautua myös seudullisiin ja paikallisiin tarpeisiin



Esimerkki: Energiajuomakampanja

- Marraskuussa 2024 toteutetun päihdetilannekyselyn tuloksissa nousi esiin huoli nuorten energiajuomien käytöstä, ja useissa avoimissa vastauksissa esitettiin toiveita tilanteeseen puuttumisesta. Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen tiimi tunnisti tämän ilmiön osana ehkäisevän päihdetyön kokonaisuutta, vaikka energiajuomia ei luokitella päihteeksi.
- Perhekeskusverkostossa energiajuomat ovat myös herättäneet keskustelua.
- Energiajuomien vaikutus ravitsemukseen nousi puheenaiheeksi myös työpajassa, jossa koulu- ja opiskeluhuollon ammattilaisten kanssa keskusteltiin ravitsemusohjauksen materiaalien tarpeesta.
- Aihe nousee säännöllisesti esille myös mediassa.

**Pirkanmaan
hyvinvointialue**

ILMIÖ

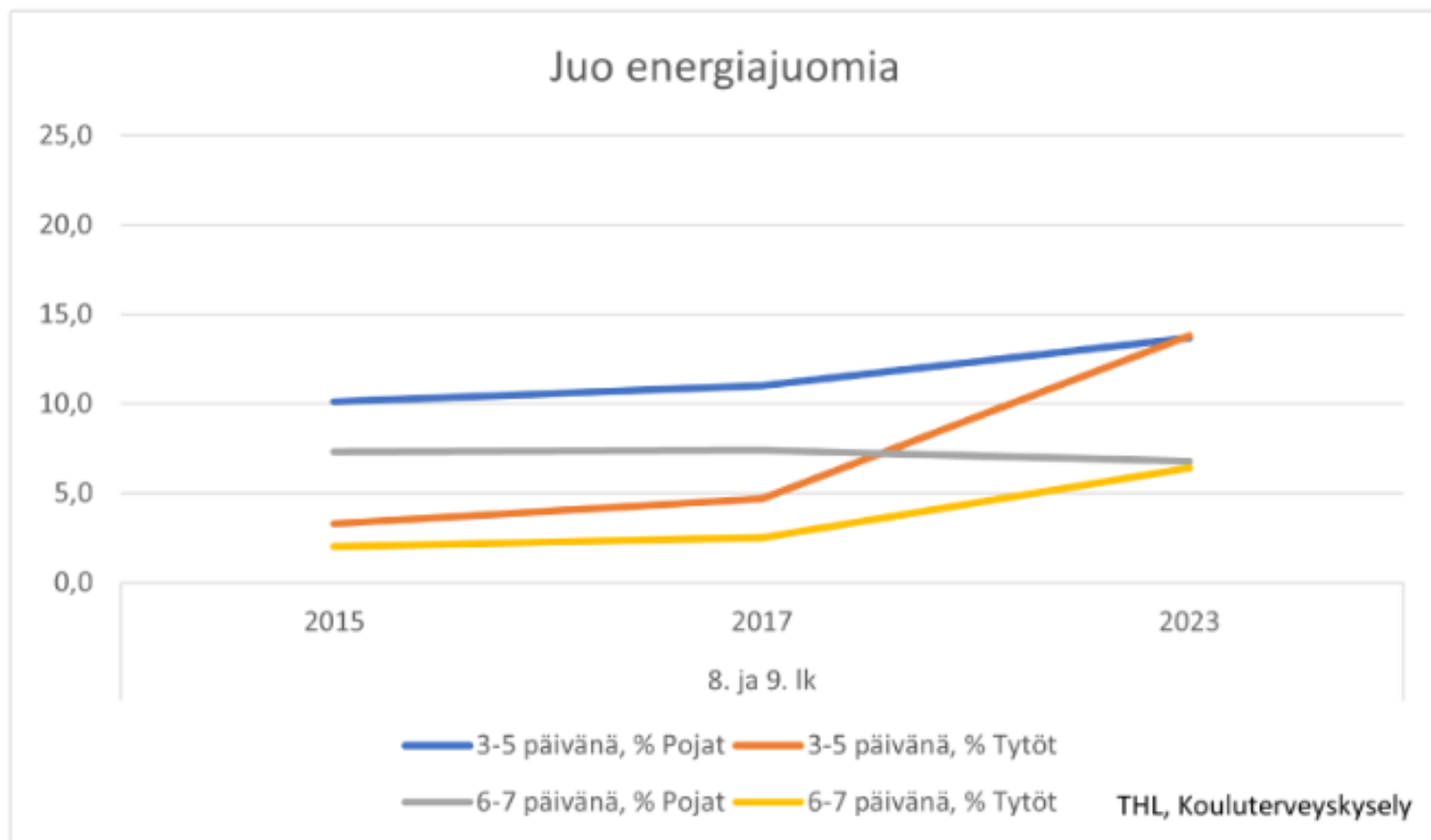
Aamulehti 9.3.2025



MONEN
NUOREN
LEMPIJUOMA

PIRKANMAAN YLÄKOULUISSA ON ERILAISIA KÄYTÄNTÖJÄ **ENERGIAJUOMIEN** SUHTEEN, MUTTA USEIMMISSA NE OVAT KIELLETTYJÄ. KOULUJEN ON VAIKEA VALVOA **ENERGIAJUOMIEN** KÄYTTÖÄ. SILLÄ OPPILAAT OSTAVAT NIITÄ LÄHIKAUPOISTA JA

Yläkoululaisten energiajuomien käyttö



Kuva 1. Energiajuomien käyttö perusopetuksen 8.- ja 9.-luokkalaisilla vuosina 2015, 2017 ja 2023 (THL, Kouluterveyskysely).

Suurennä ja pienennä napsauttamalla kuvaa

- ”Energiajuomien käyttö on ollut selvässä kasvussa nuorten keskuudessa vuodesta 2015 vuoteen 2023.”
- Päivittäinen tai lähes päivittäinen käyttö ja käyttö 3–5 päivänä viikossa on lisääntynyt lähes kaikissa seuratuissa ryhmissä.
- Erityisesti tyttöjen energiajuomien käyttö on lisääntynyt viime vuosina ja poikien pysynyt samalla tasolla.
- Nuorten energiajuomien käytössä voidaan nähdä myös päihteiden käyttöä matkivia piirteitä, kun energiajuomista haetaan ”pärinöitä”.

Vetoomus sisältää konkreettisia toimenpide-ehdotuksia eri kohderyhmille

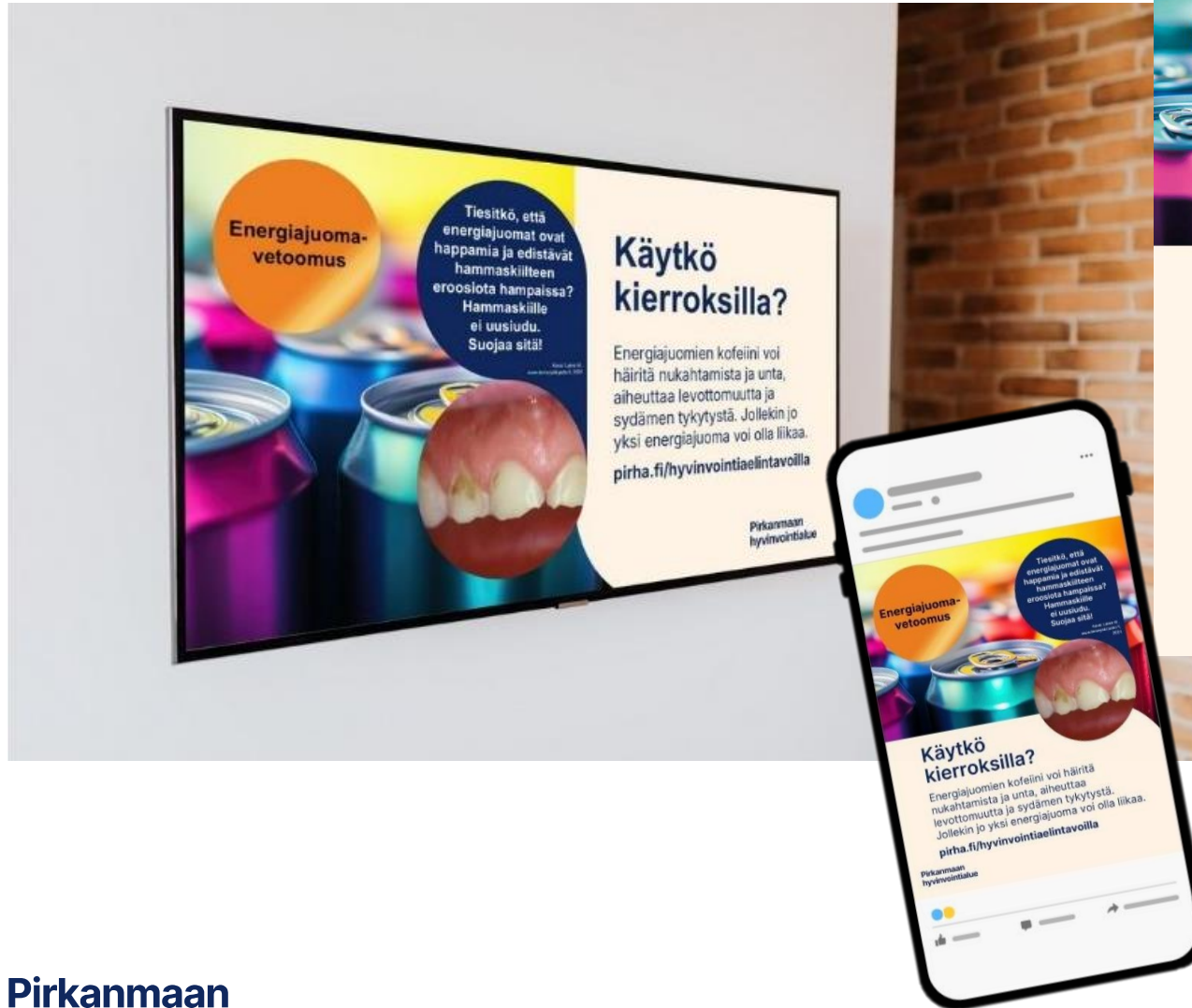
- **Elintarviketoimijat:** Energiajuomia ei myydä alle 15-vuotiaille.
- **Koulut:** Kouluissa huomioidaan energiajuomien käytön ikärajasuositukset.
- **Huoltajat:** Alle 15-vuotiaiden energiajuomien käyttöä ei mahdollisteta. Huolehditaan myös muilta osin kofeiinin turvallisen saannin rajoissa pysymisestä. Alle 18-vuotiaiden kofeiinin turvallisen saannin raja on enintään 3 mg kehon painokiloa kohden päivässä.
- **Harrastus- ja seuratoiminta:** Kirjataan energiajuomien käyttöön liittyvät rajoitukset alle 15-vuotiaille toimintasääntöihin ja kannustetaan toimihenkilöitä toimimaan esimerkkinä.
- **Nuorisopalvelut:** Alle 15-vuotaiden energiajuomien käyttöä ei sallita nuorisopalvelujen ylläpitämissä tiloissa ja työntekijät näyttävät osaltaan hyvää esimerkkiä.



Viestintäkampanja

- Uutinen Käytö kieroilla? – Vetoous kehottaa kieltämään energiajuomat alle 15-vuotialta
- Lehdistötiedote
- Wilma-viestit
- Uutiskirjeet
- Julisteet
- Diplomit
- Videonäytöt
- Some-julkaisut
- Lisämateriaalit

Viestintämateriaalit



Pirkanmaan
hyvinvointialue

**Energiajuoma-
vetoisuus**

Tiesitkö, että energiajuomat ovat happamia ja edistävät hammaskiilteen eroosiota hampaissa? Hammaskiille ei uusiudu. Suojaa sitä!

Käytkö kierroksilla?

Energiajuomien kofeiini voi häiritä nukahtamista ja unta, aiheuttaa levottomuutta ja sydämen tykytystä. Jollekin jo yksi energiajuoma voi olla liikaa.

Nopea buusti houkuttaa, mutta riittävä lepo on jaksamisen edellytys. Väsymys on kehon viesti – ei virhe.

Alle 15-vuotiaille ei suositella energiajuomia lainkaan.
Alle 18-vuotiaille kofeiinin enimmäisaantisuositus on 3 mg/kg/vrk.
Yhdessä energiajuomatölkissä on kofeiinia vaihdellen 100–200 mg.

pirha.fi/hyvinvointiaielintavoilla

Pirkanmaan
hyvinvointialue

**Energiajuoma-
vetoisuus**

Olemme vastuullinen toimija

Emme myy energiajuomia alle 15-vuotiaille

Pirkanmaan
hyvinvointialue

Esimerkki: Pakka-toiminnasta liikkeelle lähtenyt tapahtuma Safe space

- Yhteistyössä Ratinan kauppakeskuksen sekä useiden eri nuorten parissa toimivien tahojen kanssa (hyvinvointialueelta, kunnista ja järjestöistä)
- Osana tapahtumaa mahdollista opetella turvataitoja: turvallisen seurustelun ja juhlimisen työpajat, ensiaputaitoja, päihdetietovisa, keskustelua omasta ja yhteisestä turvallisuudesta, mikä siihen vaikuttaa?
- Tapahtuma jatkaa matkaansa jalostuneempana ensi syksynä Lempäälän Ideaparkkiin

Pirkanmaan hyvinvointialue



Ehkäisevän päihdetyön seminaari:
Ymmärrä, kohtaa, ehkäise -riippuvuudet ja stigma arjessamme
torstaina 5.3.2026 klo 8-16.00



TAMPERE

Tampereen työväenopisto Sampolan juhlasalissa (Sammonkatu 2, 33540 Tampere). **Tilaisuus järjestetään ainoastaan paikan päällä, ei streemausta!**

Miten riippuvuutta ja stigmaa voi ymmärtää? Mitkä tekijät altistavat riippuvuudelle, miten tunnistaa riskitekijöitä ja vahvistaa suojaavia tekijöitä sekä purkaa stigmaa? -Tietoa ja näkökulmia kaikille työn tueksi ja arkeen sovellettavaksi. Tilaisuus on suunnattu kaikille kuntien, hyvinvointialueiden ja 3. sektorin työntekijöille ja muille ammattilaisille sekä päätöksentekijöille.

Lounas tapahtuu omakustanteisesti lähiympäristön ravintoloissa. Seminaariin osallistujille tarjolla iltapäiväkahvit ja pulla.

Tilaisuuteen ilmoittautumisesta tulee sähköpostivahvistus, jonka kautta on mahdollista perua oma osallistuminen sairastumistilanteissa.

Tilaisuuden järjestävät Pirkanmaan hyvinvointialue, Tampereen kaupunki ja Pirkanmaan päihde- ja mielenterveysjärjestöjen verkosto.

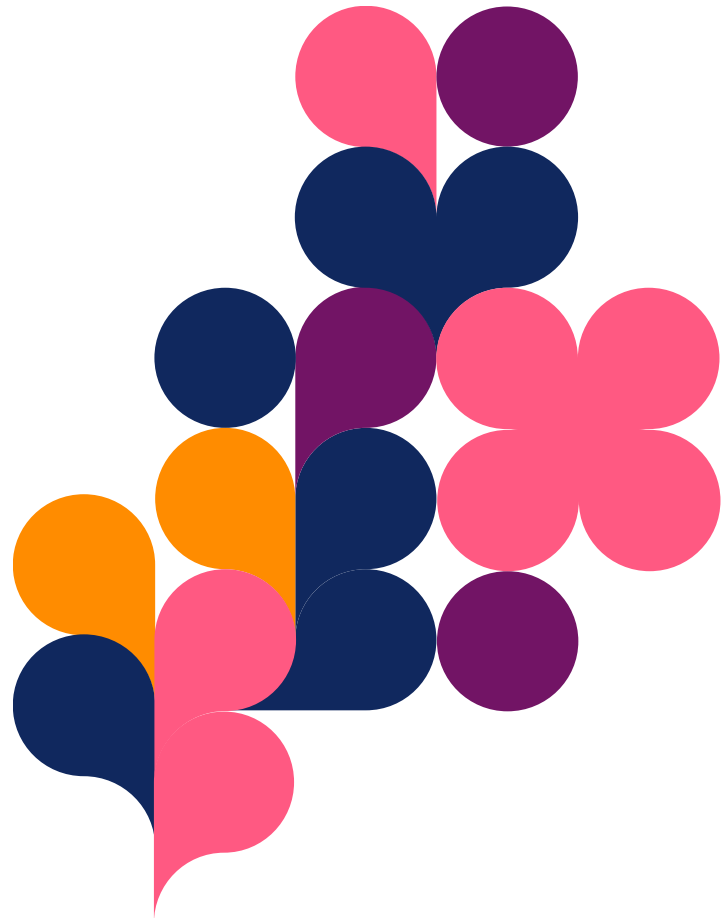


**Pirkanmaan
hyvinvointialue**

Ohjelma ja ilmoittautuminen tästä linkistä viimeistään 19.2:
<https://elomake.tampere.fi/lomakkeet/31788/lomake.html>

Miten ehkäisevän päihdetyön vaikuttavuutta voitaisiin vahvistaa ja päihdehaitoilta välttyttäisiin?

- Miten tukea ihmisten omia mielenterveystaitoja, tunteita, itsetuntoa ja itsemyötätuntoa, turvataitoja ja resilienssiä?
- Miten tukea vanhemmuutta ja hyvinvoivia ihmissuhteita ja yhteisöjä?
- Miten lisätä tietoa riippuvuuksista, päihdehaitoista ja päihdeteollisuuden vaikutuksesta yksilöiden elämään?
- Miten vähentää mielenterveys- ja riippuvuusilmiöihin liittyvää stigmaa? Asenteisiin vaikuttaminen > Näin muun muassa avun hakemisen kynnyks madaltuu ja haitat eivät pääse kasvamaan liian suuriksi



Kiitos!

Noora Kannisto
suunnittelupäällikkö
(ehkäisevä päihde- ja väkivaltatyö)

noora.kannisto@pirha.fi

Iina Nummi
suunnittelija (ehkäisevä
päihdetyö)

iina.nummi@pirha.fi

Ehkäisevän työn kokonaisuus/
Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen tiimi
Lasten, nuorten ja perheiden palvelut



Pirkanmaan
hyvinvointialue



Väkivallan ehkäisy on osa hyvinvoinnin ja terveyden edistämistä

Projektipäällikkö / suunnittelija Sari Rusanen

Lähisuhdeväkivalta on valitettavan yleistä Suomessa

75% 16-74- vuotiaista suomalaisista on kokenut lähisuhdeväkivaltaa ainakin kerran elämänsä aikana (Siltala ym.2022).

Väkivallan ehkäisy on meidän kaikkien yhteinen asia.

Väkivallan ehkäisyn toimenpideohjelma 2024 - 2026

- Työtä ohjaa Pirkanmaan alueellinen väkivallan ehkäisyn toimenpideohjelma.
- <https://www.pirha.fi/documents/d/guest/pirkanmaan-vakivallan-ehkaisy-suunnitelma-dotx>
- Ohjelmaa ollaan juuri päivittämässä vuosille **2026 – 2029**.

Keskeiset toimenpiteet, joita mm. edistetään:

- Ammattilaisten osaamisen vahvistaminen väkivaltaan liittyvissä kysymyksissä – **tunnistaminen, puheeksi otto, väkivallan riskin arvio**.
- Väkivallan kokijoiden ja tekijöiden **palvelupolut- ja palveluketjut**
- **MARAK**-toiminnan kehittäminen
- Väkivallan ehkäisyn **verkkosivustot** / Pirhan sisäiset ja ulkoiset sivustot



Yhteistä työtä Pirkanmaalla

Pirkanmaan hyvinvointialue

- Sote- ja pelastuspalvelut sekä strateginen ohjaus
 - Avopalvelut
 - Sairaalapalvelut
 - Lasten, nuorten ja perheiden palvelut
 - Ikäihmisten ja vammaisten palvelut

Pirkanmaan kunnat

- Kuntien hyvinvointikoordinaattorit
- Kasvatus-, opetus- ja sivistyspalveluiden henkilöstö

Pirkanmaalaisten parissa toimivat järjestöt

- Väkivallan ehkäisy
- Kokijoiden, tekijöiden ja näkijöiden kanssa tehtävä työ

Keskeiset yhdyspinnat

- Viranomaisten kanssa yhdessä tehtävä työ
- Kansallisten ja kansainvälisten toimijoiden kanssa tehtävä työ
- Oppilaitosyhteistyö, tutkimusyhteistyö
- Yritysyhteistyö

Väkivallan riskinarvio on velvoittavaa

- Euroopan neuvoston yleissopimus naisiin kohdistuvan väkivallan ja perheväkivallan ehkäisemisestä ja torjumisesta - **Istanbulin sopimus**
- **51 artikla** - Riskinarviointi ja riskienhallinta:
 - 1. Osapuolet toteuttavat tarvittavat lainsäädäntö- tai muut toimet varmistaakseen, että ***kaikki asianomaiset viranomaiset arvioivat väkivaltatilanteiden vakavuuden sekä niihin liittyvän kuolemanvaaran ja väkivallan toistumisen vaaran hallitakseen riskejä ja tarjotakseen tarvittaessa turvallisuutta ja tukea yhteensovitetuin toimin.***

THL: Kansalliset lomakkeet ammattilaisen työn tukena

- Puheeksi ottamisen tukena voi käyttää Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen **Lähisuhdeväkivallan suodatin- ja kartoituslomaketta**:

○ [THL läheisvakivalta suodatin kartoituslomake A4.indd](#)

- **MARAK** on vakavan parisuhdeväkivallan riskinarvioinnin ja uhrin auttamisen moniammatillinen menetelmä.
- Ammattilaisten käyttöön tarkoitettulla **MARAK – lomakkeella** kartoitetaan, onko asiakkaalla kohonnut riski joutua vakavan parisuhdeväkivallan uhriksi [marak riskinarviointilomake suomi.pdf](#)
- THL koordinoi MARAK-toimintamallia ja sen käyttöönottoa Suomessa. MARAK-on Suomessa käytössä useimmilla hyvinvointialueilla.
- Pirkanmaalla kokoontuu **alueellinen MARAK-työryhmä**.

TERVEYDEN JA HYVINVOINNIN LAITOS Lähisuhdeväkivallan suodatin- ja kartoituslomake (1)

Asiakkaan/potilaan nimi: _____ (Hetu: _____ - _____)
Toiminta-/hoitoyksikkö: _____
Työntekijä: _____
Päivämäärä: _____

Suodatinkysymykset

1 Onko Sinuun kohdistunut lähisuhteissasi* jossakin elämäntilanteessa fyysistä, henkistä tai seksuaalista väkivaltaa tai kaltoinkohtelua?
Kyllä ☐ Ei ☐

2 Vaikuttaako kokemasi väkivalta edelleen terveyteesi, hyvinvointiisi tai elämäntilanteeseen?
Kyllä ☐ Ei ☐

3 Onko lähisuhteissasi tällä hetkellä fyysistä, henkistä tai seksuaalista väkivaltaa tai kaltoinkohtelua?
Kyllä ☐ Ei ☐

Jos kysymyksiin 2 tai 3 on vastattu KYLLÄ, kysy seuraavat kartoituskysymykset:

Kartoituskysymykset

1 Millaista lähisuhdeväkivaltaa olet kokenut?
☐ **fyysistä väkivaltaa** (esim. tönäminen, lyöminen, potkiminen, tukistaminen, pään hakkaaminen, raapiminen, repiminen, ravistelu, ampuma- tai teräaseen käyttö, fyysisellä väkivallalla uhkailu)
☐ **henkistä väkivaltaa** (esim. alistaminen, arvostelu, nimitykset, halveksunta, kontrollointi, sosiaalisen kanssakäymisen rajoittaminen, voimakas mustasukkaisuus, eristäminen, tavaroiden hajottaminen, kotieläinten vahingoittaminen tai jollakin näistä tai esimerkiksi itsemurhalla uhkaaminen)
☐ **seksuaalista väkivaltaa** (esim. raiskaus, raiskauksen yritys tai seksuaalisen kanssakäymisen eri muotoihin painostaminen tai seksin pakottaminen, seksuaalisella väkivallalla uhkailu, seksuaalinen halventaminen, pornografaan pakottaminen, ehkäisyn käytön kieltäminen, aborttiin pakottaminen, seksuaalisen itsemääräämisoikeuden rajoittaminen)
☐ **kaltoinkohtelua tai laiminlyöntiä** (esim. lapsen, vanhuksen tai vamman jättäminen vaille hoitoa, apua tai huolenpitoa tilanteissa, joissa hän on ollut niistä riippuvainen, toisen ihmisen vahingoittaminen lääkkeillä, päihteillä, kemikaaleilla tai luotimilla)
☐ **taloudellista väkivaltaa** (esim. itsenäisen rahankäytön estäminen, taloudelliseen päätöksentekoon osallistumisen estäminen tai pakottaminen omien rahojen antamiseen toisen käyttöön, taloudellisella väkivallalla uhkailu tai kiristäminen)
☐ **kulttuurista tai uskonnollista väkivaltaa** (esim. uskonnolliseen vakaumukseen pakottaminen, väkivallalla uhkaaminen tai sen käyttö uskontoon tai kulttuuriin viittaamalla, kuten ns. kunniaväkivalta, uskontoon liittyvillä asioilla uhkailu)

2 Milloin olet viimeksi ollut kuvailemasi lähisuhdeväkivallan kohteena?
vuorokauden ☐ viikon ☐ kuukauden ☐ vuoden sisällä ☐ joskus aiemmin ☐

3 Kuinka usein olet joutunut lähisuhdeväkivallan kohteeksi?
vain kerran ☐ useita kertoja ☐ toistuvasti ☐ jatkuvasti ☐

4 Kuka tai ketkä ovat olleet väkivaltaisina Sinua kohtaan?

5 Tämä kysymys kysytään vain, jos lähisuhdeväkivaltaa on tällä hetkellä.
Onko perheessäsi alaikäisiä lapsia, jotka ovat altistuneet väkivallalle?
Kyllä ☐ Ei ☐

6 Tämä kysymys kysytään vain, jos asiakas/potilas on raskaana.
Onko puolisoasi kohdistanut Sinuun väkivaltaa raskauden aikana?
Kyllä ☐ Ei ☐

Ammattilaisten osaamisen vahvistaminen / koulutukset

- Hyödynnämme **kansallisia THL:n väkivalta-aiheisia verkkokouluja**
<https://thl.fi/palvelut-ja-asiointi/verkkokoulut>
- Erilaiset väkivallan **tunnistamiseen, puheeksi ottoon ja riskinarvioon** liittyvät koulutukset, joita toteutetaan monialaisessa yhteistyössä.
- Säännölliset **MARAK-koulutukset**.
- Yksikkö/tiimivierailut
- Kuntayhteistyö / järjestöyhteistyö - yritys yhteistyö?



Palveluketjut ja palvelupolut

**Tulossa: Ihmiskaupan uhrin palvelupolku,
lähisuhdeväkivaltaa kokeneen palvelupolku sekä nuoren
väkivallan tekijän palvelupolku.**

Seksuaaliväkivaltaa kokeneen palveluketju <https://www.pirha.fi/web/hoito-ja-palveluketjut/seksuaalivakivaltaa-kokeneen-palveluketju>

Väkivaltaa kokeneen alaikäisen palvelupolku
<https://www.pirha.fi/asiakkaalle/hoitopolut/vakivaltaa-kokeneen-alle-18-vuotiaan-lapsen-tai-nuoren-palvelupolku>

Väkivallan ehkäisyn INTRA / PIRHA.fi

[Apua väkivaltaan - pirha.fi](https://pirha.fi)

Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen

^

Järjestö- ja osallisuuskoordinaatio

Väkivallan ehkäisy

^

Väkivallan muodot

Väkivallan tunnistaminen ja puheeksi ottaminen

Materiaaleja työn tueksi

Koulutukset

Tuki ja konsultaatio

Palveluketjut ja palvelupolut

Väkivaltatyön palveluja

Jatkuva kehittäminen

▼

Yhdyspintapalvelut



Materiaaleja väkivallan eri ilmiöistä ja aihealueista

Lapset ja nuoret

Lähisuhdeväkivalta

Kunniaan liittyvä väkivalta

Ihmiskauppa

Apua väkivaltaan

Tällä sivulla

[Mitä on väkivalta?](#)

[Kun tarvitset apua heti](#)

[Apua ja tukea Pirkanmaalla](#)

[Valtakunnallisia väkivaltatyön palveluja](#)

Tietoa siitä, kuinka toimia ja saada tukea, jos koet väkivaltaa tai sen uhkaa tai olet riskissä käyttää väkivaltaa. Älä jää yksin.

Mitä on väkivalta?

Väkivalta on vallan ja voiman tahallista käyttöä tai sillä uhkaamista, joka voi kohdistua ihmiseen itseensä, toiseen ihmiseen, ihmisryhmään tai yhteisöön. Väkivalta loukkaa ja rikkoo jokaisen oikeutta koskemattomuuteen ja turvallisuuteen. Väkivalta voi aiheuttaa fyysisiä vammoja sekä psyykkisiä, sosiaalisia ja taloudellisia haasteita ja se voi vaarantaa lapsen kasvun ja kehityksen. Äärimmäisissä tapauksissa väkivalta voi johtaa kuolemaan. Väkivalta ei ole koskaan hyväksyttävää ja usein väkivalta on myös rikos.

Arvioi omaa tilannettasi

- Millaisiksi koet läheiset ihmissuhteesi? Mietityttääkö sinua oma tai läheisesi tilanne?
- Millaiseksi koet oman turvallisuutesi? Pelottaako sinua?

Ensi- ja turvakotien liiton testin avulla voit arvioida kokemaasi väkivaltaa.

[Tee testi!](#)

Toimintaohjeet

- Palvelupolkujen ja –ketjujen lisäksi kehitetään ammattilaisille **erilaisia toimintaohjeita.**
- Esim. toimintaohje ammattilaisille alle 18-vuotiaaseen lapseen tai nuoreen kohdistuneissa väkivaltaepäilyissä.

Toimintaohje ammattilaisille alle 18-vuotiaaseen lapseen tai nuoreen kohdistuneissa väkivaltaepäilyissä

Toimintaohje on tarkoitettu Pirkanmaalla lasten, nuorten tai perheiden parissa työskenteleville ammattilaisille. Ohje on päivitetty 10/2025.

Epäily tai huoli väkivallasta voi syntyä esimerkiksi, kun lapsi tai nuori itse tai joku muu kertoo epäilystä. Epäily voi herätä lapsella tai nuorella olevasta jäljestä tai vammasta. Joskus myös lapsen tai nuoren käytös tai oireilu voi herättää huolen mahdollisesta väkivallasta.

Lapseen tai nuoreen kohdistuvissa väkivaltaepäilyissä ilmoitukset lastensuojeluun ja poliisille **tulee tehdä viipymättä.**

Toimintaohjeessa on huomioitu Barnahus-mallin mukaisesti suojelu, tutkinta, terveystarkastus ja psykososiaalinen tuki. Lapsen edun toteutuminen edellyttää ammattilaisten yhteistyötä ja yhteistä suunnitelmaa.

Monialaisen yhteistyön kehittäminen

- Väkivaltaan liittyvät kysymykset/ ihmisten elämäntilanteet voivat olla haastavia ja edellyttävät monialaista yhteistyötä.
- Olemme tunnistaneet haasteita monialaisessa yhteistyössä erityisesti kun asiakkaalla on moninaisia tuen tarpeita [lahisuhdeväkivallan-
ilmentyminen-sosiaalinen-raportti-2025](#)
- Keskeistä on monialaisen yhteistyön kehittäminen ja palvelujen yhteensovittaminen. Tätä tehdään esim. Polulle –tukea toimijuuden vahvistumiseksi –hankkeessa [Polulle – tukea toimijuuden
vahvistumiseksi -hanke - pirha.fi](#)

ESR+ -hanke

- Työskentelyä kohdennetaan asiakkaille, jotka ovat **lähisuhdeväkivallan uhan vuoksi hakeutuneet turvakotipalveluihin** sekä niille, jotka kohdataan Pirkanmaan hyvinvointialueen uudessa **Pispalan asumispalveluyksikkö Emman Helmessä**.
- Kehitetään ja mallinnetaan **monialaista yhteistyötä väkivaltatyön kontekstissa** pirkanmaalaisen Minun tiimini -mallin mukaisesti huomioiden erityisesti monialainen palvelutarpeen arvio sekä monialainen väkivallan riskinarvio.

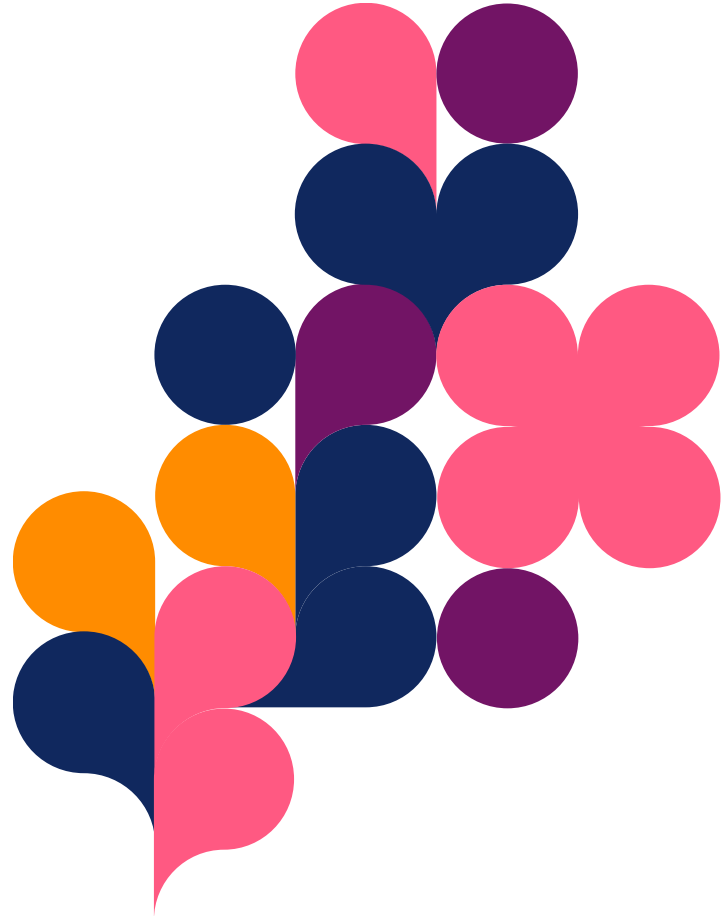
➔ **Tavoitteena on lähisuhdeväkivallan kokijoiden auttaminen.**

Pirkanmaan
hyvinvointialue



Euroopan unionin
osarahoittama

**Polulle – tukea
toimijuuden
vahvistumiseksi**



Euroopan unionin
osarahoittama

Yhteystiedot

Sari Rusanen

Väkivallan ehkäisyn suunnittelija / Projektipäällikkö

sari.rusanen@pirha.fi

p. 044 473 9461

Ehkäisevän työn kokonaisuus /

Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen tiimi



**Pirkanmaan
hyvinvointialue**



Ehkäisevä työ

Koskee kaikkia

Ehkäisevä työ on osa hyvinvoinnin ja terveyden edistämistä hyvinvointialueella

Ehkäisevä työ, erityisesti väkivallan ja päihde- sekä riippuvuushaittojen ennalta ehkäisy ja torjunta ovat osa kuntien sekä hyvinvointialueiden vastuulla olevaa terveyden, hyvinvoinnin ja turvallisuuden edistämistä.

Pirkanmaan hyvinvointialueella tehtävässä ennalta ehkäisevässä työssä korostuu yli organisaatiorajojen tehtävä monialainen yhteistyö. Kivijalkana on ammattilaisten osaamisen vahvistaminen siten, että *riippuvuushaitoilta, väkivallalta ja muilta näiltä osin hyvinvointia haittaavilta ongelmilta suojaavat tekijät ja toisaalta altistavat riskitekijät* tunnistetaan riittävän varhain, jo ennen varsinaisen ongelman muodostumista.

Väkivallan ehkäisyn toimenpideohjelma sekä ehkäisevän päihdetyön suunnitelma tukevat hyvinvointialueen toimintaa, tehostaen olemassa olevien palveluiden yhteensovittavaa hyödyntämistä asiakkaan osallisuutta tukien, epätarkoituksenmukaista edelleen lähettämistä välttäen.



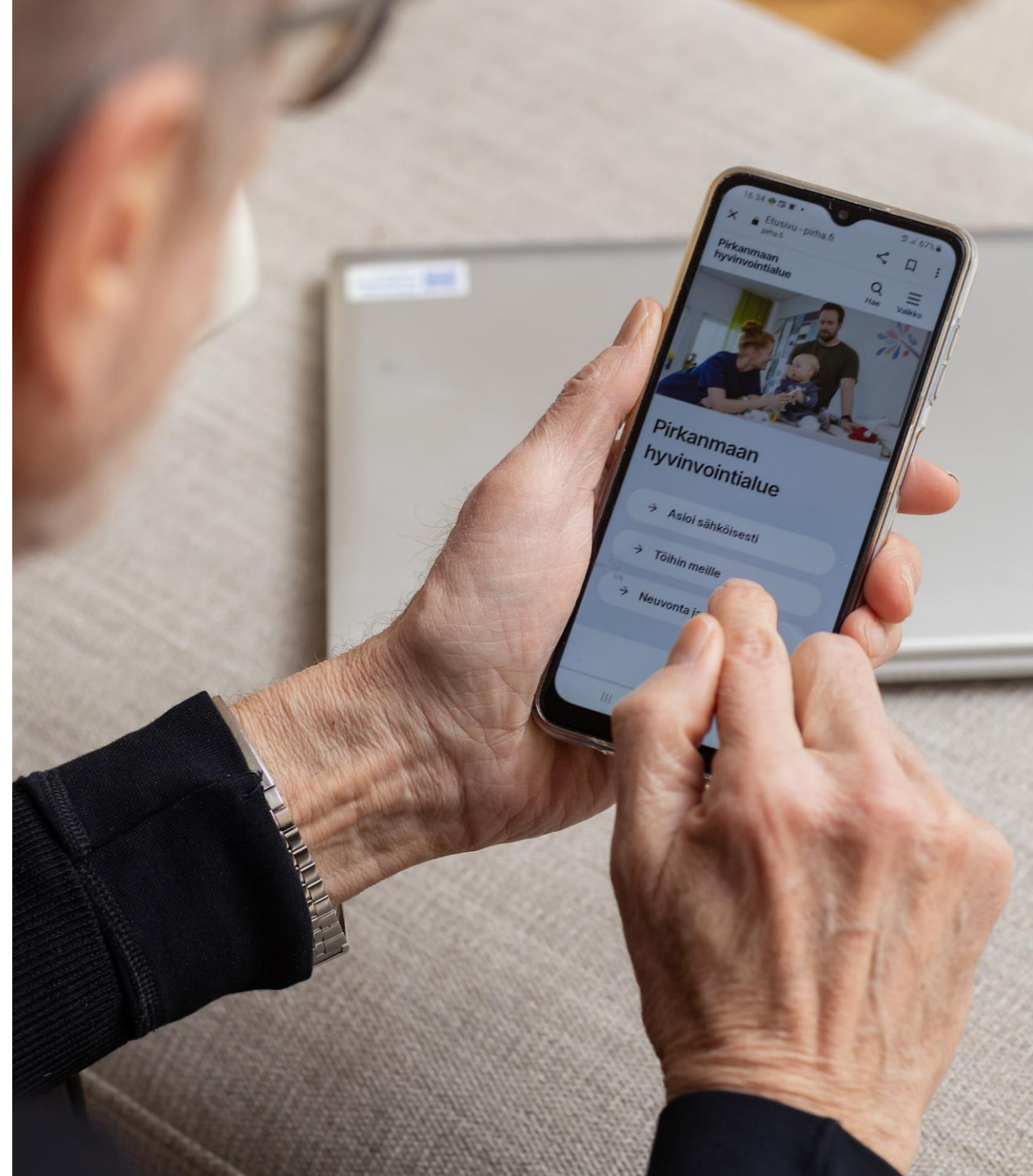


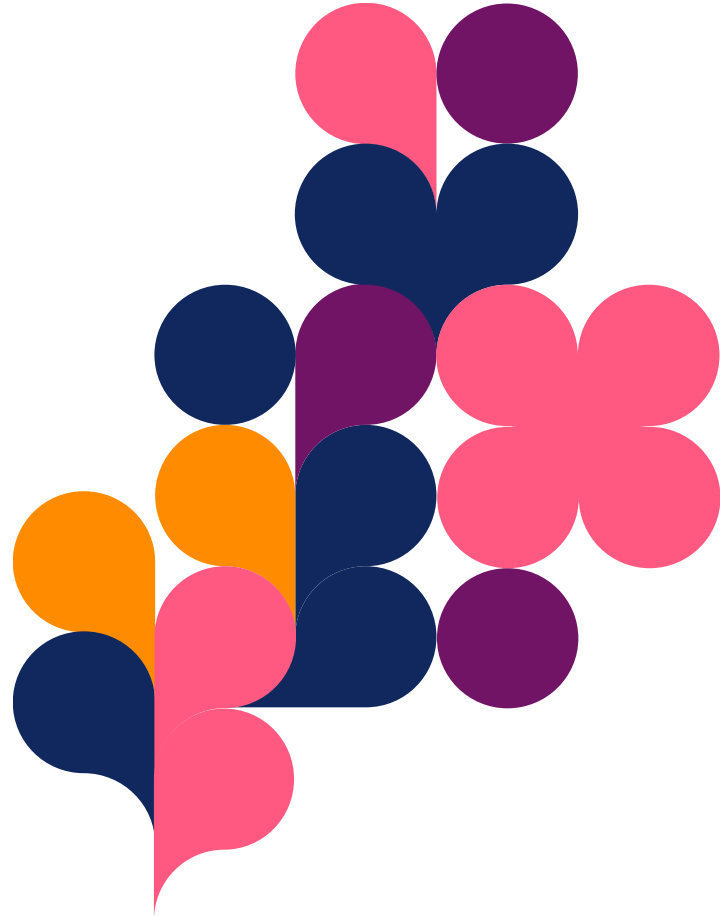
Pirkanmaalla tehtävä ehkäisevä työ on tunnistettu ja tunnustettu kansallisestikin

- Aidosti monialainen yhdessä tekemisen kulttuuri
- Strateginen ja palvelutuotantoon vietävä tahtotila
- Kansalliset hankkeet ja kehittäminen

Mitä voisimme tehdä paremmin?

- Miten kohtaavassa työssä voitaisiin vielä tehokkaammin huomioida nämä teemat?
- Rakenteet ja tietojärjestelmien tuki?
- Miten avun saamista voitaisiin helpottaa?
- Sovellukset, tietoisuutta lisäävä kampanjointi, vaikuttajayhteistyö
- Miten ennakoida?





Noora Kannisto

Suunnittelupäällikkö
Ehkäisevän työn kokonaisuus
Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen tiimi
Pirkanmaan hyvinvointialue

noora.kannisto@pirha.fi

[Apua väkivaltaan - pirha.fi](https://www.pirha.fi/apua-vaakivaltaan)

[Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen - pirha.fi](https://www.pirha.fi/hyvinvoinnin-ja-terveyden-edistaminen)

[Etusivu - Hyvinvointia elintavoilla - pirha.fi](https://www.pirha.fi/etusivu)

<https://www.pirha.fi/>



**Pirkanmaan
hyvinvointialue**

Kysymyksiä ja kommentteja



- Täytähän tämän tilaisuuden [palautelomakkeen](#)
 - Voit samalla jättää yhteydenottopyynnön TKI- tai hyte-tarpeissa

Tulevia tilaisuuksia

Tomorrow's Sports and Health Campus -hanke

- **Minimessut - hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen sekä kuntoutus**
 - 9.2.2026 klo 13–15.30
 - Tays, FM5, iso kokoushuone
 - Yritysten ideoiden esittelyä erityisesti pirhalaisille (ständipaikat yrityksille jo täynnä)
 - Kaikki tervetulleita verkostoitumaan!
 - Ilmoittautumislinkki (kahvitarjoilua varten) tulossa hankkeen nettisivuille
- **Hankkeen ajankohtaisissa muita tulevia tilaisuuksia:**
<https://projects.tuni.fi/tshcampus/ajankohtaista/>
 - Esim: [Terve urheilija menestyy –työpaja 3.2.](#)

Ehkäisevä työ

- **Pirkanmaan väkivaltatyön messut** järjestetään **17 – 18.3.2026** Tampereen yliopistolla. Maksuttomat messut järjestetään hybridinä ja ne ovat suunnattu kaikille aiheesta kiinnostuneille. Tarkempi ohjelma julkaistaan myöhemmin. Messut järjestää Pirkanmaan väkivaltatyön verkosto.

Lisätietoja

Ehkäisevä työ Pirhassa:

- Noora Kannisto, suunnittelupäällikkö,
noora.kannisto@pirha.fi
- Sari Rusanen, projektipäällikkö/suunnittelija,
sari.rusanen@pirha.fi
- Iina Nummi, suunnittelija, iina.nummi@pirha.fi

Tomorrow's Sports and Health Campus - osaprojekti:

- Essi Lönnqvist, projektipäällikkö,
essi.lonnqvist@pirha.fi, puh. 040 351 0855



KIITOS

Tomorrow's Sports and Health Campus –
hankkeen kotisivut



Euroopan unionin
osarahoittama



PIRKANMAA
COUNCIL OF TAMPERE REGION



TAMPERE

Pirkanmaan
hyvinvointialue



Tampereen yliopisto



UKK-instituutti



Tampereen
urheilulääkäriasema

VARALA