



KEUSOTE

Keski-Uudenmaan hyvinvointialue

Alueellinen ehkäisevän päihde- ja riippuvuustyön suunnitelma 2026-2030

KEUSOTE.FI

Sisällysluettelo

1. Johdanto
 1. Alueellinen ehkäisevän päihde- ja riippuvuustyön suunnitelma
 2. Ehkäisevä päihde- ja riippuvuustyö osana palveluketjuja
2. Keski-Uudenmaan hyvinvointialueella
 1. Käytetyt tilastot
 2. Yhteenvedoa/nostoja indikaattoritiedosta
3. Alueellisen hyvinvointisuunnitelman 2026-2030 painopisteet ja niihin liittyvät ehkäisevän päihde- ja riippuvuustyön tavoitteet, toimenpiteet ja mittarit
 1. Alueellisen hyvinvointisuunnitelman 2026-2030 painopisteet ja ehkäisevän päihde- ja riippuvuustyön tavoitteet, toimenpiteet ja mittarit
4. Alueellinen ehkäisevän päihde- ja riippuvuustyön suunnitelman 2026-2030 toimenpano ja raportointi
5. Liitteet

1. Johdanto



KEUSOTE
Keski-Uudenmaan hyvinvointialue

Taustaa

- Alueellinen ehkäisevän päihde- ja riippuvuustyön suunnitelma 2026–2030 on yksi hyvinvointialueen strategiaa toimeenpaneva asiakirja.
- Suunnitelma pohjautuu lakiin ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä (523/2015)
- Vaikka laki ei suoranaisesti vaadi hyvinvointialuetta valmistelemaan ehkäisevän päihdetyön suunnitelmaa, niin THL, STM ja AVI ohjaavat niitä tekemään alueellisen suunnitelman.
- Lakia ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä (523/2015) muutettiin 5 §:än osalta sote-uudistuksen yhteydessä (8.7.2022/549). Siinä säädetään että:
 - Ehkäisevä päihdetyö kuuluu sekä kunnan että hyvinvointialueen tehtäviin
 - Hyvinvointialue tukee alueensa kuntia ehkäisevän päihdetyön toteuttamisessa ja kehittämisessä
 - Hyvinvointialue vastaa ehkäisevästä päihdetyöstä omissa sosiaali- ja terveyspalveluissaan

Ehkäisevää päihdetyötä ohjaavia lakeja ja toimintaohjelma

- Laki ehkäisevän päihdetyön järjestämisestä 523/2015 (<https://www.finlex.fi/fi/laki/alkup/2015/20150523>)
- Ehkäisevän päihdetyön toimintaohjelma (2015) (https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/74726/STM_EPT-kansi_sisus_netti.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Alkoholilaki 1102/2017 (<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2017/20171102>)
- Tupakkalaki 549/2016 (<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2016/20160549>)
- Huumausainelaki 373/2008 (<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2008/20080373>)
- Arpajaislaki 1047/2001 (<https://www.finlex.fi/fi/laki/ajantasa/2001/20011047>)
- Päihde- ja riippuvuusstrategia, STM (https://julkaisut.valtioneuvosto.fi/bitstream/handle/10024/163002/STM_2021_17.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

Ehkäisevä päihdetyö - määritelmiä

Tavoitteena päihdehaittojen ehkäisy ja vähentäminen

Ehkäisevä päihdetyö kattaa alkoholin, tupakan, huumausaineiden ja muiden päihtymiseen käytettävien aineiden sekä rahapelaamisen aiheuttamien haittojen ehkäisyn. Ehkäisevän päihdetyön on perustuttava käytettävissä olevaan tieteelliseen näyttöön ja hyviin käytäntöihin. ([Ehkäisevä päihdetyö - Lupa- ja valvontavirasto](#))

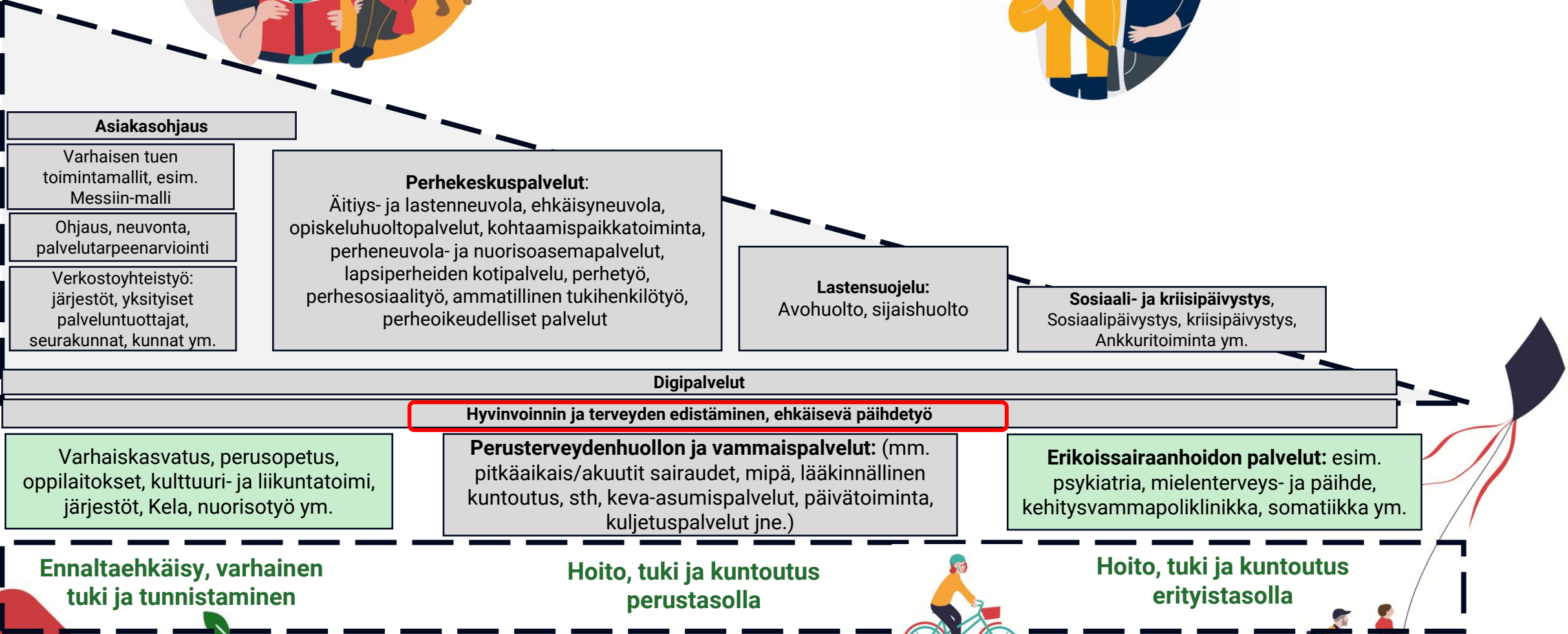
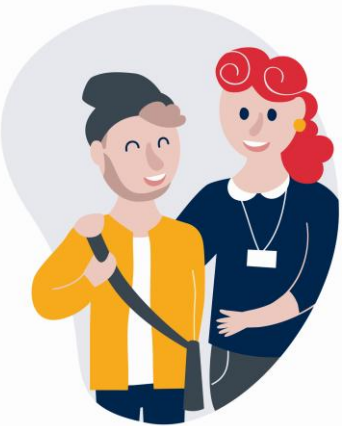
Ehkäisevän päihdetyön piiriin lasketaan alkoholi, nikotiinituotteet ja huumausaineet – sekä päihderiippuvuuden tapaista riippuvuutta aiheuttava rahapelaaminen. Ehkäisevällä päihdetyöllä vähennetään päihteiden ja rahapelien kysyntää, saatavuutta sekä päihteiden ja rahapelien käytöstä syntyviä haittoja. ([Mitä on ehkäisevä päihdetyö? - EHYT ry](#))

1.2. Ehkäisevä päihdetyö osana palveluketjuja

- Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen ja ehkäisevä päihde- ja riippuvuustyö on osa jokaista palveluketjua, sen läpileikkaavana periaatteena
 - Varhaisessa ennaltaehkäisevässä tuessa
 - Hoidossa, kuntoutuksessa ja tuessa perustasolla
 - Hoidossa, kuntoutuksessa ja tuessa erityistasolla
- Monialaisuus ja kumppanuus on toteutuksessa keskeistä
 - Palveluketju kattaa myös muut toimijat ja ulottuu esim. kouluihin, liikunta- ja kulttuuripalveluihin, järjestöihin ja yrityksiin
- Asukas, asiakas ja potilas on aktiivinen osallistuja
 - Oma rooli, tiedonsaanti, vaikuttaminen



LASTEN JA NUORTEN PALVELUKETJU



KEUSOTE
Keski-Uudenmaan hyvinvointialue



TYÖIKÄISTEN PALVELUKETJU



Asiakasohjaus

Yleinen palvelujen ja omahoidon ohjaus ja neuvonta.
Hoidon tarpeen arviointi

Sosiaalipalvelujen ohjaus ja neuvonta,
palvelutarpeenarviointi, taloudellinen tuki (täydentävä
ja ennakoiva toimeentulotuki ja sosiaalinen luototus)

Kumppanuusyhteistyö; järjestöt, yksityiset
palveluntuottajat, seurakunnat, kunnat ym.

Aikuissosiaalityö: jälkihuolto,
sosiaalinen kuntoutus, vammaisten
työ- ja päivätoiminta, mipä
asumisen palvelut, maaha
nmuuttajapalvelut

**Työ- ja toimintakyvyn edistämisen
palvelut** mm. Työ- ja työhön
valmennus, ammatillinen
tukihenkilötoiminta, kuntouttava
työtoiminta

Sosiaali- ja kriisipäivystys,
Sosiaalipäivystys, kriisipäivystys

Digitaaliset palvelumuodot

Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen, ehkäisevä päihdetyö

Sairauksien ennaltaehkäisy, -hoito ja kuntoutus

Valtio, kunnat ja 3. sektori:

Ammatillinen koulutus ammatinvalinta
ja urapalvelut, kulttuuri- ja liikuntatoimi,
järjestötoiminta, Kela

**Työterveys
-huolto**

Perusterveydenhuollon palvelut (mm. pitkäaikaissairaudet,
akuutit sairaudet, mielenterveys- ja päihdepalvelut, hoitotarvikkeet,
lääkinnällinen kuntoutus, suun terveys, seulptapalvelut, rokotukset)

TE palvelut
Työnhaku,
työkokeilut ja
-harjoittelut

Erikoissairaanhoidon palvelut (esim.
kirurgia, psykiatria, synnytykset)

**Ennaltaehkäisy, varhainen
tuki ja tunnistaminen**

**Hoito, tuki ja kuntoutus
perustasolla**

**Hoito, tuki ja kuntoutus
erityistasolla**



KEUSOTE
Keski-Uudenmaan hyvinvointialue

IKÄÄNTYNEIDEN PALVELUKETJU

Asiakasohjaus

Ohjaus ja neuvonta, mm. lähineuvontapisteet, terveydenhuollon omatiimit

Ohjaus, neuvonta ja ensiarviointi, palvelutarpeen arviointi, palvelujen koordinaatio ja asiakkaalle parhaan palvelukokonaisuuden muodostaminen

Verkostoyhteistyö: järjestöt, yksityiset palveluntuottajat, seurakunnat, kunnat ym.

Kotona asumista tukevat palvelut:
Tukipalvelut, kuntoutus, kuntouttava päivätoiminta, omaishoito, geriatrinen keskus (mm. muistikoordinaattorit), kotihoito, lyhytaikaiset asumispalvelut, terveydenhuollon palvelut (mm. lääkärin palvelut kotihoidon asiakkaille)

Sosiaali- ja kriisipäivystys,
Sosiaalipäivystys, kriisipäivystys

Ikääntyneiden asumispalvelut
Kotiutus- ja kuntoutustoiminta, yhteisöllinen ja ympärivuorokautinen asuminen

Digipalvelut

Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen, ehkäisevä päihdetyö

Kuntien hyvinvoinnin edistäminen, tontti – ja kaavoitus

Perusterveydenhuollon palvelut:
mm. akuutit sairaudet, pitkäaikaissairaudet, mielenterveys- ja päihdepalvelut, lääkinnällinen kuntoutus, suun terveys

Erikoissairaanhoidon palvelut

Ennaltaehkäisy, varhainen tuki ja tunnistaminen

Kotona asumisen tukeminen tuen, kuntoutuksen ja hoidon avulla

Hoito, tuki ja kuntoutus erityistasolla



KEUSOTE

Keski-Uudenmaan hyvinvointialue



Tilastot: väestötieto, päihteet



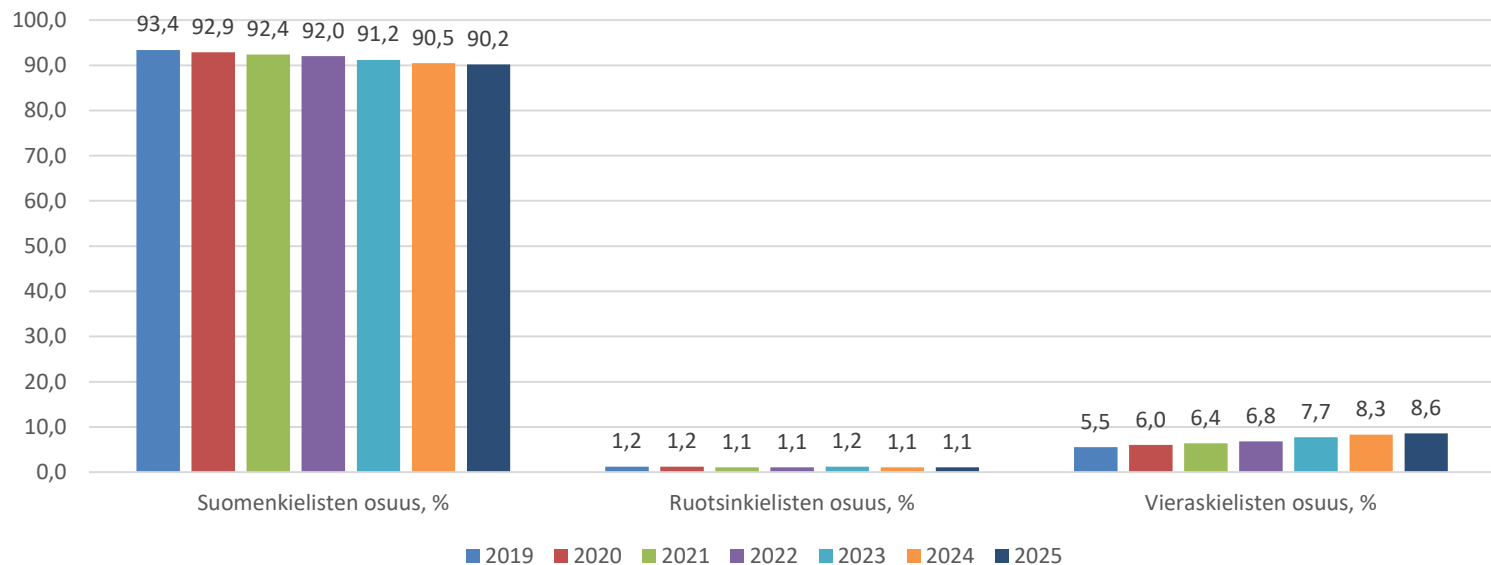
KEUSOTE
Keski-Uudenmaan hyvinvointialue



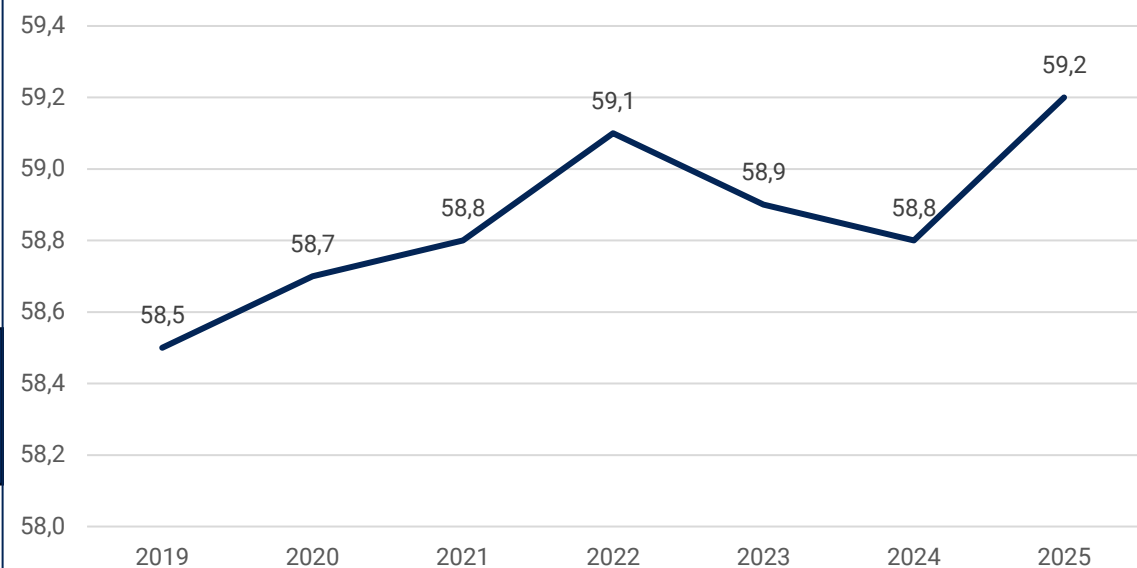
Väestön tunnuslukuja v. 2025

	Keusote	Hyvinkää	Järvenpää	Mäntsälä	Nurmijärvi	Pornainen	Tuusula
Väestö 31.12.	207551	47015	46944	20861	45333	4919	42479
Väkiluvun muutos	481	-16	73	-73	285	-42	254
Väkiluvun muutos, %	0,2	0,0	0,2	-0,3	0,6	-0,8	0,6
Alle 15-vuotiaiden osuus, %	16	13,8	15,6	16,8	18,1	16,5	16,4
15-64-vuotiaiden osuus, %	62,8	61,2	63,4	61,4	63,1	63,4	64,1
65 vuotta täyttäneiden osuus, %	21	25,0	21,0	21,8	18,8	20,0	19,4
Väestöllinen huoltosuhde	59,2	63,3	57,8	62,8	58,5	57,6	55,9
Keski-ikä, molemmat sukupuolet	43,1	45,3	42,6	43,5	41,8	43,3	42,6
Keski-ikä, miehet	41,8	43,7	40,9	42,3	40,7	42,7	41,5
Keski-ikä, naiset	44,5	46,9	44,2	44,7	42,9	43,9	43,6
Suomenkielisiä	187283	42342	41793	19433	40961	4611	38143
Suomenkielisten osuus, %	90,2	90,1	89,0	93,2	90,4	93,7	89,8
Ruotsinkielisiä	2353	426	486	152	575	114	600
Ruotsinkielisten osuus, %	1,1	0,9	1,0	0,7	1,3	2,3	1,4
Saamenkielisiä		1	4	7	1	0	0
Vieraskielisiä	17902	4246	4661	1269	3796	194	3736
Vieraskielisten osuus, %	8,6	9,0	9,9	6,1	8,4	3,9	8,8
Ulkomaan kansalaisia	12336	2730	3248	903	2723	128	2604
Ulkomaan kansalaisten osuus, %	5,9	5,8	6,9	4,3	6,0	2,6	6,1
Ulkomailla syntyneitä	16900	3916	4460	1250	3543	202	3529
Ulkomailla syntyneiden osuus, %	8	8,3	9,5	6,0	7,8	4,1	8,3
Ulkomaalaistaustaisia	18108	4249	4703	1271	3895	194	3796
Ulkomaalaistaustaisten osuus, %	9	9,0	10,0	6,1	8,6	3,9	8,9
Ev.lut kirkkoon kuuluvien osuus, %	60,8	60,6	57,4	66,4	62,0	65,5	60,1
Muihin uskontokuntiin kuuluvien osuus, %	2	2,4	3,0	1,8	2,3	1,8	2,4
Uskontokuntiin kuulumattomien osuus, %	36,8	37,1	39,6	31,7	35,7	32,6	37,5

Kielisyys v. 2019-2025, Keusote

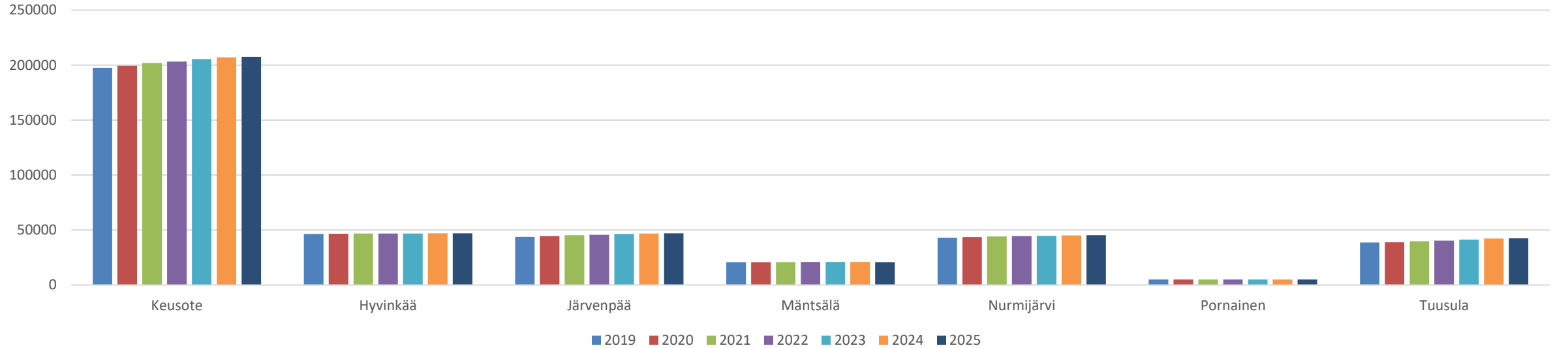


Väestöllinen huoltosuhde* v. 2019-2025, Keusote



***)** Väestöllinen (tai demografinen) huoltosuhde ilmaisee, kuinka monta alle 15-vuotiasta ja 65-vuotta täyttänyttä on sataa 15 - 64-vuotiasta (työikäistä) kohti. Mitä enemmän on lapsia ja/tai eläkeikäisiä, sitä korkeampi huoltosuhteen arvo on.

Väestö, Keusote



	2019	2020	2021	2022	2023	2024	2025	erotus 2019 / 2025 (N)	erotus 2024 / 2025 (N)	muutos% (2025 vs. 2024)
Keusote	197529	199330	201854	203192	205444	207070	207551	10022	481	0,2
Hyvinkää	46470	46576	46880	46797	46901	47031	47015	545	-16	0,0
Järvenpää	43711	44455	45226	45630	46490	46871	46944	3233	73	0,2
Mäntsälä	20721	20783	20837	20912	20957	20934	20861	140	-73	-0,3
Nurmijärvi	42993	43663	44127	44458	44785	45048	45333	2340	285	0,6
Pornainen	5035	5070	5066	5011	4973	4961	4919	-116	-42	-0,8
Tuusula	38599	38783	39718	40384	41338	42225	42479	3880	254	0,6



Miten päihteiden käyttö näkyy Keski-Uudellamaalla tilastoissa (erillinen liite)

Käytetyt tilastot

- Kouluterveyskysely 2025, THL
- Elämäni sankari hyvinvointikysely 2025
- Terve Suomi 2024, THL
- Kansallinen terveysindeksi 2019-2023, THL
- PYLL 2018-2022, FCG

Yhteenvetoa/nostoja indikaattoritiedosta(liite)

- Yhä useampi nuori ei käytä alkoholia, muutos parempaan suuntaan 2023-2025 (Kouluterveyskysely)
- Nuorten nikotiinipussien käyttö lisääntynyt 2023-2025 (Kouluterveyskysely)
- Viikoittainen rahapelaaminen lisääntynyt; pojat (Kouluterveyskysely)
- Päivittäin tupakoivien osuus lisääntynyt hieman 20-64v sekä yli 75v 2022-2024 (Terve suomi 2024)
- 65 täyttäneet miehet, humalahakuinen juominen lisääntynyt 2022-2024 (Terve suomi 2024)
- Vältettävissä olevat ennenaikaisesti menetetyt elinvuodet(PYLL)
 - Miehet TOP3 kuolinsyyt: itsemurhat, alkoholi, huumeet
 - Naiset TOP3 kuolinsyyt: rintasyöpä, alkoholi, huumeet

3. Alueellinen ehkäisevän päihde- ja riippuvuustyön suunnitelma 2026-2030



KEUSOTE
Keski-Uudenmaan hyvinvointialue

3.1. Alueellinen hyvinvointisuunnitelma 2026-2030 painopisteet ja tavoitteet



- Osallisuuden ja osallistumis- sekä vaikuttamismahdollisuuksien vahvistaminen

- Päihteiden käytön vähentäminen ja riippuvuuksien ehkäiseminen

- Mielen hyvinvoinnin ja toimintakyvyn vahvistaminen
- Koetun yksinäisyyden vähentäminen

Alueellinen ehkäisevän päihde- ja riippuvuustyön suunnitelma

Asukkaille hyvät arjen rutiinit

Asukkaille turvallinen arki

Asukkaiden mielen hyvinvoinnin ja työ- ja toimintakyvyn vahvistaminen

Alueellinen hyvinvointisuunnitelma 2026-2030

Hyvinvointialueen strategia 2026-2030: Hyvinvointia ja turvallisuutta asukkaille yhdessä

Painopiste	Tavoite	Toimenpide	Mittari
<p>1. Asukkaille hyvät arjen rutiinit (Edistetään asukkaiden fyysistä, psyykkistä, sosiaalista ja kulttuurista aktiivisuutta tukemalla arjen rutiineja, elintapoja ja kulttuuriosallistumista)</p>	<p>Osallisuuden sekä osallistumis- ja vaikuttamismahdollisuuksien edistäminen</p>	<p>Toteutetaan yhteistyössä Nuorten akatemian ja THL:n kanssa keväällä 2026 Järvenpäässä kokeilu. Kokeilussa käydään viidesluokkalaisten ja yhdeksäsluokkalaisten läpi kouluterveyskyselyn tuloksia johdetusti ja pohditaan ratkaisuja päihdeiden käytön vähentämiseksi – kokeilun perusteella pohditaan miten vastaavanlaista toimintaa voisi toteuttaa muissa kunnissa</p> <p>Ehkäisevä päihdetyö kuuluu kaikille: Vuositainen ilmiötyöpajatyöskentely alueen toimijoiden kanssa</p> <p>Huolehditaan ehkäisevään päihdetyöhön liittyvistä tapahtumista ja yhteisistä koulutuksista tiedottamisesta/toteuttamisesta alueella</p> <ul style="list-style-type: none"> • päihdetietoisuuden lisääminen • puheeksi ottaminen <p>Tuodaan esiin hyviä toimintakäytäntöjä säännöllisesti alueellisessa ehkäisevän päihdetyön ryhmässä</p> <p>Toteutetaan alueen asukkaille yhtenäinen päihdekysely syksyllä 2026 yhteistyössä Länsi- Uudenmaan -, Vantaa- Keravan-, ja Itä-Uudenmaan hyvinvointialueen</p>	<p>Toteutuneet keskustelut,kerrat,osallistujat ja niistä saatu palaute</p> <p>Toteutuneet ilmiötyöpajat, määrä / kerrat ja osallistujat ja niistä seuraavien toimenpiteiden seuraaminen</p> <p>Toteutuneet koulutukset ja tapahtumat määrä / kerrat ja osallistujat</p> <p>Toteutuneet hyvien käytäntöjen esittelyt</p> <p>Toteutunut kysely niistä seuraavien toimenpiteiden seuraaminen</p>

Painopiste	Tavoite	Toimenpide	Mittari
2. Asukkaille turvallinen arki	Vähennetään päihteiden käyttöä ja ehkäistään riippuvuuksia	<p>Nikotiinituotteet</p> <ul style="list-style-type: none"> • Tupakka- ja nikotiinivieroituksen toimintamallin laaja jalkauttaminen ja -yhdyshenkilöverkoston toiminnan vakiinnuttaminen • Alkoholi (kaikki) <ul style="list-style-type: none"> ○ Vahvistetaan AUDIT- ja AUDIT-C -testien toteuttamista palveluissa sekä mini-intervention tekemistä riskirajan ylittyessä (toimintamalli, osaaminen) • Rahapelaaminen perhekeskussuunnitelman tavoite <ul style="list-style-type: none"> ○ Verkkovanhempainilta rahapelihaitoista sekä viestinnällinen kampanjointi yhdessä perhepalvelujen kanssa(perhekeskussuunnitelma) ○ Puheeksioton vahvistaminen rahapelihaitoista • Ponnari – hanke - Tavoite ehkäistä nuorten huumekuolemia ja parantaa päihdepalvelujen saavutettavuutta Keusoten alueella. Mm(Hanke kytkeytyy THL:n Elossa 2025–2027 –ohjelmaan) <ul style="list-style-type: none"> • Matalan kynnyksen tuki - jalkautuva työ(Ponnaritiimi) • kehitetään yhteistä reagointimallia ja viestintäkanavia(Sosiaalitoimen, terveydenhuollon, etsivän nuorisotyön, oppilaitosten ja kolmannen sektorin työntekijät) • nuorten pääsyn päihdehoitoon nopeuttaminen ja katkeamattomien palveluketjujen varmistaminen • vahvistamalla yliannostusten ehkäisyä esimerkiksi naloksonikoulutusten ja -jakelun avulla • Elintapaohjaus: liikunta, ravitseminen, uni, alkoholin ja lääkkeiden yhteisvaikutukset 	<ul style="list-style-type: none"> • Tupakka- ja nikotiinituotteiden käytön mini-interventiot (IHA22) ja laajemmat interventiot (IHA30), muutos suhteessa ed. vuoteen • Alkoholin risiki- ja haitallisen käytön mini-interventiot (IHA21), muutos suhteessa ed. vuoteen • Verkkovanhempainilta rahapelihaitoista 1x/v • Hankkeen aikana kerätään jatkuvaa palautetta sekä nuorilta että yhteistyötahoilta. • Kokemusasiantuntijat ovat aktiivisesti mukana tiimin toiminnassa ja arvioinnissa. • Palautteen ja tilastotiedon perusteella toimintaa kehitetään koko hankekauden ajan.

Painopiste	Tavoite	Toimenpide	Mittari
<p>3. Asukkaiden mielen hyvinvoinnin ja työ- ja toimintakyvyn vahvistaminen (Tuetaan asukkaiden mielen hyvinvointia sekä työ-, toiminta- ja oppimiskykyä vahvistamalla elintapoja, resilienssiä*) ja palvelujen saavutettavuutta)</p> <p>*) Resilienssiä voidaan vahvistaa esim. mielen hyvinvoinnin tukemisella, sosiaalisten verkostojen ja osallisuuden vahvistamisella, elintapaohjauksella ja palvelujen saavutettavuudella sekä digitaitojen ja kansalaistaitojen kehittämällä</p>	<p>Vahvistetaan asukkaiden mielen hyvinvointia</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Yhteistyö järjestöjen kanssa yksinäisyyteen ja tukeen liittyvässä toiminnassa 	<ul style="list-style-type: none"> • Yksinäisyyttä kokevien määrä (kyselyt, palvelukohtaamiset) • RAI laatuindikaattori yksinäisyys(ikäihmiset) • Koettu yksinäisyys-mittari, TerveSuomi, THL
	<p>Tuetaan asukkaiden työ-, toiminta- ja oppimiskykyä</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Päihdeseulonnat ja neuvonta ikäystävällisesti (Audit-C, alkoholiriskien ohjaus) • Arjen taitojen vahvistaminen: unirytm, ravinto, lääkkeenotto-ohjaus 	<ul style="list-style-type: none"> • Audit-C tulosten kehitys ja riskikäyttäjien määrä (RAI mittarit, saadaan palveluissa olevat asiakkaat)

4. Toimeenpano ja seuranta



KEUSOTE
Keski-Uudenmaan hyvinvointialue

Toimeenpano ja seuranta

- Alueellinen hyvinvoinnin ja terveyden edistämisen ryhmä ja alueellinen ennaltaehkäisevän päihdetyön ryhmä vastaa suunnitelman toimeenpanosta, seurannasta ja raportoinnista
- Tavoitteiden toteutumisen raportointi ja niiden mahdollinen tarkentaminen tehdään vuosittain osana alueellista hyvinvointikertomusta
- Syksyn 2026 teematyöpajat osana toimeenpanoa

5. Liitteet

- Alueellinen hyvinvointikertomus 2020-2024
- Miten päihteiden käyttö Keusoten alueella näkyy eri tilastoissa(PDF)

