

Ikääntyvän muutos
päihteiden liikakäytössä
näky ilona arjessa.
Myös turvallisuus
lisääntyy.



Pirjo Juhela
Vanhuspsykiatri
Peijaksen sairaala

**Tarvitaan
enemmän
sekä vanhustyön
että päihdetyön
osaajia**



Juha Leistola
Vantaan
päihdehuollon
johtaja

**Ikäihmisten
huomioimisen
tulisi näkyä
päihdestrategioissa**

Ikäihmiset tulisi kohdata yksilöinä ja kokonaisvaltaisesti

Liika on aina liikaa -hankkeen erikoisnumero

Huuto ihmisarvoisen ikääntymisen puolesta

Nyt pääset nauttimaan ansaitusta eläkkeestä”, toteaa esimes kyyneleet silmissä. Sen jälkeen kuullaan tunteellisia muistelmia, kuituksia ja ansaitun elämästä nauttimisen toivotuksia. Tuttua meille, jotka olemme olleet eläkkeelle siirtyvän läksiäisissä. Yhteiskuntamme todellisuus kertoo, että tänä päivänä nuo toivotukset ovat kuitenkin vain kauniita korupeiteitä. Näyttää siltä, että arvostettuja vapaaehtoistyöhön sitoutuvat sosiaalisen pääoman rakentajat. Kiinnostaaako ketään yhteiskunnallisesti passiivinen ja tuottamaton työelämän jättänyt eläkeläinen, joka ei todellakaan kannata yhteiskunnallista vastuutaan.

Miten on julkisen hallinnon kiinnostus senioreihin? Entä elinkeinoelämän? No, kai sentään kirkko auttaa! Yhteiskunnallinen päätätäjärjestelmä rakentuu merkittäväällä tavalla poliittiselle puoluejärjestelmälle. Yhteiskunnan päättäjiä kannustetaan hoitamaan ensi sijassa niiden edunvalvontaa, jotka heitä äänestävät. Syrjäytetty kansalainen ei kiinnostaa, sillä hän ei tule vaaliurnalle. Se poliitikko, joka aloittaa taistelun ikääntyvien tai riippuvuuksista kärsivien moniongelmaisten syrjäyttämistä vastaan, ottaa suuren riskin.

Elinkeinoelämän logiikkaan kuuluu taloudellisen tuloksellisuuden tavoittelun huikea maksimointi. Ikääntyvien ryhmästä kiinnostaa palveluja ostava eläkeläinen niin kauan

kuin hän on potentiaalinen asiakas. Hänen hätänsä ja syrjäyttämisen ehkäisemisen elinkeinoelämä sysää vanhan pohjoismaisen hyvinvointivaltiomallin mukaisesti yhteiskunnalle. Elinkeinoelämää tulisi kannustaa sosiaaliseen vastuullisuuteen ehkäisevän päihdetyön näkökulmasta. Tulosten maksimointi ilman kestäviä arvoja tulee lopulta kalliiksi.

Ajan hermolla olevan kirkon tulisi olla sanomansa mukaisesti ensisijassa eniten apua tarvitsevien sekä huono-osaisten yhteisö. Median ja mainonnan valossa kirkkoa huolettaa enemmän kuitenkin nuorten aikuisten ja keskiluokkaisten kirkosta eroaminen. Yhteisvastuukeräyksen tuoton suuntaaminen ikääntyvien syrjäyttämisen ehkäisemiseen on vahvempi osoitus sanoman mukaisesta ajanhermolla olemisesta. Toivottavasti tämä kannustaa kirkkoa nousemaan esiin laajana valtakunnallisena kristittyjen yhteisönä. Olisi hienoa kuulua sellaiseen kristittyjen valtakunnalliseen liikkeeseen, joka tunnustetaan ennen muuta syrjäyttämisen vastaisesta toiminnasta sekä toivon tuomisesta niille, jotka eivät muualle kelpaa.

Hätäapuun ja vastuuseen syrjäyttämisen ehkäisemiseksi on huudettu monella taholla perheet ja läheiset. Tuntuu hullunkuriselta, että ensin luodaan toimintamalli, jossa tiivis ydinperhemalli rikotaan yhteiskunnallisesti. Yhteiskunta laitetaan hoitamaan lapset ja vanhukset. Sit-

ten havaitaan järjestelmän osavaikutuksesta huono-osaisuuden karkaanvan käsistä. Ja vastuuseen huudetaan uudelleen perhettä, jonka dynaamisuus on ydinperhemallin rikkomuksella tehty mahdottomaksi. Ydinperheen vastuuttaminen on vasta sitten mahdollista, kun samalla tehdään yhteiskunnan tasolla kannustavia toimenpiteitä ydinperheen yhteisen ajan löytämiseksi. Kotia ja perhettä tarvitaan. Onko pakko mennä näin pitkälle, jotta asian todellisuus tunnustetaan? Vieläkään ei ole kuitenkaan liian myöhäistä.

Liika on aina liikaa -hankkeella on sektorit ylittävää yhteiskuntadiakonista innovatiivisuutta. Toivomme, että ikääntymisen ja alkoholin liikakäytön ajankohtaisuuteen herätään yhä enenevässä määrin. Yhteiskunnallista keskustelua on ollut mediasa. Nyt tarvitaan isot voimat liikkeelle, että inhimillisyys nostaisi lisää yhteiskunnassa päätään. Oleellisinta on antaa riittävän voimakas toivon signaali sinne, missä ainoana tyhjyyden ja merkityksettömyyden poistajana on alkoholi. ■



KUVA: ILKKA PARTANEN
Arne Kiviniemi, toiminnanjohtaja
arne.kiviniemi@sininauhaliitto.fi

i n f o

Liika on aina liikaa – ikääntyminen ja alkoholi -hanke

Ikääntyvien päihteen käytön lisääntyminen on johtanut **Liika on aina liikaa** -hankkeen käynnistämiseen. Uudenlaisten toimintatapojen kehittäminen ikääntyväälle väestölle on nähty tarpeelliseksi sekä päihdepalveluissa että erityisesti ikääntyville kohdennetuissa palveluissa, kuten kotihoidossa.

Projektin keskeisimmät tehtävät ovat

- kehittää asiakastyön avulla ikääntyvien kohtaamiseen ja hoitoon soveltuvia toimivia päihdetyön menetelmiä
- tiedottaa ikääntyvien terveyteen vaikuttavista alkoholin haitoista
- lisätä päihde- ja vanhustyön ammattilaisten osaamista
- tuottaa relevanttia tutkimustietoa
- herättää aiheeseen liittyvää yhteiskunnallista keskustelua

Hanketta koordinoi Sininauhaliitto.

Pääkaupunkiseudulla osahankkeita on kaksi. Toista hallinnoi Ikäinstituutti, ja toista yhdessä Sininauhasäätiö ja Helsingin Diakonissalaitos. Näiden kumppanina toimii Espoo, Helsinki ja Vantaa.

Itä-Suomessa Tyynelän kehittämiskeskusten kumppanina toimii Savonlinna, Pieksämäki, Haukivuori ja Pieksänmaa.

Yhteistyöjärjestöjä ovat: Eläkeliiitto ry, Eläkeläiset ry, Vanhustyön keskusliitto, Vanhus- ja lähimmäispalvelun liitto, Suomen Psykogeriatrinen yhdistys, Suomen Vanhusten turvakotiyhdistys sekä Omaishoitajat ja Läheiset -Liitto ry.

Hanke on nelivuotinen (2005–2008) ja sen rahoittaa Raha-automaattiyhdistys.

Myös ikäihmisillä on oikeus saada apua

Hankkeemme on ollut puolitoista vuotta käynnissä. Mitä pidemmälle olemme edenneet, sitä selkeämmin tarve tähän hankkeeseen on tullut selväksi. Erityisesti vanhustenhuollon henkilökunta on tuonut esiin omaa huoltaan ikääntyneiden lisääntyvästä alkoholikäytöstä mm. messuilla ja lukuisissa erilaisissa koulutustilaisuuksissa. Eivätkä he puhu pienestä tissuttelun lisääntymisestä, vaan ongelmajuomisesta, suurkulutuksesta. Sellaisesta, joka toistuu ja jatkuu hankaloittaen henkilökunnan työtä ja jaksamista.

Avuttomuus nostaa tunteita

Onko ikääntyneiden alkoholin käyttö oikeasti lisääntynyt erityisesti viime vuosina? Vai onko kyseessä asia, josta ei vain ole ennen puhuttu ääneen? Kun asiasta ei puhuta, ei ongelmakaan oikeasti ole. Onko häpeä juovan ikäihmisen ympärillä niin suurta, että se heijastuu myös omaisten ja läheisten häpeäksi. Eikä vain häpeäksi, vaan neuvottomuudeksi, avuttomuudeksi, jopa raivoksi siitä, ettei pysty lopettamaan toisen juomista.

Usein myös ikääntyneitä hoitava ja auttava henkilökunta kokee samankaltaisia tuntemuksia. Juova ikääntynyt hankaloittaa töitä – kuitenkin aina ei hankalien tilanteiden takana ole pelkkää inhoa alkoholiongelmaista kohtaan, vaan usein tunne juontuu myös avuttomuudesta. Siitä, ettei yksinkertaisesti tiedä mitä asiakkaan kanssa pitäisi tehdä.

Alkoholiongelmat haaste palveluille

Hankkeessamme on selvinnyt, että mistään marginaali-ilmiöstä palvelurakenteen sisällä ei enää puhuta. Lisääntynyt alkoholin käyttö ei ehkä näy aktiivisten, oma-toimisten ja hyväkuntoisten seniorien keskuudessa. Alkoholiongelmat näyttäisivät olevan haaste palveluille: kuinka niissä työskentelevät pystyvät kohtaamaan ja

mahdollisesti myös auttamaan päihderiippuvaisia?

Kyse on kaikista ammattikunnista, jotka kohtaavat ikääntyneitä työssään: lääkärin, sairaanhoitajat, sosiaalityöntekijät, fysio- ja toimintaterapeutit, kotihoidon sekä vanhainkotien ja palvelutalojen henkilökunta, seurakuntien työntekijät ja erilaisten kerhojen ja vapaa-ajan toimintojen vetäjät jne. Entä osaavatko päihdealan ammattilaiset ottaa huomioon ikääntyneiden asiakkaiden erityispiirteet?

Oikeus hoitoon ja apuun

Emme voi kieltää ikääntyneitä juomasta alkoholia. Emme voi ruveta holhoamaan heitä siksi, että he aiheuttavat meille työikäisille harmia ja ikävyyksiä. Mutta voimme – tai oikeammin: *meidän täytyy* – auttaa niitä ikääntyneitä, joilla on alkoholiriippuvuus tai muuten ongelmia alkoholin kanssa. Meidän keskuudessamme elävillä ikäihmisillä tulee olla oikeus saada asianmukaista hoitoa ja apua, myös elämänsä viimeisinä vuosina. ■



Kuva: Olli Kariniemi

Lisätietoja

Maria Viljanen, projektipäällikkö
(09) 7206 1527, 050 359 3845
Liika on aina liikaa – ikääntyminen ja alkoholi -hanke
Sininauhaliitto

Liika on aina liikaa

yksi suurimmista RAY:n tukemista hankkeista



RAY:n toimitusjohtaja Sinikka Mönkäre ei hyväksy sitä, että päihdeongelmaa ei voida hoitaa varojen tai henkilökunnan vähyyden vuoksi.

RAY halusi satsata ikääntyvien päihdeongelmaisten hoitoon ja ennaltaehkäisevään työhön tuntuvasti, koska aiemmin ei vastaavaa työtä ole tehty. Liika on aina liikaa -hanke vastaa täsmällisesti RAY:n tuen valtaviran painopisteitä; toisaalta ikääntyvien, toisaalta päihdeongelmaisten tukemiseen.

Kansalaisjärjestöjen panos tällaisten ongelmien suhteen on ratkaiseva, ja RAY:lla puolestaan, vaikkakin sen taloudellinen volyymi on todellisuudessa pieni, sillä on kuitenkin iskukykyä, toteaa

RAY:n toimitusjohtaja **Sinikka Mönkäre**.

– Tällä tavalla saamme ikäihmisten päihdeongelmalle näkyvyyttä. Lisäksi etsimme nimenomaan monitoimijamallia. Mikäli hyvä päihdetyön malli löytyy, pyrimme saamaan sen myös julkisen sektorin käyttöön. Tässä vaaditaan aivan uudenlaista osaamista.

Uutta ikääntyvien päihdeongelmassa on se, että ikääntyvät eivät tavallisimmin ole kaikkein syrjäytyneimpiä. Tähän asti päihdetyö on leimautunut syrjäytymisen hoitoon. Ikääntyvät mieltävät olevansa lähempänä aktiivista yhteiskuntaa. Jotta ikäihmiset saadaan hakeutumaan päihdehoitoon, on pyrittävä luomaan sopiva ilmapiiri.

Työelämän ulkopuolelle on yhtä kuin terveydenhuollon ulkopuolelle

Tällä hetkellä perusterveydenhuolto kattaa vauvaikäiset, koululaiset, armeijankävijät ja sen jälkeen työssä käyvät naiset, mutta varsinkin miehet erkaantuvat palvelujen piiristä pahimmillaan armeijan jälkeen.

– Kun tavallisia perusmittauksia ei tehdä, jäävät mini-intervention mahdollisuudet hyvin pieniksi. Verenpaineen, veren-

sokerin, aistien, punnituksen ja muiden seurantatarkastusten tekeminen vaatisi vain kohtuulliset resurssit. Se tarjoaisi kuitenkin hyvän mahdollisuuden ottaa puheeksi myös päihteidenkäytön, Mönkäre arvelee.

– En hyväksy enää tavanomaisia vastauksia ”ei ole varaa, tai ei ole henkilökuntaa”, hän painottaa. En usko, että yhteiskunnalla on varaa olla järjestämättä tällaista yksinkertaista peruspalvelua.

Tarvitaan puuttumisen väline

Käytännössä ikäihmisten mentävän aukon terveydenhuoltoon jättävät sotiemme veteraanit. Toisaalta vakavasti päihdeongelmaiset ihmiset tulevat terveyskeskukseen vasta sitten, kun ongelmat ja sitä kautta kustannukset ovat jo huomattavat. Sen vuoksi ennaltaehkäisevä työ on hyvin tärkeää. Joissakin kunnissa on jo olemassa ikäihmisten neuvoloita tai palvelukeskuksia. Niissä on mahdollista opastaa yhtä lailla sosiaaliturvassa kuin terveysasioisakin. Ikäihmisten päihdeongelma vaatii monenlaista ammatillista osaamista ja nyt tarvitaan uudenlainen puuttumisen väline.

– Tarvitaan ”Harmaiden panttereiden palvelukeskuksia”, Mönkäre heittää. ■

Ikäihmisten tarpeiden pitäisi näkyä päihdestrategioissa

TEKSTI: ANNIKA TREUTHARDT

Vantaalla pohditaan, millä tavalla päihdetyöntekijöitä voitaisiin kouluttaa ottamaan ikäihmiset vastaan.

Periaatteen tasolla päihdehoitopaikat pystyvät ottamaan ikäihmiset hoitoon ja vastaamaan heidän tarpeisiinsa. Ikäraja hoitoon pääsemiseen ei sinänsä ole. Käytännössä kuitenkin päihdehoidossa on hyvin vähän yli 65-vuotiaita.

Ikäihmisten kysymykset pitäisi ottaa huomioon myös päihdetyössä päihdehuollon johtaja **Juha Leistol** mukaan.

– Palaveri on juuri meneillään LOL:n

eli Liika on aina liikaa -hankkeen kanssa. Muun muassa kotisairaanhoidon osuutta ja sen kykyä auttaa päihdeongelmaisia vanhuksia täytyy miettiä.

Työntekijöitten valmiuksia lisättävä

Leistol mielestä A-klinikat ja muut päihdehoitopaikat ovat periaatteen tasolla aivan valmiita ottamaan vastaan ikäihmisiä hoidon piiriin, kunhan ikäihmisten kohtaamista mietitään tarkemmin. Työntekijöillä on oltava entistä paremmat valmiudet ymmärtää ikäihmisten problematiikkaa.

– Erityisiä vanhuksiin erikoistuneita hoitoyksiköitä ei ole olemassa. Vaikka sellaisia ei tulisikaan, hoitomenetelmiä

Päihdehoitomenetelmiä ja -keinoja on muutettava ikäihmisille sopivimmiksi, arvioi Vantaan päihdehuollon johtaja Juha Leistola.



Kuva: Merika Hiltunen

ja -keinoja on kuitenkin voitava muuttaa ikäihmisille sopivimmiksi, Leistola sanoo.

Yhteistyössä ja osaamisessa on voimaa

Nyt tarvitaan voimakasta yhteistyötä kuntien, järjestöjen välillä, Leistola lisää.

– Eri alojen osaamista on etsittävä, ja ikäihmisten huomioimisen pitäisi näkyä päihdestrategioita muotoiltaessa. Vantaalla pohditaan Liika on aina liikaa -hankkeen kautta, mitkä ovat ne asiat, joita ikäihmisten päihdehoidossa on tehtävissä. ■

Ikäihmisten päihteiden käyttö ja luiskahtamisen ongelma



Vanhusten raittiustyötä tekevä Pirjo Juhela on huomannut muutosta asenneilmapiirissä Liika on aina liikaa -projektin seurauksena viimeisten parin vuoden aikana.

Vanhuspsykiatri Pirjo Juhela on nähnyt alkoholismien arkea Peijaksen sairaalassa. Alkoholiongelma voi puhjeta hyvin myöhäiselläkin iällä. 87-vuotiaalla on saattanut kehittyä riippuvuus kymmenen vuoden salakavalalla myyräntyöllä. Näillä vanhuksilla ei ole alkoholistin identiteettiä. He ovat huomaamattaan luiskahaneet alkoholisteiksi.

Tarvitaan enemmän osaamista. Ikääntyvien ongelmat ovat erilaisia kuin keski-ikäisten tai nuorten. Ihminen pitäisi nähdä laajemmin ja koko hänen ongelmakenttensä yhtenä vyyhtenä, eikä vain yksittäisten oireiden summana, Juhela kritisoi. Hänen mielestään meillä ei ole tarjolla osaajia, jotka taitaisivat sekä vanhustyön että päihdetyön. Ala on haastava.

Ikääntymisen mukana kasvava avuttomuuden tunne, fyysiset sairaudet, menetykset ja roolinvaihdot sekä ruumiin rapistuminen edellyttävät sopeutumista. Vanheneminen ei ole helppo prosessi. Sen vuoksi ikääntyvien hoitaminen ei ole kovin yksinkertaista. Esimerkiksi masennuksen kohdalla pelkkä lääkehoito ei riitä, vaan olisi syytä pyrkiä näkemään ongelmiin liittyvät taustat ja ikääntyvää koskevat laajemmat kysymykset.

Vanheneminen on sopeutumista muutoksiin

Eläkkeelle siirtyminen saattaa olla kriisi. Enää ei kuuluta työyhteisöön, päivä ei rytmity entiseen malliin. Tilalle voi tulla tyhyyden ja tarpeettomuuden tunteita. Totut roolit käyvät tarpeettomiksi. Yhtä lailla leskeytyminen tai puolison vakava sairaus-

tuminen on kyttävä ottamaan jollakin tavalla vastaan. Näissä tilanteissa alkoholinkäyttö saattaa lisääntyä. Viinan ominaisuutena on sen käytön luiskahtaminen vähäisestä jokapäiväiseksi.

Hoitohenkilökuntaa tai omaisia saattaa yllättää tieto siitä, että aivan tavallisen hyvän elämän elänyt isoäiti tai isoisä saattaa alkoholisoitua. Harva vanhus vastaa mielikuvaa alkoholisoituneesta ihmisestä. Sen vuoksi alkoholinkäyttöä ei huomata välttämättä edes kysyä. Toisaalta alkoholinkäyttö koetaan yhteiskunnassamme positiivisena asiana. Monet kysyvätkin, miksi heidän ei voitaisi sallia ja jopa tukea myös ikääntyvien alkoholinkäyttöä.

Selviytyminen voi vaikeutua

– Helposti unohdetaan, että ikääntyessä yllättävän pienikin alkoholinkäyttö voi lisätä terveydellisiä ongelmia. Yleensä ollaan

huolissaan maksan vaurioitumisesta. Suurempi huoli tulisi kuitenkin olla aivojen hyvinvoinnista. Ikääntyessä selkeästi pienemmät alkoholimäärät nostavat veren alkoholipitoisuutta. Tämä merkitsee sitä, että entistä pienemmät alkoholipitoisuudet aiheuttavat ongelmia, kuten kaatumisia ja loukkaantumisia, Pirjo Juhela muistuttaa.

– Alkoholinkäytön seurauksena ikääntymisen selviytyminen voi vaikeutua, hän ei kykene huolehtimaan itsestään varsinkaan humaltuneena. Loukkaantumisen lisäksi sosiaalisia ongelmia aiheuttavat tavalliset arkipäivän vaikeudet. Ruokailu unohtuu, siisteys ja puhtaus jää retupehälle. Sotkujen siivoaminen nostattaa usein omaisissa tai kotihoidon henkilökunnassa voimakkaita kielteisiä tunteita, Juhela toteaa.

Ikääntyvän alkoholiongelman takana voi olla masennusta, pelkoja, ahdistuneisuutta ja muita psykiatrisia ongelmia. Eriytisesti ikääntyvien miesten itsemurhien taustalla on usein myös alkoholiongelma. Alkoholismien tunnistamista vaikeuttavat demensian, depression, deliriumin ja muiden sairauksien voimakkaat oireet.

Alkoholismien kahdet kasvot

Juhela löytää kahdenlaisia alkoholismi-kohtaloita: on selkeästi syrjäytyneitä ihmisiä, jotka ovat aloittaneet juomisen ajat sitten. Kaikki heistä eivät selviä vanhuusiikään asti. Toisena ryhmänä ovat yllättäen myöhäisellä iällä alkoholisoituneet, joiden elämä on saattanut olla aikaisemmin järjestyksessä. Tällainen myöhäinen alkoholisoituminen voi tapahtua hyvin nopeasti muutamassa vuodessa.

Ikääntyvien yksinäisyys

Yksi suuri runsaaseen alkoholinkäyttöön ajava syy on yksinäisyys. Ei riitä, että vanhusta tuetaan ainoastaan rajoittamaan alkoholinkäyttöään. Alkoholien tilalle on pystyttävä tarjoamaan jotain muuta, uutta sisältöä. Eristäytyminen ja elämän kapeutumisen on iso haaste auttavalle taholle. Tähän tarvitaan vahva tukiverkosto, jossa ovat mukana mm. omaiset, kotihoito ja myös omalääkäri ja keskustelelevampi ote pelkän lääkehoidon sijaan. ■



Kuva: www.kuvakentti.fi/Bainro Wickström. Kuvan hemilitit ovat liittyneet tähän sisällön aiheeseen.

TEKSTI JA KUVA:
ANNIKA TREUTHARDT

Sosiaalityön lehtori Heikki Suhonen arvelee ikääntyneiden päihdeongelmien jääneen suurelta osin piiloon. Ne tulevat esiin lähinnä tapaturmina, outoina kaatumisina, mustina silmäkulmina. Ongelmiin on vaikea puuttua, kun ne kielletään.



Läkkäiden ihmisten pähteiden käyttöön on vaikea puuttua

Pilottitutkimuksessa Suhonen löysi useita hoitoon hakeutumisen esteitä. Suurin syy päihdeongelman hoitamattomuuteen on syvään juurtunut häpeä. Se nostaa varsinkin naisasiakkaiden kynnystä tulla A-klinikalle, vaikka ongelmat olisivat jo hyvinkin vaikeita.

Myös tiedon puute lykkää hoitoon lähtemistä. Ikäihmiset edustavat sellaista sukupolvea, joka on kokenut muun muassa kieltolain ajan. Uusien sukupolvien myötä alkoholinkäyttö on arkipäiväistynyt, ja tunkeutunut monenlaisiin ajanviettopoihin.

Suhosen mukaan erityistä ammatillisista osaamista vaativat sekä päihdeongelma että ikääntyminen. Sellaisia, jotka hallitsevat ammatillisesti nämä molemmat aiheet, ei juurikaan ole.

– Tosin ikäihmiset eivät ole mikään yhtenäinen ryhmä. Kuitenkin päihdekoulutuksessa on ohitettu gerontologiset kysymykset. Näin ollen alkoholiongelma saattaa peittyä ja sekoittua dementian tai masennuksen oireiden kanssa, jolloin varsinainen alkoholiongelma saattaa jäädä kokonaan huomaamatta, sanoo Suhonen.

Etsittävä uusia työtapoja

Joskus alkusysäys päihdehoidolle tulee omaisten kautta. He saattavat odottaa nopeaa radikaalia muutosta, tai sitten he vastakohtaisesti pyrkivät peittelemään ja väheksymään päihdeongelmaa. Omat on-

gelmansa tuo runsas lääkkeiden käyttö ja muut riippuvuudet, kuten pelihimo. Näihin yhdistettynä alkoholinkäyttö tuo hyvin hankalia ongelmia. Näiden ongelmien kohtaamiseen on päihdetyöllä kyllä olemassa välineitä, mutta myös uusia työtapoja joudutaan miettimään ja etsimään. Kaikki ei vain yksinkertaisesti sovi.

Päihdehoidon vastaanottaminen voi olla hankalaa, jos vastassa on esimerkiksi kolmekymppinen päihdetyöntekijä, jolle 75-vuotias yrittää avautua. Tarjottu terapia saattaa tässä tilanteessa tuntua ikääntyneestä asiakkaasta nurinkuriselta. Sukupolvien kuilu ja faktinen elämänkokemusten eroavaisuus hoitajan ja hoidettavan välillä voi olla turhan räikeä.

ROLLE rikkoo perinteisiä hoitokäytäntöjä

Avun äärelle lähtemisen esteinä voivat olla hyvin käytännölliset asiat, kuten liikkumisen vaikeus. Salon A-klinikalla onkin toteutettu jo vuosia ns. ROLLE-työtä, jossa päihdetyöntekijä menee tarvittaessa asiakkaan kotiin tapaamaan tätä. Myös rollaattorilla liikkuminen, tai yleensäkin hidas ja vaivalloinen liikuntakyky saattaa kokonaan estää hoitoon lähtemisen ensimmäiset yritykset.

ROLLE-työ rikkoo perinteisen päihdehoidon rajoja. Siinä tehdään yhteistyötä erityisesti kotipalvelun ja kotisairaanhoidon

don kanssa. Usein juuri kotipalvelusta tai kotisairaanhoidosta tulee ensimmäinen ilmoitus päihdeongelman epäilystä, varsinkin jos ruokailu, hygienia ja vastaavat perusasiat ovat täysin laiminlyötyjä.

Vanhuuden erityiskysymykset

lääkällä ihmisillä omat erityislaatuiset kysymykset liittyvät monesti eletyn elämän merkitykseen. Mitä annettavaa ikääntyneellä on ollut elämänsä varrella yhteisöoleen, mitä itsestä jää jälkehen? Kuolemanpelko, yksinäisyys, menetykset ja leskeytyminen saattavat olla kovia juttuja fyysisten rajoitteiden lisäksi.

Jos vanhenemiseen liittyvää prosessia ei uskalleta käydä lävitse, sitä on helppo vaientaa alkoholilla. Suhonen sanoo, että ikäihmisten hoidossa on tämän vuoksi tärkeintä miettiä sitä, millä tavalla nämä ihmiset tavoitetaan, löydetään ja miten heidät kohdataan kokonaisvaltaisesti.

Konkreettista tilalle

Heikki Suhosen mukaan pelkkä terapia ei riitä. Jotakin konkreettista pitää pystyä antamaan alkoholin tilalle.

– Päiväkeskustoiminta olisi tässä kohdassa toimiva ratkaisu varsinaisen päihdehoidon lisäksi, Suhonen sanoo. Oma ongelmansa on siinä, että esimerkiksi alkoholidementiasta kärsivää ihmistä ei oi-

kein kukaan halua hoitaa. läkkäät, laitoshoidon tarvitsevat päihdeongelmaiset ovat hankalassa asemassa, koska heille ei ole paikkaa. Myös ikääntyneiden masennus ja siihen liittyvä kohonnut itsemurhariski ovat vakava ongelma. Päihdetyössä tarvittaisiin voimakasta työnohjausta päihdetyöntekijöiden oman epävarmuuden ja pettymysten suhteen. Ikääntyneiden päihdeongelmaisten läheisiä pitäisi informoida paremmin.

Ihmisiä ei saa hylätä

– Vaikka alkoholia runsaasti käyttävällä ihmisellä ei aina olisi edes omaa motivaatiota lopettaa juomista, on siitä huolimatta meidän tehtävämme pyrkiä auttamaan kaikessa missä voi ja pyrkiä minimoimaan haittoja, sanoo Suhonen. – Eikä varsinkaan näitä ihmisiä saa hylätä yhteiskunnan ulkopuolelle. Toisaalta tämän hetken motivaatiostakaan ei voi päätellä mitään. Päihdeongelmaan kuuluu voimakas aaltoliike, on retkahduksia ja hyviä jaksoja.

– Yksi tärkeimmistä hoidon tavoitteista on oppia tunnistamaan, pitääkö hoitaa masennusta, alkoholiongelmaa vai fyysisiä sairauksia. Standardivastauksia ei ole olemassa, on vain kokeiltava eri hoitoja ja katsottava mistä on hyötyä. Se vaatii laaja-alaista työskentelyotetta, ihmistä on hoidettava ”leveillä siivillä”, Suhonen avaa.

Pilottitutkimus on keskustelunavaus

Nähtävissä on se, että hoitoketju on hyvin suuren haasteen edessä. läkkäiden hoitoon sitoutuminen on voimakasta, kunhan heidät vain löydetään. Ikäolutuvuus on otettava hoidossa uudella tavalla huomioon, vaikka hoitomenetelmät eivät juurikaan muuttuisi. Lähtitulevaisuudessa nähdään, millaisia ryhmiä ja hoitotapoja tästä muotoutuu. Tarvitaan enemmän käytännön kokemuksia ja keskustelua.

– Kenttä on kaiken kaikkiaan haastava, koska työssä ikääntyneiden asiakkaiden kanssa tarvitaan niin monentyyppistä osaamista; perinteisen sosiaalityön, sairaanhoidon, lääketieteen, psykiatrian, päihdetyön, ja vanhemisen ymmärtämistä. Sen vuoksi eri ammattialojen yhteistyö on välttämätöntä, Heikki Suhonen toteaa. Hänen mukaansa toinen tärkeä kysymys on se, missä määrin iäkkäiden päihdeongelmaisten asema ja oikeudet yhteiskunnassa säilyvät. He ovat helppo syrjinnän kohde, joiden hoitamatta jättämistä vastaan on taisteltava. ■

Lähteet: Heikki Suhonen, *Elämä on pysähtynyt keinu*. A-klinikkasäätiö, 2005.



Kuva: www.kuvakori.fi / Juha Tuomi

Ehkäisevä työote osana arjen toimintaa

Liika on aina liikaa – ikääntyminen ja alkoholi -hankkeen yhtenä osa-alueena on ikääntyvien alkoholin käyttöön suuntautuva ehkäisevä työ. Hankkeessa ehkäisevä työ keskittyy ensisijaisesti kouluttamiseen ja tiedottamiseen kautta lisäämään aihealueeseen liittyvää tietoa ja ymmärrystä.

Kuntien sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaiset ovat avainasemassa puhuttaessa ikääntyvien alkoholin käyttöön liittyvien ongelmien huomaamisesta. Alkoholin käytön puheeksiottaminen tuntuu monelle ammattilaiselle olevan kuitenkin vaikea paikka asiakastilanteissa.

Ikääntyvien kohdalla varhainen puuttuminen on ensiarvoisen tärkeää, koska ikääntyvillä alkoholin liikakäytön ongelmiin liittyy usein syvä häpeä ja syyllisyyden kokemus. Siksi koulutuksissa pyritään tietotaidon ja puheeksioton valmiuksien lisäämisen ohella herättämään työntekijöitä pohtimaan omiin asenteisiinsa liittyviä kysymyksiä. Lisäksi pysähdytään miettimään, miten omaa työtapaa voisi kehittää paremmin ikääntyvien päihdeongelmaisten tarpeita vastaaviksi.

Koulutuksia ja materiaalia sekä ammattilaisille että ikääntyville

Hankkeen työntekijät ovat käyneet kouluttamassa eri tilaisuuksissa ympäri Suomea. Koulutusta jatketaan myös tulevaisuudessa ja muun muassa ensi vuoden alkupuolella käynnistyy alueellisesti kohdennettu prosessikoulutus Lappeenrannan ja sen seutukuntien alueella. Hankkeessa ollaan myös tuottamassa koulutajakoulutus -materiaalia, jonka testaus aloitetaan vuoden 2007 kevään aikana.

Kuntien työntekijöiden koulutusten ohella ei itse ikääntyviäkään ole unohtettu. Ikääntyville suunnattua työtä tehdään yhteistyössä eri vanhus- ja eläkeläisjärjestöjen kanssa. Ikääntyville pidetään myös omia koulutuksia.

Yksi tällainen tuotettu materiaali, joka soveltuu niin järjestöjen, kuntien, seurakuntien kuin alan oppilaitostenkin käyttöön, on Ikääntyminen ja alkoholi -video, joka valottaa ihmisläheisesti ongelmaa eri näkökulmista. Ehkäisevän työn kautta pyritään tukemaan ja opastamaan myös sosiaali- ja terveysministeriön ”Otetaan selvää! Ikääntyminen, alkoholi ja lääkkeet” -esitteen käyttöönottoa.

Ehkäisevän työotteen huomioimista tulee painottaa sekä julkisen sektorin että järjestöjen toiminnassa. Parhaimmillaan ehkäisevä työote on mukana jokaisessa työntekijän/vapaaehtoisen ja asiakkaan arjen kohtaamisessa. ■



Kuva: Olli Karhinen

Lisätietoja

Tarja Levo, projektisuunnittelija
050 3100 669

Ehkäisevä työ

Liika on aina liikaa – ikääntyminen ja alkoholi -hanke

TEKSTI JA KUVAT: OLLI KARINIEMI

Seniори-hankkeessa etsitään polkuja hyvään vanhuuteen

Tyynelän hallinnoima Seniори-hanke toimii Pieksämäellä ja Savonlinnassa ja ne ovat osa Liika on aina liikaa -hanketta. Minna Pyykkönen toimii Pieksämäen Seniори-hankkeessa projektityöntekijänä ja Tuija Rinne Savonlinnassa. Seniори-hankkeen tavoitteena on kehittää päihdepalveluja ikääntyville ihmisille sopivaksi muun muassa kytkemällä kotona tapahtuvaan hoiva- ja huolenpitytyöhön päihdetyön osaamista.

Selvästi parempi päivä

Minna Pyykkönen tuli Seniори-hankkeen palvelukseen Pieksämäelle kotikuntansa Hankasalmen sosiaalityöntekijän tehtävistä.

– 1990-luvun viimeisinä vuosina toimin kodinhoitajana Jyväskylässä ja törmäsin ensimmäisen kerran ikääntyviin, joilla oli ongelmia alkoholin kanssa. Tuolloin ongelmaan ei puututtu, sillä sitä pidettiin henkilökohtaisena asiana. Tabunakin, hän muistelee.

Pyykkösen työpäivä alkaa aamulla kahdeksalta ja päättyy neljän tienoilla. Juuri muuta säännönmukaisuutta työpäiviin ei sitten sisällykään.

– Tapaan ikääntyviä toimistollani, jos olemme niin sopineet. Asiakas voi tulla luokseni joko omasta aloitteesta tai lähiomaisen, kodinhoitajan, päihdepoliklinikan ja lääkärin lähettämänä. Taustalla on aina joko asiakkaan oma tai häntä auttavan huoli hallitsemattomasta alkoholinkäytöstä.

Iso osa Pyykkösen työstä muodostuu kotikäynneistä

– Kodinhoitaja on voinut ehdottaa asiakkaalle tapaamistani. Tapaamisen ehdoton edellytys on kuitenkin se, että asiakas on itse toivonut tapaamista. Kerron avoimesti hänelle, kuka olen ja miksi tulen. Sovimme myös sen, että asiakas on tuolloin selvin päin.

– Päihdetyön tulisi kuulua jokaisen ikääntyvien parissa toimivan työhön. Asia pitäisi ottaa esiin myös asiakkaan kanssa ja ohjata hänet avun piiriin, sanoo projektityöntekijä Minna Pyykkönen.



Tapaamisten aikana Pyykkönen selvittää yhdessä asiakkaan kanssa alkoholin käytön nykytilanteen ja luo suunnitelman tilanteen korjaamiseksi. Tätä varten on kehitetty yksinkertainen tavoitelomake. Sen avulla on helppoa seurata tavoitteiden toteutumista.

– Aivan ensimmäiseksi teen jokaisen asiakkaan kanssa kirjallisen sopimuksen siitä, että voin hoitaa ja puhua hänen asioitaan eri viranomaistahojen kanssa.

Asiakastapaamisen yhteydessä selvitetään myös se, että kotona itsenäisesti asuva ikääntyvä saa tarvitsemansa palvelut ja osaa etsiä myös niiden äärelle.

– Käytämme tässä avuksi kehittämämme verkostokarttaa. Sen avulla tutustumme asiakkaan lähiomaisiin ja tietysti niihin henkilöihin, joiden kanssa hän asuinpaikkakunnallaan asioi. Tämä tarjoaa mahdollisuuden muistella menneitä, mikä on monille ikääntyville mieluisaa puuhaa. Mutta on heitäkin, jotka eivät halua palata menneeseen esimerkiksi sota-ajan kokemuksista johtuen, Pyykkönen toteaa.

Senioriryhmissä autetaan toista mäessä

Pieksämäellä toimii myös ikääntyvien oma ryhmä nimeltään Seniorit. Se on syntynyt

Liika on aina liikaa

Kotiin vietävä päihdetyö

heidän omasta aloitteestaan ja kokoontuu kerran viikossa. Seniorit on sekaryhmä, johon kuuluu tällä hetkellä kaksi naista ja neljä miestä. Yhteinen tekijä ryhmäläisille on ikääntyminen ja alkoholi.

Myös työntekijän läsnäolo ja huomio on ryhmäläisille tärkeä.

Ensi vuonna Seniorit-projektissa käydään läpi jokaisen asiakkaan hoitopolku. Tarkoituksena on selvittää ne tahot, joita ikääntyvä kohtaa ja etsiä polkujen avulla

elämän kulkuun luontevasti sopivat ajat ja paikat puuttua mahdollisiin alkoholin käytön aiheuttamiin ongelmiin.

– Sen voin jo nyt sanoa, että päihdetyön tulisi kuulua jokaisen ikääntyvien parissa toimivan työhön. Eikä vain tietyn ammattikunnan tehtäviin. Asiaan pitäisi aina suhtautua vakavasti ja ottaa puheeksi asiakkaan kanssa. Toivottavasti hankkeemme madaltaa puheeksi ottamisen kynnystä, Pyykkönen toteaa lopuksi. ■

Seniori-hankkeessa verkostotyö tärkeää



– Tässä työssä täytyy olla rohkea. Uskaltaa ottaa vaikeakin asia puheeksi, jos siltä näyttää, Tuija Rinne toteaa

Tuija Rinne toimii Seniorit-hankkeen projektityöntekijänä Savonlinnassa. Rinteellä on yli kahdenkymmenen vuoden kokemus kuntoutustyöstä.

Hän toteaa, että verkostopalaverit ovat tärkeä osa Seniori-hanketta. Tapaamisissa ovat läsnä sekä sosiaali- ja terveystyöntekijät eri järjestöjen auttamisen ammattilaiset. Verkostoa voisi luonnehtia moniammatilliseksi.

– Näissä palaverissa jaamme ja saamme hyviä hoitotyön käytänteitä.

Seniorit-hankkeessa yksi hyväksi havaittu työväline on verkostokartta.

– Verkostokartan avulla käymme ikääntyvän asiakkaan omaiset ja lähipiirin läpi nimi nimeltä. Tiedämme, keneen voimme tarvittaessa olla yhteydessä. Yhteydenpitoon tarvitsemme tietysti asiakkaan luvan.

– Olemme myös huomanneet, että omaiset on hyvä ottaa mukaan työskentelyyn. Ainakin tarjota heille mahdollisuus osallistumiseen.

– Tässä työssä täytyy olla rohkea. Uskaltaa ottaa vaikeakin asia puheeksi, jos siltä näyttää. Ikääntyvät ovat sitä sukupol-

vea, jotka voivat ajatella, että ”itsepäähän olen ongelmani aiheuttanut” ja siksi arkailevat pyytää apua. Heidän voi olla vaikea ottaa apua vastaan, Rinne toteaa.

Savonlinnassa on Pieksämäen tapaan perustettu ikääntyvien ryhmä, jossa ikääntyviä yhdistävänä tekijänä on alkoholi. Ryhmään kuuluu tällä hetkellä kaksi naista ja viisi miestä.

– Ikääntyvät suhtautuvat hankkeeseen myönteisesti ja pohtivat päihteiden käyttöään aidosti. Jos sanottu kolahtaa omaan elämään, he voivat myös korjata elämänsä suuntaa. Muutos näkyy ilona arjessa.

Ensi vuonna Savonlinnassakin siirrytään aktiivisesta kotikäyntityöstä hoitopolkujen kartoitukseen.

– Käymme Minnan kanssa yhdessä hoitopolut läpi ja mietimme, miten kotiin vietäviä päihdetyön palveluja voitaisiin kytkeä osaksi kotona tapahtuvaa hoiva- ja huolenpityötä. Luotan siihen, että löydämme hyviä työkäytänteitä, joilla vanhuudesta tulee tältä osin turvallisempi, Rinne muistuttaa toiveikkaana. ■

Tyynelän Seniorihanke

Tyynelän kehittämiskeskuksen hallinnoima Itä-Suomen Seniori-osa-hanke käynnistyi toukokuussa 2005. Hankkeessa asiakastyö tarkoittaa varsin pitkälle kotikäyntityötä, mutta työntekijät ovat ohjanneet asiakkaita myös kuntoutukseen ja tarvittaessa katkaisuhoidon.

Kotona tehtävä työ on muotoutunut asiakaslähtöisesti, asiakkaan tarpeet ja toiveet huomioon ottaen. Sisällöltään se on ollut palveluohjauksellista sekä avustamista arjen sujuvuudessa ja toimintakyvyn lisäämisessä. Asiakkuudet ovat tulleet pitkälti kunnan työntekijöiden kautta. Keskeisissä roolissa ovat sosiaalitoimi, päihdeklinitat, diakoniatyö, kotihoito, sairaalat ja terveyskeskukset.

Asiakkaan hoitosuunnitelma tehdään yhdessä jonkun edellä mainitun tahon kanssa ja projektityöntekijän työ on pitkälti verkostotyötä. Kahdella projektityöntekijällä on alueelliset tukiryhmät, joihin kuuluvat keskeiset yhteistyökumppanit. Myös omaiset ovat mahdollisuuksien mukaan mukana verkostotyössä. ■

Lisätietoja



Pieksämäen projektityöntekijä
Minna Pyykkönen
gsm 040 5456 990
minna.pyykkonen@tyynela.fi



Savonlinnan projektityöntekijä
Tuija Rinne
gsm 040 5457 066
tuija.rinne@tyynela.fi

TEKSTI JA KUVA: OLLI KARINIEMI

Etsivä löytää yksin asuvan vanhuksen

Yksi viidestä Liika on aina liikaa -hankkeessa mukana olevista järjestöistä on Helsingin Diakonissalaitos. Sen toteuttamassa etsivän työn osahankkeessa löydetään ja autetaan niitä ikääntyviä, jotka elämäntapansa vuoksi ovat jääneet avun ulkopuolelle. He asuvat yksin, heidän yhteydenpitonsa sukulaisiin on katkennut ja monia eristävät sairaudet sekä usein myös salattu ja häpeälliseksi koettu alkoholiongelma.

– Ikääntyvät löytyvät kotoa yhteistyössä kotihoidon, sosiaalityön sekä diakoniatyön kanssa. Heillä on usein oma, lujasti kiinnipitävä, ei-toivottu sosiaalinen verkosto. Siitä irtipääsemisen estää yksinjäämisen pelko, Helsingin Diakonissalaitoksen projektityöntekijä **Leena Niinivaara** toteaa.

Pilkeryhmissä mahdollisuus korjaaviin kokemuksiin

Etsivän työn ohella Diakonissalaitoksen osahankkeessa kehitellään vertaistuellisia pienryhmiä, pilkeporukoita, joihin kutsutaan yksin asuvia vanhuksia. Ryhmään tullaan työntekijän ohjaamana. Kutsumiseen kuluu aikaa ja monenlaista selvittelyä, joten työntekijältä vaaditaan kärsivällisyyttä.

Tällä hetkellä ryhmiä on Malmilla ja läntisessä Helsingissä yhteensä kolme.

– Ryhmät syntyvät usein palvelutalojen yhteyteen. Matkat opetellaan yhdessä, haetaan kotoa ja saatetaan takaisin. Kulkeminen voi aluksi pelottaa, mutta ajan myötä kaikki oppivat tulemaan paikalle itsenäisesti, Niinivaara kuvailee ryhmän syntyä.

Kokoontumisten tarkoituksena on lisätä ikääntyvien toimintakykyä ja terveyttä sekä helpottaa kotona asumista mahdollisimman pitkään.

– Ikääntyvien auttaminen on monimutkaista. Nuorta voi tukea muutoksessa, mutta ikääntyvillä päihdeongelmat ovat juurtuneet syvälle. Siksi ryhmissä ei läh-

detä liikkeelle ongelmasta käsin vaan tarjotaan mahdollisuus korjaaviin kokemuksiin, Niinivaara kertoo.

– Pilkepäivänä syödään yhdessä, juhlietaan syntymäpäiviä, pelataan ja muistellaan elämää valokuvien ja musiikin avulla. Yhdessäolo ja osallisuus synnyttävät kokemuksen, josta ei haluta olla pois ainakaan alkoholin takia. Ryhmästä voi löytäytyä myös ystävä, joka saa tulemaan toisenkin kerran.

Ikääntyvien työssä korostuu hoivan merkitys

Pilkeryhmät kokoontuvat yleensä kerran viikossa ja ne ovat kooltaan pieniä, alle kymmenen hengen ryhmiä.

– Jokainen ryhmäläinen haluaa puhua

työntekijän kanssa ja odottaa jakamatonta huomiota. Se ei ole mahdollista isoissa ryhmissä, joten siksi pyrimme pitämään ryhmäkoon pienenä. Ikääntyvien kokouksissa korostuu myös hoivan merkitys, Niinivaara muistuttaa.

Hankkeen tavoitteena on juurruttaa löydetty toimintatavat jo olemassa oleviin palveluihin.

– Olisihan se hienoa, jos laitokset olisivat avoimia myös lähiseudun asukkaille. Ja tarjoaisivat tilan erilaisten ryhmien kokoontumisille. Yhteisöllisyydelle.

Niinivaara on toiminut lähes kolmekymmentä vuotta päihdeongelmaisten parissa useissa eri organisaatioissa. Koulutukseltaan hän on psykiatrinen sairaanhoitaja. ■



– Yhdessäolo ja osallisuus synnyttävät kokemuksen, josta ei halua olla pois ainakaan alkoholin takia, sanoo projektityöntekijä **Leena Niinivaara**.

Liika on aina liikaa

Kotiin vietävä päihdetyö
pääkaupunkiseudulla



TEKSTI JA KUVA:
ANNIKA
TREUTHARDT

Päihdeongelman
puheeksi
ottamista ei
tarvitse pelätä.
Yksikin kysymys
riittää, toteaa
Sininauhasäätiön
projektityöntekijä
Hannu
Kärkkäinen.

Sininauhasäätiö ohjaa ikäihmiset oikean palvelun piiriin

Sininauhasäätiö on osahankkeena mukana Liika on aina liikaa -projektissa. Projektityöntekijä **Hannu Kärkkäinen** sanoo, ettei alkoholi-ongelmaan puuttumista tarvitse pelätä.

Kylmä suihku niskaan

Hannu Kärkkäinen kiertää yhdeksän asiakkaan luona Espoossa, Vantaalla ja Helsingissä. Asiakkaiden kanssa hän on ennen kaikkea päihdetyöntekijä, mutta kaikessa muussakin hän auttaa. Hänen tehtävänsä on ohjata ihminen oikean palvelun piiriin. Ihmistä katsotaan kokonaisuutena.

Kärkkäistä yllätti ikäihmisten päihdeongelman laajuus ja syvyys.

– Päihdehoidon tarve on todennäköisesti hyvin suuri, nyt on nähtävissä vasta murto-osa. Ikäihmisten päihdetyöhön kannattaa panostaa myös jatkossa, ja ottaa LOL-hankkeen tulokset käyttöön. Tämän kentän todellisuus on ollut kylmä suihku niskaan, Kärkkäinen toteaa.

Vanhukset juovat "vanhasta muistista"

Kun ikäihminen tarttuu pulloon, hän yleensä juo määrällisesti samalla tavalla kuin aiemmin. Fyysinen kunto ei kuitenkaan ole entisellään, vaan alkoholin seuraukset elimistössä ovat rankat. Lääkkeiden kanssa alkoholin käytön seuraukset voivat olla odottamattomia. Ikäihmisillä on oikeus kunnolliseen päihdehoitoon ja yhteiskun-

nan on suotava mahdollisuus hyvään elämään.

Koulutus avuksi

Palvelutaloissa, kotihoidossa ja muilla ikäihmisiin liittyvillä aloilla tarvitaan Kärkkäisen mukaan koulutusta. Mini-interventio helpottaisi henkilökunnan keinoja päihdeongelman suhteen.

– Päihdeongelma ei ole piilossa, vaan yhteiskunta itse piilottelee päihdeongelmaa, Kärkkäinen huomauttaa. – Mutta se johtuu pelosta, hän jatkaa. Pelko on turhaa. Koulutus auttaisi ymmärtämään myös päihdeongelman hoidon tärkeyden.

– Olen tehnyt tätä työtä muun muassa työpaikoilla päihdetyöntekijänä ja HKL:n eli Helsingin kaupungin liikennelaitoksen päihdeasiamiehenä. Koko urani aikana vain kaksi henkilöä on suuttunut ottaessani päihdeongelman puheeksi. Oma asenne aina vaikuttaa siihen, millaisen vastaanoton saa.

Muutos on mahdollista

Syyllisyys ja epäonnistumisen tunteet ovat riippuvuuden takana. Näistä tunteista ja niihin johtaneista tapahtumista keskusteleminen voi olla suuri helpotus.

– Näitä ihmisiä ei välttämättä kukaan ole ehtinyt kuunnella kahteenkymmeneen vuoteen. Kokemus on tuonut sellaisen varmuuden, että tiedän jo heti millä sanoilla aloitan, Kärkkäinen toteaa. ■

Sininauhasäätiön osahanke, toteuttajina Helsingin Diakonissalaitos ja Sininauhasäätiö

Pääkaupunkiseudun osahanke käynnistyi vuoden 2006 alusta, kun sopimus pääkaupunkiseudun kuntien ja hankkeen toteuttajajärjestöjen kanssa allekirjoitettiin. Sininauhasäätiön työntekijä on tehnyt kotiin vietävää päihdetyötä samantyyppisesti kuin Seniorihankkeessa ja hänellä on ollut asiakkaita Espoosta, Helsingistä ja Vantaalta.

Diakonissalaitoksen työntekijä kehittää vanhuksille suunnattua, päihdetyötä tukevaa ryhmätyömallia Länsi- ja Pohjois-Helsingissä. Samalla kehitetään kaupungin kanssa keinoja, joilla voitaisiin etsiä ja löytää sellaiset alkoholi-ongelmaiset vanhukset, jotka eivät kuulu minikään palveluiden piiriin. ■

Lisätietoja



Helsingin Diakonissalaitos

Projektityöntekijä
Leena Niinivaara
gsm 050 502 76 94
leena.niinivaara@hdl.fi



Sininauhasäätiö

Projektityöntekijä
Hannu Kärkkäinen
gsm 040 716 2105
hannu.karkkainen@sininauhasaatio.fi

Liika on aina liikaa

Ikääntyville tarkoitettujen
päihdetyömallien
kehittäminen



TEKSTI JA KUVAT: ANNIKA TREUTHARDT

Tietoa, sääntöjä ja toimintaa palvelutaloihin

Ikäinstituutti on mukana Liika on aina liikaa -hankkeessa. Osahankkeen tavoite on tarkastella päihdekysymyksiä palvelutaloissa ja vanhustyössä yhdessä päihdeorganisaatioiden kanssa. Projektityöntekijä **Riitta Koivula** näkee kolmen pääkaupunkiseudun palvelutalon päihdeongelmiin liittyvät kysymykset läheltä. Palvelutalojen henkilökuntaa koulutetaan tunnistamaan ja tarttumaan mahdollisiin päihdeongelmiin.

Henkilökunnalle koulutus on hyvästä

Koivula on saanut jo nyt suoraa palautetta palvelutalojen henkilökunnalta. He ovat

olleet helpottuneita. Oma työnteko helpottuu, ja on heti mihin tarttua.

– Päihdeongelma on vaikea aihe käsiteltäväksi. Tiedon jakaminen on vielä helppoa, mutta toiminnan muuttaminen on eri asia. Tässä on vietävä päihdetyön kieli vanhustyön puolelle, ja se on todella haastavaa. Puhumme eri kieltä, Koivula arvioi.

Kolme taloa, kolme painopistettä

Kolmen palvelutalon kanssa työskentely on tuottanut kolme eri painopistettä. Espoon palvelutalo Merikartano on kokenut tiedonjakamisen ensimmäiseksi askeleeksi. Lääkäriluennot päihdehaitoista järjes-

tetään piakkoin sekä palvelutalon asukkaille, että asukkaiden omaisille.

Helsingissä taas Ceciliaassa pyritään luomaan yhteisiä pelisääntöjä, miten toimitaan päihdeongelman kanssa. Tärkeää olisi se, että toimintatavat ovat samanlaiset ja että henkilökunta tulisi tietoiseksi miten reagoida voimakkaaseen päihderiippuvuuteen. Kun kaikki toimivat eri tavoin, kierrettä ei saa katkaistuksi.

Henkilökunnan olisi hyvä tietää, milloin asiakas on lähetettävä sairaalaan, milloin taas jokin muu tapa olisi parasta. Cecilia on iso talo, pelkästään vapaaehtoistyöntekijöitä on yli kolmekymmentä, puhumattakaan talon ulkopuolisesta verkostosta. Yhteiset pelisäännöt luovat turvallisuutta ja mahdollisuutta voida vaikuttaa päihdeongelmaan.

Vantaan Raikukujalla painottuu toiminta. Alueella toimivaan päiväkeskukseen kaavailaan päihdepainotteista ryhmää. Päivätoiminnan ohjaaja vetäisi toiminnallista ryhmää, jossa ideana olisi virikkeellinen, vaihtoehtoinen tapa elää. Yhteistyötä tehtäisiin kotihoidon kanssa.

Tieto vähentää tuskaa

Koivula arvelee päihderiippuvuuden olevan sinänsä määrällisesti vähäistä ikäihmistien osalta, varsinkin palvelutalojen suhteen. Monet palvelutalot elävätkin sallivaa alkoholipolitiikkaa. Kohtuullinen alkoholin käyttö on sallittua, niin kuin kenen tahansa kotona. Tosin lääkkeiden käytön kanssa tiedon tarvetta on. Alkoholi ja lääkkeet yhdessä toimivat usein odotusten vastaisesti. Ongelmista puhuminen ja niihin tarttumisen taito tuo kuitenkin paitsi henkilökunnalle, myös ongelmista kärsiville suuren avun.

Mitä sitten tapahtuisikaan, jos yhdistettäisiin kaikki kolme; tieto, säännöt ja toiminta? ■

Ikäinstituutti

Ikäinstituutin projektisuunnittelija kehittää ja toteuttaa kolmessa pääkaupunkiseudulla sijaitsevassa palvelutalossa henkilökunnalle koulutusmallia, jossa opetellaan tunnistamaan ja kohtaamaan päihdeongelman vanhus ja tämän jälkeen myös auttamaan häntä tai ohjaamaan hoitoon. Mukana on myös palve-

lutilojen lähialueiden kotihoidon henkilökuntaa.

Ikäinstituutti kehittää myös palvelutaloissa ja niiden ympäristössä asuville ikääntyneille soveltuvia interventiomalleja yhteistyössä henkilöstön kanssa.

Pääkaupunkiseudun osahankkeilla on yhteinen ohjausryhmä ja hankkeet tekevät hyvin tiivistä yhteistyötä. Ikäinstituutin tehtävänä on lisäksi tukea koko hankkeen tutkimustyötä ja tutkijaa. ■

Lisätietoja



Ikäinstituutti
Projektisuunnittelija
Riitta Koivula
gsm 040 582 9892
riitta.koivula@ikainst.fi

Liika on aina liikaa

Ikääntyville tarkoitettujen
päihdetyömallien
kehittäminen



TEKSTI JA KUVA: ANNIKA TREUTHARDT

Ceciliassa

otetaan päihteet puheeksi

– Vanhukset tarvitsisivat palvelutalon näkökulmasta hieman erilaista päihdehoitoa kuin mitä nykyisin on tarjolla, toteaa Palvelutalo Cecilian johtaja Johanna Nyström. Palvelutaloissa alkoholiogelma näkyy järjestyshäiriöinä. Puuttumisen mahdollisuudet ovat kuitenkin aika pienet.

Cecilia on HelsinkiMission perustama palvelutalo Helsingin Vuosaarella. Cecilian lähtökohtana on vaivaton asuminen ja ihmisten keskinäinen yhteys, kertoo johtaja Johanna Nyström.

Helsingin vuosaarelaisessa vanhusten palvelutalossa asuu kolmesataa vanhusta. Asunnot ovat vuokrasuhteita, puhutaan siis kodeista. Cecilian johtajan **Johanna Nyströmin** mielestä palvelutalo on hyvin haasteellinen paikka päihdeongelmaan puuttumisen kannalta. Työtä tehdään vanhusten kotona.

– Niin yksityisen alueen lähestyminen vaatii mitä suurinta ammattitaitoa, hän avaa.

Sellaista ei hänen mielestään ole aikaisemmin juurikaan ollut. Päihdeongelmaan tarttumiseen ei yksinkertaisesti ole ollut keinoja, perinnettä eikä osaamista.

– Tarvitaan oikeat sanat, Nyström lisää.

Palvelutalon työntekijöiltä on jo nyt tulut palautetta keväällä käydystä päihdekoulutuksesta. Alkoholiohjelman lanseeraama esite, *Otetaan selvää*, antaa todellisia työkaluja sekä alkoholiogelman tunnistamiseen että asiakkaan kanssa alkoholiogelmasta puhumiseen. Aikaisemmin ei päihdeongelmaan ole puututtu, vaikka ongelma olisi oivallettukin.

– Useimmiten alkoholiogelma näkyy järjestyshäiriöinä, jolloin se on asumisen

ongelma. Silloin puuttumisen mahdollisuudet ovat aika pienet.

Palvelutalon palveluihin kuuluu kyllä terveystalvuita, mutta niiden käyttäminen ei ole mitenkään välttämätöntä. Osa ihmisistä viettää aikaansa kodissaan, mikä ei velvoita osallistumaan yhteisiin asioihin tai terveystarkastuksiin.

Yhteistyöverkoston kaivataan

Tähän mennessä palvelutaloilla on ollut melko vähän yhteistyötä A-klinikan ja muiden tahojen kanssa. Nyströmin mielestä tarvetta olisi myös lääkärien kanssa verkostoitumiseen. Kun palvelutalossa vielä pystytään rajaamaan lääkkeiden määräämistä pahasti riippuvaiselle ihmiselle, asiakas menee terveyskeskuslääkärille. Kun tällä ei ole tietoa päihdeongelmasta, asiakas saa kipulääkkeensä aina jostain muualta.

Päihdeklinitkat tuntuvat olevan ylikansoitettuja työikäisillä. Vanhukset tarvitsisivat palvelutalon näkökulmasta hieman erilaista päihdehoitoa. Vanhuus tuo kuitenkin toisenlaiset kysymykset ja asettaa

omat rajansa. Vertaistuki olisi Nyströmin mielestä tarpeellinen. Ikäihmisten on kuitenkin helpompi keskustella vertaistensa kanssa, niin kuin kaikilla muillakin.

Tarvitaan myönteistä lähestymistapaa

– Rohkeutta on päihdekoulutuksen myötä tullut, rajat laitetaan ja päihdeasian kanssa on tullut uudenlaista ryhtiä. Negatiivinen ilmapiiri on huono asia. Tarvitaan myönteistä lähestymistapaa, ei tuomitsemista vaan alkoholiogelman näkemistä yhtä lailla sairautena kuin muutkin vaivat. Ei se kauhistelemalla parane, Nyström kuittaa.

– Suunta on oikea. Kohtuukäyttö on hyvä asia, mutta on tiedettävä mitä kohtuullisuus on. Ennen tässäkin asiassa tunnettiin vain kaksi ääriä, alkoholiismi tai täysi raittius. Nykyisin siihen väliin mahtuu muutakin. ■

Hankkeen tueksi tarvitaan tutkimustietoa

Liika on aina liikaa – ikääntyminen ja alkoholi -hankkeessa on havaittu, että tietoa ja varsinkin tutkittua tietoa aihepiiristä on yllättävän vähän.

– Ikääntyvien alkoholinkäyttöä on maassamme tutkittu lähes yksinomaan alkoholinkulutustilastojen ja eläkeläisten terveyskäyttäytymistä koskevien kyselyiden valossa ja ilmiö on muuten lähes tutkimatta, toteaa Liika on aina liikaa -hankkeen tutkija, dosentti **Ilka Haarni**.

Tilastot kertovat, että ikääntyvien alkoholinkäyttö on vähitellen lisääntynyt jo 1980-luvulta alkaen ja raittiiden määrä on eläkeikäisten keskuudessa vähentynyt. Vuonna 2005 raittiita 65-84-vuotiaita miehiä on enää alle neljäsosa tämän ikäisistä miehistä ja raittiita naisia vajaa puolet samanikäisistä naisista.

Palvelut suunniteltava erilaisuus huomioiden

Liika on aina liikaa -hankkeessa on lähdetty keräämään uudenlaista tietoa ikääntyvien alkoholinkäytöstä laadullisin menetelmin.

– Näiden tilastojen rinnalle tarvitaan tie-



Kuva: www.kuvakerfi.fi / Barbro Wikström

Palveluiden suunnittelemisessa ja kehittämisessä on hyvä muistaa, että ikääntyvät ovat keskenään erilaisia.

toa ikääntyvien omista alkoholiin liittyvistä näkemyksistä ja alkoholinkäyttötavoista, huomauttaa Haarni.

– Iäkkäät, ennen sotia syntyneet sukupolvet, ovat eläneet pitkään tiukkojen alkoholisäännösten ja -moraalin ympäröimänä. Nykyisin suhtautumistavat ovat hölentyneet. Palveluiden suunnittelemisen ja kehittämisen kannalta on myös hyvä muistaa, että ikääntyvät ovat keskenään erilaisia samaan ikäryhmään tai samaan sukupolveen kuulumisesta huolimatta.

Ikääntyvien tavat suhtautua alkoholinkäyttöön voivatkin vaihdella huomattavasti

ja eri ryhmiä täytyy vastaavasti lähestyä eri tavoin.

– Tietoa tarvitaan kaikista erilaisista alkoholinkäyttäjistä, sekä alkoholia runsaasti että kohtuullisesti käyttävistä ikääntyvistä, sekä ennaltaehkäisyyn että hoidon strategioiden kehittämiseksi, Haarni tiivistää lähestymistapaansa.

Tutkimusta monesta näkökulmasta

Haarnin tehtävä on haastatella erilaisia ikääntyviä alkoholinkäyttäjiä.

– Tutkin kaikkea punaviinin tissutusta pitkiin putkiin, Haarni luonnehtii.

– Ikääntyvien oman äänen esiin tuominen on kuitenkin vain osa tutkimusta: Ikääntyvien haastatteleminen ohella hankkeessa kerätään tietoa myös kotihoidon työntekijöiden kohtaamasta vanhusten alkoholinkäytöstä sekä siihen liittyvistä käsitteistä ja asenteista, Haarni kertoo.

Lisäksi tutkija kerää kansainvälistä tutkimustietoa hankkeen tarkoituksiin.

– Ikääntyvien alkoholinkäyttö on monisyinen ilmiö ja sitä on hyvä tutkia monesta eri näkökulmasta, muistuttaa Haarni. ■

TEKSTI: MARJA-LIISA LAPIO

Päihdetyön kehittäminen rakentuu asiantuntijuudesta



Kuva: Olli Kariniemi

Marja-Liisa Laapio

Liika on aina liikaa – ikääntyminen ja alkoholi -hankkeen tarkoituksena on kehittää ikääntyville sopivia päihdetyön muotoja, testata niiden toimivuutta käytännössä ja saada ne juurrutetuksi yhteiskunnan palvelurakenteisiin. Kehittämistehtävä on haastava.

Miten päihdetyön käytännöt on kehitettävissä ikääntyneille sopiviksi? Mitkä ovat ikääntyvien päihteiden käytön ominaispiirteet? Ideointi päihdekierteen katkaisemi-

seksi ja sen ennalta ehkäisemiseksi vaatii avointa mielipiteiden vaihtoa päihdetyön, vanhustyön ja heidän asiakkaidensa välillä.

Kehittyäkseen ikääntyvien päihdetyö tarvitsee hyvien sote-työntekijien lisäksi hyviä kyseenalaistajia. Moraalisia ja toiminta-ideologioita kysymyksiä joudutaan pohtimaan vuorovaikutteisesti, erilaisista näkökulmista kuin työikäisten tai nuorten kohdalla.

Kehittämisen voimavarana näkemykset päihdeilmioistä ja sen kohtaamisesta

Käytännössä kehittämistyössä keskitytään hankkeessa toimivien työntekijöiden, potentiaalisten yhteistyökumppaneiden sekä asiakkaidensa ajattelu- ja toimintakulttuuriin. Jotta hankkeessa luodut ja toimiviksi osoittautuneet käytännöt ovat juurrutettavissa palvelurakenteisiin, tarvitaan tietoa, millaisella mielenkiinnolla, voima-

varoilla ja prioriteettijärjestyksellä kussakin osahankkeessa on mahdollista luoda päihteiden käyttöä vähentävää ja ennalta ehkäisevää toimintakulttuuria paikalliskulttuuria kunnioittaen.

Kehittämisen voimavarana eivät ole asiakkaat tai päihdetyöntekijät sinänsä, vaan heidän näkemyksensä ikääntyvien päihdeilmioistä ja sen kohtaamisesta. Asiantuntijuudesta koostuva tieto toimii kehittämisprosessin ohjaajana. Jotta työ ei jää pikaiseksi kehittämishankkeiden pikakuljetukseksi projekti projektin jälkeen, jokaisella pilottipaikkakunnilla järjestetään päihdetyön kehittämistä selventävät seminaarit. Niissä paikallisilla toimijoilla on mahdollisuus tunnistaa päihdetyön solmukohdat, läpikäydä muutosprosessit sekä ottaa kehittämissaasteet vastaan. Avoin mielipiteiden vaihto avaa kiinnostuksen ja halun uusien käytäntöjen oppimiseen, samoin kuin haluttomuuden tottumusten muuttamiseen kaikkien osapuolten tietoisuuteen. ■



Kuvat: Ilkka Partanen

Sininauha-liiton jäsenjärjestöt

1. Alajärven päiväkeskisyhdistys ry

Rengastie 29, 62900 ALAJÄRVI
puh. (06) 2412 2315
keidas.lahti@japo.fi

2. Alkoholisti- ja evankelioimistyö ry

(c/o Antti Raittila)
puh. (02) 5789 690, 050 597552
a.raittila@luukku.com

3. Auttavaiset ry

Marttilantie 9, 54500 TAAVETTI
puh. (05) 457 2372
auttavaiset@luukku.com

4. ETRA-liitto ry

Annankatu 7 C 24, 00120 HELSINKI
(PL 94, 33101 TAMPERE)
puh. (09) 374 3595, faksi (09) 6120 3633
etra@sdafin.org

5. Evankelointi ja vankilälähetys ry

Herukkapolku 10, 21600 PARAINEN
puh. 040 528 7729
soile.inkari@mebb.fi

6. Ev.lut. Lähimmäislähetys ry

Lehtomäentie 211, 73300 NILSIÄ
puh. (017) 464 7160,
faksi (017) 464 7120
posti@lehtomaenkoti.net

7. For Life ry

Hennalankuja 5 B 16, 40250 JYVÄSKYLÄ
puh. 0400 773 151, 050 345 7586
jarmo.visuri@kolumbus.fi

8. Fossan katukirkko ry

Hämeentie 15, 30100 FORSSA
puh. (03) 433 4883, (03) 435 5258

9. Garissim ry

Suolahdentie 1228, 44300 Konnevesi
puh. 050-4693157
garissim@hotmail.com

10. Haapamäen Katulähetys ry

Lääkärintie 2, 42800 HAAPAMÄKI
puh. (014) 732 593

11. Haminan Sininauha ry

Notkotie 9, 49460 HAMINA
puh. 0400 555 633
sinikeidas@jsk.inet.fi

12. Hangon Katulähetys ry

Korsmanninkatu 40, 10900 HANKO
puh. (019) 248 3185
katulahetys@luukku.com

13. Hartolan päiväkeskisyhdistys ry

Vuorenkyläntie 35, 19600 HARTOLA
puh. (03) 8432350
hernemaki@reppu.net

14. Helsingin Diakonissalaitoksen säätiö

Alppikatu 2, 00530 HELSINKI
puh. (09) 775 01 (vaihde)

15. Helsingin Nuorten Miesten

Kristillinen Yhdistys, HNMKY
Vuorikatu 17, 00100 HELSINKI
puh. (09) 1734 4233, (09) 179 781

16. Helsingin Vieraskoti ry

Pursimiehenkatu 10, 00150 HELSINKI
puh. (09) 680 37410

17. Hyvinkään Toimari ry

Teollisuuskatu 8, 05800 HYVINKÄÄ
puh. 040 765 8321
hyvinkaan.toimari@co.inet.fi

18. Hämeenlinnan Sininauha ry

Markkulantie 3 A, 13100 HÄMEENLINNA
puh. (03) 656 180
aake.huurresalo@sininauha.com

19. Ilmajoen Sininauha ry

Rehukyläntie 122, 61340 Nopankylä
puh. 040 555 8175
seppo.pitkamaki@luukku.com

20. Joensuun Siniristi ry

Jääkärintie 1, 80220 JOENSUU
puh. (013) 314 980, 050 4098 500
siniristi.jns@kolumbus.fi

21. Joutsan päiväkeskisyhdistys ry

Jousitie 68, 19650 JOUTSA
puh. (014) 882 979
ninasitari@suomi24.fi

22. JSK-kellari ry

Maariankatu 10, 49400 HAMINA
puh. (05) 3544 8060
sinikeidas@jsk.inet.fi

23. Juvan päihdeongelmaisten päiväkeskus ry

Virpilänniementie 20 B, 51900 JUVA
puh. 040 5177 091
huttula@juwanet.org

24. Jyväskylän Katulähetys ry

Kankitie 10, 40320 JYVÄSKYLÄ
puh. (014) 310 1645, 0400 642 442
erkki.arvaja@kanetti.fi

25. Karhukoti ry

c/o Tarmo Majuri, Kankareentie 1 as. 3,
31640 HUMPPILA
puh. 0400 777 282

26. Karismakoti ry

Karskogintie 418 A, 02580 SIUNTIO
puh. (09) 256 3644, faksi (09) 256 3852
karismakoti@kolumbus.fi

27. Kauhavan Sininauha ry

Röihankuja 5, 62200 KAUHAVA
puh. (06) 434 2522, faksi (06) 434 1605
kauhavansininauha@netikka.fi

28. Keravan Suojakotiyhdistys ry

Tuusulantie 40, 04200 KERAVA
puh. (09) 242 8095
jari.savola@iki.fi

29. Keuruun Ystäväntupa ry

Kangasmannilantie 13, 42700 KEURUU
puh. (014) 720 610
keuruun.ystavatupa@pp.inet.fi

30. Kirkkopalvelut ry, Tyynelän kuntoutus- ja kehittämiskeskus

Vilhulantie 251 D, 76850 NAARAJÄRVI
puh. (015) 611 588, faksi (015) 415 2840
kehittamiskeskus@tyynela.fi
kuntoutuskeskus@tyynela.fi

31. Kodittomien tuki -

Hemlösas Stöd ry

Tinatie 5 C, 00440 HELSINKI
puh. (09) 565 7810, faksi (09) 565 78155
arja.lankinen@kotiportti.fi



Kuva: Topi Ylä-Muononen/www.kuvakoti.com



Kuva: Heikki Korppi

32. Korpikoti ry

Vesannontie 790 A, 72600 KEITELE
puh. (017) 857 236
korpikoti@co.inet.fi

33. Kouvolan kristillinen jengityö ry

Sakaristontie 1, 45100 KOUVOLA
puh. (05) 371 1121

34. Kovaosaisten ystävät ry

Kalevankatu 19 A, 00100 HELSINKI
puh. 044 297 6124, faksi (09) 646 188
jouni.widell@kovaosaistenystavat.com

35. KRAN rf

Krämertintie 2, 00620 HELSINKI
puh. (09) 726 0594
kran@sininauhalitto.fi

36. Kriisipalvelu ry

PL 170, 15101 LAHTI
puh. 040 5266 843, faksi (03) 782 8889
olli.kariste@kriisipalvelu.com
kriisipalvelu@kriisipalvelu.com

37. Kristillinen alkoholisti- ja narkomaanityö, KAN-yhdistys ry

Jääkärintie 81, 62421 KORTESJÄRVI
puh. (06) 488 1100
info@kan.inet.fi

38. Kristillinen Raittiusliitto ry

- Toimintakeskus Katutaso
Rauhankatu 7, 15110 LAHTI
puh. (03) 783 2939
katutaso@pp.inet.fi

- Toivon Portti ry

Itsenäisyydenkatu 6, 39500 IKAALINEN
puh. 0500 630 960
ilkka.klinga@jippii.fi

39. Kristillinen Terveys- ja Raittiusjärjestö ry, KTR

PL 27, 00711 HELSINKI
puh. 0500 860 08
ktr.raittius@luukku.com

40. Lahden Sininauha ry

Apilakatu 8, 15610 LAHTI
puh. (03) 751 3335, faksi (03) 751 3341
nousurinne@phnet.fi

41. Lapin Sinisarastus ry

Papintie 3, 99600 SODANKYLÄ
puh. 0400 380 228
pentti_kinnunen@pp.inet.fi

42. Lappeenrannan Katulähetys ry

Ratakatu 13, 53100 LAPPEENRANTA
puh. (05) 415 3056, 050 338 3895 (pj)
lappeenrannan@katulahetys.inet.fi

43. Lapuan Sininauha ry

PL 20, 62100 LAPUA
puh. (06) 437 4755
snkeskus@suomi24.fi

44. Meijerin Toimintakeskus

Seisake ry
Juhani Ahon tie 5, 73100 LAPINLAHTI
puh. 040 5456 182 (ruokahuolto),
040 5743 555 (Seisake-projekti)
meijerin.toimintakeskus@pp.inet.fi

45. Mikkelin Katutyö ry

Tykkimiehenkatu 9, 50100 MIKKELI
puh. (015) 174 210
eeva.lappetelainen@dnainternet.net

46. Myrskyllyhty ry

Kankaistenkatu 2, 51200 Kangasniemi
puh. 040 579 6247

47. Naisten Suojakoti ry

Terhokuja 5, 33840 TAMPERE
puh. (03) 314 00400
toimisto@naistensuojakoti.fi

48. Nousevan Auringon Talon huume kuntoutus ry

Näsilinnankatu 22 A 36, 33210 TAMPERE
puh. (03) 212 9486, faksi (03) 212 9487
paivi.ahtiala@nousevanauringontalo.fi

49. Nuorten Keskus

Liisankatu 27 A 5, 00170 HELSINKI
puh. (09) 622 9670, faksi (09) 135 7124
toimisto@nuortenkeskus.fi

50. Nuotta, Rovaseudun kristillinen nuorisoyhdistys ry

Ainonkatu 4-6, 96200 ROVANIEMI
puh. 040 743 3021, faksi 040 7841 820
nuotta@nuotta.net

51. Nurmon Sininauha ry

Pappilantie 1, 60550 NURMO
puh. (06) 414 6705, 040 574 1125
nurmon.sininauha@luukku.com

52. One Way Mission ry

PL 21, 02361 ESPOO
puh. (09) 802 5291
tapani.suonto@onewaymission.fi

53. Pajatie toimintakeskus

Pajatie 2, 72400 PIELAVESI
puh. (017) 861 312

54. Palvelukotiyhdistys Viisi Leipää

55. Pirkanmaan Sininauha ry

Riipuksenkatu 13, 33710 TAMPERE
puh. (03) 314 38000
vesa.lehtela@pirkanmaansininauha.fi

56. Porin Sininauha ry

Muistokatu 4, 28120 PORI
puh. (02) 641 2789
sanni.makela@luukku.com

57. Pulsan hoitokoti ry

Pulsan asematie 13, 54390 PULSA
puh. (05) 418 3123
info@pulsanhoitokoti.com

58. Päiväkeskus Pysäkki ry

Päivönnkatu 42, 74100 IISALMI
puh. (017) 812 043
pysakki.iisalmi@dnainternet.net

59. Rauhan narkomaani- ja jengityökeskus

60. Rauman Seudun Katulähetys ry

Lyseokatu 7, 26100 RAUMA
puh. (02) 822 3876
ullamajja.nikula@raumanseudunkatulahetys.fi

61. Rovaniemen päiväkeskus ry

Kairatie 23, 96100 ROVANIEMI
puh. 0404 122151 (toim.joht.),
0404 183151 (toim.ohj.)
paivakeskus@luukku.com

62. RuokaApu yhdistys ry

Simonkalliontie 9, 01350 VANTAA
puh. 050 563 1953
ruokaapu@hotmail.com

63. Samaria ry

Kirkkotori 9 A 1, 06100 PORVOO
puh. (019) 523 0318
krister.lindberg@samaria.fi

64. Savo-Karjalan kr. työväenyhdistyksen piiriliitto ry

Uukuniementie 1197, 59730 UUKUNIEMI
puh. (05) 484 557, faksi (05) 484 595
virkistyskeskus@co.inet.fi

65. Seetri ry

Urheilukatu 17, 67200 Kokkola
puh. (06) 831 1116
info@seetri.fi



Kuva: Olli Kariniemi

66. Seinäjoen Katulähetys ry
Riihikuja 4, 61400 YLISTARO,
puh. 040 550 6153

67. Sininauhasäätiö
Hämeentie 62 C 39, 00500 HELSINKI
puh. 040 5818 105, faksi (09) 7261 105
sininauhasaatio@sininauhaliitto.fi

68. Sininen Pysäkki ry
Amandantie 10, 37830 VIIALA
puh. (03) 543 5150

69. SLEY:n Katulähetys ry
Hietalahdenkatu 7 A 18, 00180 HELSINKI
puh. (09) 599 224

70. Sosiaalilähetys ry
c/o Matti Niemelä, Viirukuja 2,
13210 Hämeenlinna
puh. 0400 414 243

71. Suolahden Ystävän tupa ry
Koulukatu 3 A, 44200 SUOLAHTI
puh. 040 5939 601, 040 749 7231
jyrki.muttonen1@luukku.com

72. Suomen Betel Kodit -yhdistys
Hiomotie 14 B 36, 00380 HELSINKI/
co. Pasi Teittinen
puh. 041 530 4823
pasi.teittinen@betel.fi

**73. Suomen poikien ja tyttöjen
keskus – PTK ry**
Partaharjuntie 361, 76280 PARTAHARJU
puh. (015) 782 0200
ptk@ptk.fi

74. Suomen Siniaalto ry
Hämeentie 7, 44100 ÄÄNEKOSKI
puh. 040 413 1923
sini.aalto@co.inet.fi

75. Suupohjan Sininauha ry
Keskustie 8 K 11, 61850 KAUHAJOKI
puh. 050 345 4438
suupohja.sininauha@netikka.fi

76. Syty ry

77. Takaisin Elämään ry
Rasinkatu 10, 01360 VANTAA
puh. (09) 823 2433, faksi 836 41840
info@takaisinelamaan.fi

**78. Tampereen
Huumeikkayhdistys ry**
Kauppakatu 12 C, 33210 TAMPERE
puh. (03) 213 2022, faksi (03) 213 2023
huumeikkayhdistys@huumeikkayhdistys.fi

**79. Tampereen Katulähetysryksen
Tuki ry**
Ev.lut srk-keskus
Kyttälänkatu 1 G, 33100 TAMPERE
lassi.nahkuri@tampere-evlsrk.fi

80. Teriskotisäätiö
Tyriseväntie 139, 37800 TOIJALA
puh. (03) 543 6282, faksi (03) 5436 300,
040 5955787 (johtaja)
teriskoti@co.inet.fi

81. Toimintayhdistys Leppälintu ry
Oksmanintie 5 B, 79100 LEPPÄVIRTA
puh. (017) 5541 177
leppalintu@co.inet.fi

82. Tornionlaakson Suojapirtti ry
PL 15, 95401 TORNIO
puh. (016) 447 446 (toimisto),
faksi (016) 447 941
tornionlaakson.suojapirtti@pp.inet.fi

83. Turun Katulähetys ry
Ruissalontie 19, 20200 TURKU
puh. (02) 2518 866,
keittiö (02) 253 5891,
toimisto (02) 251 2265

84. Turun Sininauha ry
c/o Ari Vehosmaa, Viestintäyhdistys A&O,
Aurakatu 8, 20100 TURKU

85. Uuden Kasvun Yhdistys ry
Selintie 510 A, 03320 SELKI
puh. (09) 224 2010, faksi (09) 223 5851
palaute@selkikeskus.com

86. Uusi Mahdollisuus ry
Leppäkorventie 33 A 2, 19700 SYSMÄ
puh. (03) 7155 983
paivakeskus@uusimahdollisuus.net

87. Uudenkaupungin Diakoniasäätiö
Kihukuja 2, 23500 UUSIKAUPUNKI
puh. (02) 840 4126
satu.pietila@uusikaupunki.fi

88. Uudenkaupungin Katulähetys ry
Vesa Riikkilä, Sorvakonrantatie 20,
23500 UUSIKAUPUNKI
puh. (02) 842 3058, 050 435 9853
veriikki@uusikaupunki.fi

89. Vaajakosken Suvanto ry
Vaajakoskentie 123 E 2,
40800 VAAJAKOSKI
puh. (014) 611 180
suvanto.ry@kolumbus.fi

90. Vantaan Nmky
PL 67, 01201 VANTAA
puh. (09) 830 6540, faksi (09) 830 6530
toimisto@vantaanmky.net

91. Vapautuvien Tuki ry
Ratamestarinkatu 11 B 8.krs,
00520 HELSINKI
puh. (09) 753 4128, 050 564 1753,
faksi (09) 386 97 800
vaptuki2@saunalahti.fi

92. Vastuunkantajat ry
Hämeentie 73, 00550 HELSINKI
puh. (09) 774 2130
tarpoila@vastuunkantajat.fi

93. Vihreä Keidas ry
Vilhonvuorenkatu 7-9, 00500 HELSINKI
puh. (09) 739 454, 739 678,
faksi (09) 739 454
toimisto@vihreakeidas.fi

94. Virtain Kristillinen Raittiustuki ry
Virtaintie 20, 34800 VIRRAT
puh. (03) 4753 731, 050 3505 983
harrastekeskus@surfeu.fi

95. Väentupa ry
Katajamäentie 6, 41340 LAUKAA
puh. (014) 833 221, (014) 833 224
vaentupa@co.inet.fi

96. Vänstugan i Ekenäs rf
Kustaa Vaasan katu 8, 10600 EKENÄS
tel. (019) 241 4751

97. Ähtärin Toimela ry
Riikunkuja 5, 63700 ÄHTÄRI
puh. (06) 533 0288
ahtarintoimelary@pp.inet.fi

98. Äänekosken Katulähetys ry
Rautatienkatu 11, 44100 ÄÄNEKOSKI
puh. (014) 523 602
aanekosken.katulahetys@pp.inet.fi



Sininauhaliitto

Valtakunnallinen kristillisten päihdejärjestöjen keskusliitto

Krämertintie 2, 00620 HELSINKI
puh. (09) 7206 150, faksi (09) 7206 1531
etu.suku@sininauhaliitto.fi
www.sininauhaliitto.fi

Aarne Kiviniemi (09) 7206 1519, 050 522 3285
Toiminnanjohtaja

Järjestöpalvelut ja kehittämistoiminta

Ari Inkinen, (09) 7206 1529, 0400 411 690
Päihdetyön kehittämisspäällikkö

Perhetyön koordinaatio

Asta Juntunen, (09) 7206 1533, 040 778 8773
Perhetyön koordinaattori

Tukea KaikkiNaiselle -hanke

Hiltunen Tarja, puh. (014) 262 422, 0400 422 090
Projektipäällikkö

Virpi Kujala, puh. 040 7600 663
Projektityöntekijä

Värit Elämään -hanke

Sosiaalisen vahvistamisen verkostohanke
Merit Lindén, (09) 7206 1526 tai 040 7788 377
Projektikoordinaattori

Ikääntyminen ja päihteet sekä työnohjaus ja sen kehittäminen

Tuomo Salovuori, 040 581 8244
Kouluttaja

M20-hanke, päiväkeskustoimintahanke

Hannu Rutanen, 040 564 0032
Projektipäällikkö

Päivi Heimonen, (09) 7206 1517 tai 050 3363 452
Projektisuunnittelija

Ikaalisten osaprojekti
Juhani Haveri, 0400 813 403
Suunnittelusihteeri

Päiväkeskustoiminnan tutkimushanke

Aki Rogel, (09) 7206 1541, 040 5634061
Vastaava tutkija

Eija Kilgast, (09) 7206 1524, 040 727 8070
Päihdetyön kehittämisspäällikkö

Vammaisten päihdetyön tukipalvelut

Heidi Eriksson, (09) 7206 1540, 050 359 3846
Koordinaattori

Liisa Jokela, (09) 7206 1525, 050 359 3846
Koordinaattori

Liika on aina liikaa – ikääntyvien päihdehanke

Maria Viljanen, (09) 7206 1527, 050 359 3845
Projektipäällikkö

Ehkäisevä työ
Tarja Levo, 050 3100 669
Projektisuunnittelija

Päihdetyön kehittäjä
Marja-Liisa Laapio, (09) 7206 1522, 050 366 4386

Tutkija
Ilka Haarni, (09) 7206 1521, 050 305 6294

Huumetyön Tukikohta -hanke

Helena Virokannas, 050 3664 376
Projektipäällikkö

Omile jaloille – vertaistalousneuvonnan hanke

Matti Huunan-Seppälä, 050 3292498
Projektityöntekijä

Ongelmapelaaja-projekti

Aarne Kiviniemi (09) 7206 1519, 050 522 3285

Tukiasumisen kehittäminen

Sininauhasäätiö, Jorma Soini, 040 581 8105
Toimitusjohtaja

Arviointipalvelut

Nina K. Hyttinen, (09) 7206 1523, 040 5813 952
Arviointipäällikkö

Talospalvelut

Riitta Hautamaa, (09) 7206 1510, 0400 728 840
Talospäällikkö

Viestinnän palvelut

Tuula Huurresalo, (09) 7206 1511, 040 501 9605
Tiedotuspäällikkö

Sininen aalto

Sininauhaliiton tiedotuslehti

Toimituksen osoite:

Krämertintie 2,
00620 HELSINKI
Puh. (09) 7206 150,
faksi (09) 7206 1531
uus.toivo@sininauhaliitto.fi
Päätoimittaja:
Tuula Huurresalo
Toimittaja:
Olli Kariniemi

Taitto:

Terttu Hauhia
Etukannen pääkuva:
www.kuvakori.fi /
Barbro Wickström
Kuvan henkilö ei liity
lehden sisältöön.
Painopaikka: Trio-Offset Oy,
Helsinki 2006



Punaviinin tissuttelusta pitkiin putkiin – Ikääntyminen ja alkoholi -seminaari

Liika on aina liikaa – ikääntyminen ja alkoholi
-hankkeen asiantuntijaseminaari

Aika torstaina 14.12.2006
Paikka Juhlasali, Hotelli Arthur, (Vuorikatu 19, Kaisaniemi, Helsinki)

Mitä tiedetään ikääntyvien ihmisten alkoholinkäytöstä? Miten siihen yhteiskunnassamme suhtaudutaan? Löytyykö ikääntyneille päihdeongelmallisille palveluja? Liika on aina liikaa – ikääntyminen ja alkoholi -hanke järjestää Helsingissä aihepiiriä käsittelevän asiantuntijaseminaarin, joka on avoin kaikille asian kanssa tekemisissä oleville ja siitä kiinnostuneille.

OHJELMA

- 9-9.30 Ilmoittautuminen ja kahvi**
- 9.30 Seminaarin avaus**
Projektipäällikkö Maria Viljanen, Liika on aina liikaa –hanke, Sininauhaliitto
- 9.45 Alkoholinkäyttö ja ikääntyneet tilastojen valossa**
Tutkija Tommi Sulander, Kansanterveyslaitos
- 10.30 Ikääntymisen ja alkoholinkäytön muuttuvat näkymät: pohdintoja ja kysymyksiä**
Professori Jyrki Jyrkämä, Jyväskylän yliopisto
- 11.15 Tauko**
- 11.30 Lääkkeet ja alkoholi**
Apulaisopettaja Marja Aira, Kuopion yliopisto
- 12.15 Lounas**
- 13.15 Ikääntyneet päihdeongelmaiset meikäläisiä vai muukalaisia keskuudessamme?**
Yliopistonlehtori Heikki Suhonen, Turun yliopisto
- 14.00 Kotihoidon henkilöstön valmiudet kohdata ikääntyvä päihdeongelmainen LOL-hankkeen tekemän kyselyn valossa**
Päihdetyön kehittäjä Marja-Liisa Laapio, Liika on aina liikaa –hanke, Sininauhaliitto
- 14.30 Kahvitauko**
- 14.45 Kokemuksia alkoholidementikkojen asumisyksikön alkutaipaleelta**
Aluejohtaja Heli Lahtinen, A-klinikkasäätiö, Kotka
- 15.30 Yhteenveto ja keskustelu**
Tutkija Ilka Haarni, Sininauhaliitto

Seminaarin puheenjohtajina toimivat
Maria Viljanen ja Ilka Haarni Liika on aina liikaa –hankkeesta.

Osallistumismaksu 30 euroa (sisältää lounaan seisovasta pöydästä, kahdet kahvit kahvileipineen, sekä seminaarin materiaaleineen).

Ilmoittautumiset

1. joulukuuta 2006 mennessä
Sininauhaliittoon
Hannele Ruotsalolle,
hannele.ruotsalo@sininauhaliitto.fi
(puhelin (09) 7206 1512).

Huom! Kerro laskutusosoite samalla kun ilmoittaudut!

Lisätietoja

www.tippavaara.info

Hankkeen ydintoimijat

Helsingin Diakonissalaitos
Ikäinstituutti
Tyynelän kehittämiskeskus
Sininauhaliitto
Sininauhasäätiö

Yhteistyökumppanit

Eläkeliitto ry
Eläkeläiset ry
Vanhustyön keskusliitto
Vanhus- ja lähimmäispalvelun liitto
Suomen Psykogeriatrinen yhdistys
Suomen Vanhusten turvakotiyhdistys
Omaishoitajat ja Läheiset -Liitto

Espoon, Helsingin, Haukivuoren, Pieksänmaan, Pieksämäen, Savonlinnan ja Vantaan kunnat.



Ikääntyminen ja alkoholi

VIDEO JA DVD



Ohjelmassa "Matin" tarina tuo esille, kuinka eläkkeelle jäämisen tuoma tyhjyys saattaa olla sysäys alkoholin käytön lisäämiseen. Ohjelma haluaa herättää kysymyksiä ja keskustelua alkoholin käyttöön liittyvistä riskitekijöistä. Yhtä yksiselitteistä tekijää ei "Matin" tai muidenkaan ikääntyvien alkoholin käytön taustalta ole löydettävissä, vaan syyt ovat yhtä moninaiset kuin muillakin ikäryhmillä.

Ohjelmassa tarkastellaan ikääntymiseen ja alkoholinkäyttöön liittyviä kysymyksiä niin lääketieteellisestä kuin psykososiaalisesta näkökulmasta käsin. Asiantuntijana on gastroenterologian sairaalalääkäri **Kalle Jokelainen** sekä oman tarinansa liikakäytön sosiaalisista syistä kertovat **Katriina** ja **Pauli**.

Videoon tavoitteena on synnyttää keskustelua asenteista sekä omista

ajatuksista liittyen alkoholiin ja ikääntymiseen. Sen tavoitteena on saada pohtimaan miten ikääntynyt itse tai hänen lähipiirinsä voi toimia, jos alkoholin käyttö huolestuttaa.

Video on tarkoitettu ikääntyvien omiin koulutus-, opintokerho- tms. tilaisuuksiin, mutta soveltuu hyvin myös yleiseen ehkäisevään päihdetyöhön. Video sopii niin alan opiskelijoiden kuin vanhus- ja päihdetyötä tekevien ammattilaisten käyttöön.

Video/dvd on tuotettu osana Liika on aina liikaa – ikääntyminen ja alkoholi -hanketta.



www.tippavaara.info

Tilaukset

Ikääntyminen ja alkoholi DVD-versiota _____ kpl à 30 €

Ikääntyminen ja alkoholi VHS-versiota _____ kpl à 30 €

Nimi _____

Lähiosoite _____

Postitoimipaikka _____

Puhelin _____

Yhteisö _____

- Olemme Eläkeläiset ry:n / Eläkeliitto ry:n jäsenjärjestö
 Olemme hankkeen ydintoimijan/yhteistyöjärjestön edustaja/jäsenyhdistys
 Muu yhteisö/toimija

Hintoihin lisätään toimituskulut.

Tilaukset tällä kupongilla (postimaksu maksettu), akvaario@sininauhaliitto.fi,
puh. vaihde (09) 7206 150, faksi (09) 7206 1531,
os. Krämertintie 2, 00620 HELSINKI

Sininauhaliitto
maksaa
postimaksun

Sininauhaliitto

Vastauslähetyksen
Sopimus 5007824

00003 HELSINKI