

**Mielekäs ja hyvinvoiva Nokia**

**Mielenterveys- ja päihdesuunnitelma 2019–2021**

**Sisällys**

[JOHDANTO 3](#_Toc536786599)

[1. SUUNNITELMAN LÄHTÖKOHDAT 4](#_Toc536786600)

[1.1. Kansallisen mielenterveys- ja päihdesuunnitelman painopisteet vuoteen 2020 saakka 4](#_Toc536786601)

[1.2. Pirkanmaan alueellinen hyvinvointikertomus 2017 -2020 4](#_Toc536786602)

[1.3. Nokian kaupungin hyvinvointisuunnitelma 2017 -2020 6](#_Toc536786603)

[1.4. Nokian Kaupunkistrategia 7](#_Toc536786604)

[1.5. Mielenterveys- ja päihdesuunnitelman taustatekijät 8](#_Toc536786605)

[2. MIELEKÄS JA HYVINVOIVA NOKIA 2019–2021 11](#_Toc536786606)

[2.1. Mielenterveys- ja päihdesuunnitelman arvot 11](#_Toc536786607)

[2.2. Mielenterveys- ja päihdesuunnitelman visio, kehittämisen painopisteet ja tavoitteet 11](#_Toc536786608)

[2.3. Seuranta ja arviointi 17](#_Toc536786609)

[LÄHTEET 18](#_Toc536786610)

[Liitteet 20](#_Toc536786611)

[Liite 1. Sotkanet indikaattorit 20](#_Toc536786612)

# JOHDANTO

Mielenterveyden edistäminen ja päihdehaittojen ehkäiseminen on keskeistä kuntalaisten hyvinvoinnin kannalta. Mielenterveyttä edistetään vahvistamalla mielenterveyttä suojaavia tekijöitä sekä vähentämällä riskitekijöitä. Päihdehaittoja voidaan vähentää vaikuttamalla päihteiden kysyntään, saatavuuteen ja haittoihin. Lapsuuden kasvuolosuhteet, psyykkinen ja sosiaalinen haavoittuneisuus sekä päihteiden helppo saatavuus ja käyttötapa ovat merkittäviä mielenterveys- ja päihdeongelmien riskitekijöitä.

Mielenterveyden häiriöt ja päihdehaitat ovat yleisiä kaikissa ikäryhmissä. Mielenterveyshäiriöitä arvioidaan olevan jopa viidesosalla lapsista ja neljäsosalla aikuisista. Alkoholin liikakäyttöä arvioidaan olevan jopa 40 %:lla miehistä ja 20 %:lla naisista. Lääkkeiden päihdekäyttö sekä huumausaineiden sekakäyttö on yleistynyt erityisesti 25 -34-vuotiaiden keskuudessa. Lisäksi rahapelaaminen on lisääntynyt kaikissa ikäryhmissä.

Mielenterveys- ja päihdeongelmia kohdataan yhä enemmän peruspalveluissa. Mielenterveys- ja päihdetyö kattaa edistävän ja ehkäisevän työn lisäksi hoidon ja kuntoutuksen. Ongelmien varhainen tunnistaminen on tärkeää ja vaikuttaa keskeisesti palveluiden riittävyyteen ja saatavuuteen. Pitkäjänteisellä ehkäisevällä mielenterveys- ja päihdetyöllä voidaan merkittävästi vähentää kasvavia mielenterveys- ja päihdehaittoja. Palveluiden kehittäminen edellyttää verkoston kokoamista ammattilaisista, päättäjistä, kolmannen sektorin toimijoista ja kuntalaisista.Mielenterveys- ja päihdetyön painopistettä tuleekin siirtää korjaavista erityispalveluista ehkäisevään työhön ja varhaiseen tunnistamiseen.

Olemme menossa kohti Sote -uudistusta. Tulevaisuudessa mielenterveys- ja päihdepalvelut ovat pääsääntöisesti maakunnan hallinnoimaa toimintaa. Ehkäisevä päihdetyö on kuitenkin jäämässä kunnalliseksi toiminnaksi. Perustasolla tulee olla neuvonnan ja ohjauksen lisäksi myös hoitoa mielenterveys- ja päihdepotilaille. Uudistuksessa tulee turvata kolmannen sektorin tärkeän työn jatkuvuus, jotka järjestävät pääsääntöisesti etsiviä ja matalankynnyksen palveluja. Uudistuksessa on tavoitteena parantaa yhteistyötä, selkiyttää koordinointia ja lisätä osaamista. Lisäksi sähköisiä palveluja lisätään. Mielenterveys- ja päihdeasiakkaat tulevat tarvitsemaan vahvaa palveluohjausta voidakseen käyttää valinnanvapautta tai hankkia palveluja.

Nokian mielenterveys- ja päihdesuunnitelman; Mielekäs ja hyvinvoiva Nokia on päivittänyt Nokian kaupunginjohtajan nimeämä mielenterveys- ja päihdetyön ryhmä:Terhi Leskinen, Taru Parsiala, Päivi Hakanen, Mirja Laitinen, Sanna Koivukangas, Elina Kekki, Anna Lappeteläinen, Salla-Maria Lehtinen, Riikka Katajainen, Kirsti Hallikainen ja Pia Heinonen.

Keskeisenä ajatuksena suunnitelmassa on se, että mielenterveys- ja päihdetyö kuuluu meille kaikille!

# 1. SUUNNITELMAN LÄHTÖKOHDAT

Nokian mielenterveys- ja päihdesuunnitelma 2019 -2021 pohjautuu kansalliseen kehittämislinjaukseen, alueelliseen- ja paikalliseen hyvinvointisuunnitelmaan sekä kaupunkistrategiaan.

## 1.1. Kansallisen mielenterveys- ja päihdesuunnitelman painopisteet vuoteen 2020 saakka

Kansallisessa mielenterveys- ja päihdesuunnitelmassa 2009 -2015 linjattiin mielenterveys- ja päihdetyön keskeiset periaatteet. Suunnitelmassa oli neljä painopistealuetta: asiakkaan aseman vahvistaminen, mielenterveyttä ja päihteettömyyttä edistävä ja ongelmia ehkäisevä työ, mielenterveys- ja päihdepalvelujen järjestäminen sekä ohjauskeinojen kehittäminen. Ulkoisen loppuarvioinnin mukaan suunnitelmalla oli myönteinen vaikutus erityisesti tietoisuuden lisääntymiseen, asiakkaan aseman vahvistamiseen, edistävän ja ehkäisevän työn- sekä palvelujärjestelmän kehittämiseen. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2016.)

Kansallisen mielenterveys- ja päihdesuunnitelman toimeenpanon ohjausryhmä esitti loppuraportissaan, että vuoteen 2020 saakka asiakkaan asemaa vahvistetaan monipuolistamalla palveluja, jonka seurauksena palvelut ovat saavutettavia ja saatavuudeltaan riittäviä sekä ottamalla käyttöön yhdenvertaisuutta tukevia keinoja asiakkaan valinnanvapauden toteuttamisessa. Monimuotoisten avopalvelujen ja sähköisten palvelujen kehittämistä jatketaan. Vakiinnutetaan kokemusasiantuntijuuden käyttöä, omaisia ja läheisiä huomioivia työmuotoja sekä otetaan käyttöön kuntoutumista ja työhön pääsyä tukevia toimenpiteitä. Edistävää ja ehkäisevää työtä lisätään ja toteutetaan eri hallinnonaloilla. Itsemurhien ehkäisyä jatketaan, mielenterveystaitoja vahvistetaan sekä peruspalveluissa otetaan kattavasti käyttöön edistävän-, ehkäisevän työn ja varhaisen tunnistamisen että hoidon menetelmät. Palvelujen järjestämisessä ja hankinnoissa otetaan huomioon mielenterveys- ja päihdeongelmaisten erityiset tarpeet huomioiden haavoittuvimmat ryhmät. Mielenterveys- ja päihdetyön ohjauksen kehittämisessä keskeistä on tietopohjan parantaminen, vaikuttavien palvelujen riittävä tarjonta sekä tulevien sosiaali- ja terveydenhuollosta vastaavien alueiden ja kuntien välinen yhteistyö. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2016.)

## 1.2. Pirkanmaan alueellinen hyvinvointikertomus 2017 -2020

”Mielekästä elämää” -Pirkanmaan mielenterveys- ja päihdestrategia 2013 -2016 linjasi alueellisesti mielenterveys- ja päihdesuunnitelmia. Strategian painopisteinä olivat lasten ja lapsiperheiden hyvinvointi, nuorten hyvinvointi ja osallisuus, työikäisten mielenterveys- ja päihdeongelmien hoito sekä ikääntyvien mielenterveys- ja päihdeongelmien varhaistunnistus. Alueellisen strategian tavoitteena oli tukea vanhemmuutta sekä myönteistä lapsuuden, nuoruuden ja aikuisuuden kehittymistä, ehkäistä nuorten syrjäytymistä, vähentää ennenaikaista eläkkeelle jäämistä mielenterveys- ja käyttäytymisen häiriöiden perusteella, ylläpitää työkykyä ja edistää perheiden hyvinvointia sekä edistää ikääntyvien psyykkistä hyvinvointia, elämänlaatua, toimintakykyä ja itsenäistä kotona selviytymistä. (Varjonen -Toivonen, 2013.)

Strategian loppuarvioinnissa toimiviksi käytännöiksi muotoutuivat henkilökunnan osaaminen ja vahva ammattitaito, paikalliset ja hyvin toimivat hoitamisen käytännöt, vaikuttavien hoitomenetelmien ja ehkäisevän työn menetelmien käyttö, matalan kynnyksen palveluiden tarjoaminen, sote- integraation eteenpäinvieminen kunnissa, kokemusasiantuntijuuden käyttö, digitaalisuuden lisääminen ja kuntien osaamisen hyödyntäminen. Kehittämistarpeiksi nimettiin: hoidon kokonaisuuden pirstaleisuuden hallinta ja hoitoprosessin toimivuus, koska palvelut eivät muodosta tällä hetkellä toimivaa kokonaisuutta, hoitoon pääsemisessä on vaihtelua ja palvelutarpeen arvioinneissa on haasteita. Hoidon sisällössä ja laadussa on kehitettävä matalan kynnyksen hoitoa ja ennaltaehkäiseviä palveluja sekä päihteettömyyttä tukevia hoitoja. Vaikuttavia hoitomenetelmiä on otettava käyttöön laajamittaisesti ja terapiapalveluita on otettava käyttöön myös perustasolla. Kehittämistarpeena tulevaisuudessa ovat myös yhteiset tietojärjestelmät, resurssien ja osaamisen kohdentaminen parhaalla mahdollisella tavalla, yhteistyön lisääminen ja palvelutarjonnan yhdenmukaistaminen kuntien välillä sekä kolmannen sektorin laadun varmistaminen ja monipuolisuus. (Pirkanmaa 2019.)

Tällä hetkellä alueellinen mielenterveys- ja päihdestrategia on osa Pirkanmaan alueellista hyvinvointikertomusta, jonka taustalla on alueellinen hyvinvointisuunnitelma 2017 -2020. Alueellisina painopisteinä mielenterveys- ja päihdetyön näkökulmasta ovat:

* Lasten ja nuorten hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen, jossa tavoitteena on perheiden tukeminen ja mielen hyvinvoinnin seuraaminen.
* Ikäihmisten elämänhallinnan edistäminen, joka tapahtuu osallisuuden ja sosiaalisten verkostojen sekä toimintakyvyn lisäämisen avulla.
* Päihteettömän elämäntavan tukeminen, joka mahdollistuu lisäämällä viestintää ja päihteettömyyttä edistäviä valmiuksia sote ammattilaisten työssä.
* ”Savuttomuudesta terveyttä” teema, johon päästään lisäämällä viestintää savuttomuuden hyödyistä ja edistämällä savuttomuutta kouluissa.

(Varjonen -Toivonen, 2017.)

## 1.3. Nokian kaupungin hyvinvointisuunnitelma 2017 -2020

Nokian kaupunginvaltuusto hyväksyi 2017 Nokian kaupungin hyvinvointisuunnitelman vuosille 2017 -2020. Mielenterveys- ja päihdesuunnitelmassa hyvinvointisuunnitelman kaikki painopistealueet ovat vahvasti mukana. (Nokian kaupunki 2017.)

Hyvinvointisuunnitelmassa lasten ja perheiden hyvinvoinnin tavoitteena on, että hyvinvointierot ovat kaventuneet ja hyvinvointi on parantunut. Tämä tarkoittaa, että palvelut ovat nykyistä lapsi- ja perhelähtöisemmät, aktiivisuutta edistävät, kustannustehokkaammat ja paremmin yhteen sovitetut.

Nuorten ja nuorten aikuisten hyvinvoinnin tavoitteena on elämänhallinnan ja terveystottumusten parantuminen. Tämä tarkoittaa, että nuoret ja nuoret aikuiset löytävät oman elämänsä suunnan, osallisuus ja päihteetön elämä yleistyvät. Oheisessa taulukossa on koottuna hyvinvointisuunnitelman toimenpiteet ja arviointimittarit.

Taulukko 1. Nuoret ja nuoret aikuiset: toimenpiteet sekä arviointimittarit

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Toimenpiteet ja vastuutaho | Resurssit | Arviointimittarit |
| Nuorille tarjotaan tukea elämän murroskohtiin kehittämällä edelleen yhteistyötä eri toimijoiden kesken | Sote-palveluhenkilöstö, sivistyspalvelujohto ja -henkilöstö, työllisyyspalveluhenkilöstö, hyvinvointiryhmä, työllisyyden hoidon ryhmä | Talous- ja toimintasuunnitelma, hyvinvointitilinpäätös |
| Nuorten osallisuus otetaan toimintatavaksi päätöksenteossa ja palveluissa | Kaupungin johto ja henkilöstö, luottamusmiehet, nuorisovaltuusto | Talous- ja toimintasuunnitelma, kouluterveyskysely, Tampereen kaupunkiseudun nuorisokysely, EVA-menettelyt |
| Nokian kouluihin ja toisen asteen oppilaitoksiin laaditaan ehkäisevän päihdetyön suunnitelma, joka sisältää toimintamallin ehkäisevään päihdetyöhön ja varhaiseen puuttumiseen, yhteistyöhön ja hyvinvoinnin vahvistamiseen | Sivistyspalvelujohto, sote-asiantuntijat, koulujen työntekijät, vanhempainyhdistykset, nuorisotyöntekijät | Koulujen ja oppilaitosten opetussuunnitelmat, talous- ja toimintasuunnitelma, hyvinvointitilinpäätös, Tampereen kaupunkiseudun nuorisokysely, kouluterveyskysely, nuorten päihdemittari (ADSUME) |

Työikäisten hyvinvoinnin tavoitteena on elintapojen kehittyminen myönteiseen suuntaan, aktiivisuuden ja hyvien ravitsemustottumusten myötä ja sairastavuuden sekä päihteidenkäytön vähentyminen (Nokian kaupunki 2017).

Taulukko 2. Työikäiset: Toimenpiteet ja arviointimittarit

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Toimenpiteet ja vastuutaho | Resurssit | Arviointimittarit |
| Päihteettömyyden edistämisen valmiuksia vahvistetaan kehittämällä palveluverkkoa ja -ohjausta | Sote-palvelut vahvistettuna kolmannen sektorin toimijoilla, hyvinvointiryhmä, teemaryhmät, viestintäyksikkö | TEA-viisari -tiedonkeruu, Mielenterveys- ja päihdesuunnitelma ja -arviointi hyvinvointitilinpäätöksen yhteydessä, palveluverkon ja ohjauksen toiminnallinen arviointi |

Ikääntyvien hyvinvoinnin tavoitteena on osallinen ja toimintakykyinen kuntalainen, jonka yksinäisyyden kokemukset ovat vähentyneet ja toimintakyvyn ylläpitämisen edellytykset ovat parantuneet (Nokian kaupunki 2018).

## 1.4. Nokian Kaupunkistrategia

Nokian kaupunkistrategian (2017) "Elinvoimainen ja ekologinen Nokia 2027" missioksi on määritelty ”Hyvinvoivat nokialaiset”. Visioksi strategiassa on määritelty "Elinvoimainen, ekologinen Nokia". Toimintaa ohjaavina periaatteina ovat palvelu, välittäminen, toimiminen fiksusti (taloudellisesti) ja uudistuminen. Kaupunkistrategia tarjoaa hyviä lähtökohtia mielenterveys- ja päihdetyön kehittämiselle seuraavien strategisten tavoitteiden avulla:

* Aktiivinen ja hyvinvoiva nokialainen
* Kasvua mahdollistava kaupunkirakenne ja liikenneverkko
* Pirkanmaan paras yrityskunta
* Kestävät ratkaisut ja ekologiset teknologiat
* Rohkeat uudet toimintamallit

Aktiivinen ja hyvinvoiva kuntalainen toimii ennaltaehkäisevästi lisätäkseen omaa henkistä hyvinvointiaan ja vähentääkseen päihteiden haittoja. Hän käyttää hyödykseen matalan kynnyksen palveluja, kun niihin on tarvetta. Lisäksi tuetaan nokialaisten omaa vastuuta ja päätöksentekoa hyvien valintojen lisäämiseksi. Ammattilaisilta kuntalaisten hyvinvoinnin tukeminen ja lisääminen edellyttää palveluverkon yhtenäistämistä, siten että asiakkaan tarvitessa ennaltaehkäiseviä tai jo korjaavia palveluita on palveluprosessi selkeä. Rohkeita uusia toimintamalleja on syytä kehittää lisää palvelemaan kuntalaisia, digitaalisuuden lisääminen mahdollistaa itsehoidon ja ennaltaehkäisyn tai nopean saavutettavuuden paranemisen. (Nokian kaupunki 2017/2.)

## 1.5. Mielenterveys- ja päihdesuunnitelman taustatekijät

Paikallisten mielenterveys- ja päihdeolojen kuvaamisessa on käytetty apuna tilasto- ja indikaattoripankki SOTKA-netin (Liite 1.), kouluterveyskyselyn tilastotietoja vuodelta 2017 ja Nokian kaupungin hyvinvointikertomusta 2013 -2016.

Sosioekonomisista tekijöistä työttömyys on yhteydessä mielenterveys- ja päihdepalveluiden tarpeen kasvuun. Pitkäaikaistyöttömyys on vakava mielenterveys- ja päihdehäiriön riskitekijä etenkin miehille. Yleinen työttömyysaste sekä koulutuksen ulkopuolelle jääneiden 17 – 24-vuotiaiden määrä ennakoivat päihdehaittojen kasvua. Myös toimeentulovaikeudet lisäävät mielenterveys- ja päihdeongelmien riskiä. Nokialla työttömien ja toimeentulotukea saavien määrä on kasvanut ja toimeentulovaikeuksia arvioidaan olevan joka viidennellä taloudella. (Nokian kaupunki 2017.)

Nokian kaupungin omien seurantatilastojen mukaan lapsiperheiden sosiaalipalveluiden käyttö on noussut, lapsiperheiden kotipalvelun piirissä olevien perheiden määrä on lisääntynyt ja samalla tarve parisuhdetyölleon lisääntynyt. Lastensuojeluilmoitusten määrä on myös nousussa, vuonna 2014 tehtiin 581 ilmoitusta kun vuonna 2017 niitä tehtiin 642. Tehdyissä ilmoituksissa perheväkivallan osuus oli nousussa. (Nokian kaupunki 2017.) Perhekeskuksen käyntimäärät ovat kasvaneet 18,7 % ja asiakasmäärät 9,6 % vuodesta 2016 vuoteen 2017. Käyntimäärien lisääntymisen taustalla yhtenä selittävänä tekijänä on se, että asiakkaiden tilanteet ovat haastavampia ja monitahoisempia kuin aiemmin. (Perhekeskus.)

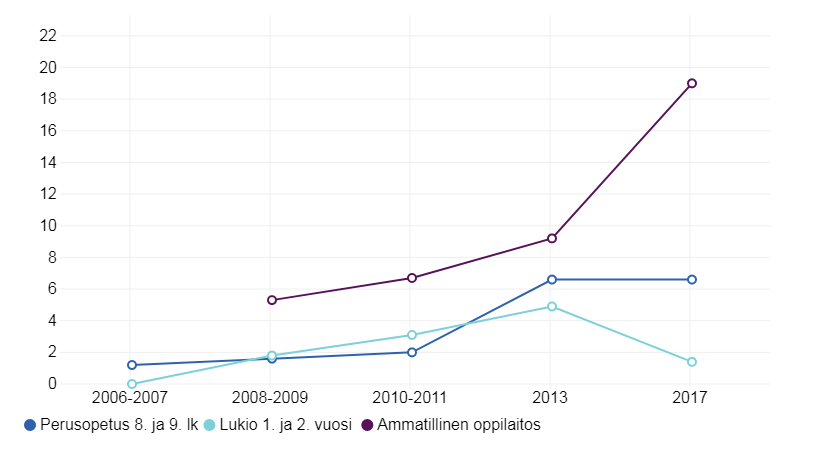
Nuorten yksinäisyyden ja ahdistuneisuuden kokemukset ovat lisääntyneet kouluterveyskyselyn tulosten mukaan. Erityisesti lukioikäiset tytöt kokevat olevansa merkitsevästi ahdistuneempia kuin muut vastaavan ikäiset. Kouluterveyskyselyn mukaan kokemus koulukiusaamisesta on lisääntynyt ammatillisessa koulutuksessa kun taas lukiossa kokemus koulukiusaamisesta on vähentynyt. Toisaalta koulunkäynnin mielekkyys on lisääntynyt ammatillisessa koulutuksessa, noin 82,2 % kyselyyn vastanneista pitää koulunkäynnistä. Kun taas lukiossa koulunkäynnin mielekkyys on laskenut yli 10 % edelliseen kyselyyn verrattuna. (Terveyden- ja hyvinvoinninlaitos 2017.)

Nuorten varhaiset päihdekokeilut sekä koulunkäyntiin liittyvät vaikeudet tai koulutuksen ulkopuolelle jääminen lisäävät mielenterveys- ja päihdeongelmien riskiä sekä palveluiden kysynnän kasvua. Nokialla nuorten päihteiden käyttö onkin kaupunkiseutua yleisempää. (Sotkanet 2018, Liite 1.)

Alkoholijuomien myynti on vähentynyt Nokialla, kun taas tilastoimattoman alkoholin kulutus on kokemuksen mukaan lisääntynyt (Nokian kaupunki 2017). THL:n Kouluterveyskyselyn (2017) mukaan nuorten alkoholinkäyttö on Nokialla vähentynyt 8. ja 9. luokan oppilaiden ja ammatillisen oppilaitoksen opiskelijoiden kohdalla. Yleinen havainto yläkoulu- ja ammattikouluikäisten osalta kouluilla, nuorisotiloilla ja SPR:n katutyössä on, että esimerkiksi humalahakuinen juominen on vähentynyt tai niiden nuorten määrä, jotka käyttävät usein alkoholia. Kuitenkin on havaittavissa, että muu päihtymistarkoituksessa käytetty aine esim. kannabis tai lääkkeiden väärinkäyttö näkyy katukuvassa enemmän ja arkikokemuksen mukaan päihteidenkäyttö on lisääntynyt laittomien päihteiden, erityisesti kannabiksen osalta merkittävästi.

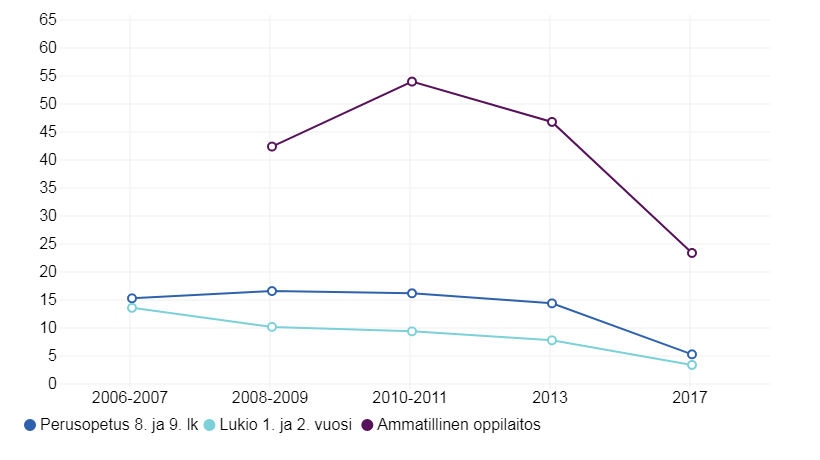
Nuuskan käyttö on lisääntynyt huolestuttavasti Nokialla, erityisesti ammatillisen oppilaitoksen 1. ja 2. vuoden opiskelijoiden kohdalla. Päivittäin nuuskaa ilmoitti käyttävänsä 19 % ammatillisen oppilaitoksen opiskelijoista, kun vuonna 2015 vastaava luku oli n. 13 %. (Taulukko 3). Rahapelejä viikoittain pelaavien nuorien määrä on Kouluterveyskyselyn mukaan merkitsevästi nousussa 8. ja 9. luokkalaisten sekä lukion opiskelijoiden keskuudessa. (Terveyden- ja hyvinvoinninlaitos 2017.)

Taulukko 3. Nuuskan käyttö



Positiivisena muutoksena on se, että Kouluterveyskyselyn (2017) mukaan päivittäin tupakoivien määrä (Taulukko 4.) on vähentynyt merkittävästi, erityisesti ammatillisen opetuksen keskuudessa.

Taulukko 4. Tupakoi päivittäin, %



Työikäisten osalta Sotkanetin tilaston mukaan depressiolääkkeistä korvausta saaneiden määrä on vähentynyt Nokialla, kuten valtakunnallisestikin, merkittävästi. Poliisin tietoon tulleet henkeen ja terveyteen kohdistuneet rikokset ovat hieman lisääntyneet, kuten myös huumausainerikokset. Rattijuopumusten määrä on edelleen yli seutukunnan. Kokemuksellisen tiedon mukaan monipäihde- ja rahapeliongelmat ovat kasvaneet. Hoitoon ohjautuminen on tehostunut ja kynnys palveluiden piiriin pääsyn osalta madaltunut. Mielenterveys- ja päihdepalvelujen neuvonta- ja ohjausajan käyttö on lisääntynyt, jolloin ongelmiin on mahdollista puuttua aiemmin. Päihdehuollon avopäihdehoidossa olevien määrä on ollut kasvussa. Tehostetun varhaisen puuttumisen avulla pyritään ehkäisemään ja vähentämään runsaasti päihteitä käyttävien toimintakyvyn laskua. (Nokian kaupunki 201.)

Ikäihmisten kohdalla masennuksen kokemukset ja yksinäisyys kuvautuvat indikaattoreista, kuitenkin depressiolääkkeistä korvausta saaneiden yli 65-vuotiaiden määrä on samaa tasoa kuin seutukunnalla (Nokian kaupunki 2017, Sotkanet 2018). Ikääntyvien yksinäisyyden kokemukset ja masennus lisäävät alkoholinkäytön riskiä. Valtakunnallisen vanhuspalvelulain selvityksen mukaan ikääntyvät tarvitsevat enemmän päihde- ja mielenterveyspalveluita. Osana Ikäneuvo-hanketta on Nokialla käynnistetty Lähitori toiminta. Lähitorin keskeisiä tavoitteita on mm. tarjota ikääntyneille ja heidän läheisilleen neuvontaa ja ohjausta sekä mahdollisuus kohdata muita ikäihmistä, osallistua erilaisiin tapahtumiin ja ryhmätoimintaan sekä löytää mielekästä tekemistä vapaaehtoistyöstä. (Nokian kaupunki 2018.)

# 2. MIELEKÄS JA HYVINVOIVA NOKIA 2019–2021

Suunnitelman *missiona* on kehittää palvelurakennetta ja -kulttuuria sekä ammatillisia toimintakäytäntöjä niin, että palvelut muodostavat toiminnallisen kokonaisuuden, hoito- ja palveluketjut ovat koordinoituja ja ongelmat tunnistetaan mahdollisimman varhaisessa vaiheessa.

## 2.1. Mielenterveys- ja päihdesuunnitelman arvot

Mielenterveys- ja päihdetyön kehittämisen arvot ovat:

**Ammatillisuus**

Ammatillinen toiminta perustuu asiakkaan ja potilaan oikeuksiin, jotka takaavat oikeuden laadultaan hyvään palveluun ja kohtaamiseen. Työntekijöillä on ammatillista osaamista, joka vastaa työn ammatillista vaativuutta.

**Asiakaslähtöisyys**

Palvelut räätälöidään ottamalla huomioon yksilölliset tarpeet sekä läheiset ja lähiyhteisö. Palvelunkäyttäjä kohdataan tasavertaisena kumppanina ja aktiivisena toimijana. Palvelutoiminnassa vahvistetaan palvelunkäyttäjän omahoitoa sekä vastuuta omasta hyvinvoinnista.

**Yhteisöllisyys ja osallisuus**

Mielenterveys- ja päihdetyön kehittämisessä lisätään ammatillista vuoropuhelua ja osaamisen vaihtoa sekä hyödynnetään kokemusasiantuntijuutta ja vertaistukea. Palvelunkäyttäjälle annetaan tietoa sekä varmistetaan palveluprosessin läpinäkyvyys.

## 2.2. Mielenterveys- ja päihdesuunnitelman visio, kehittämisen painopisteet ja tavoitteet

Suunnitelman *visiona* on vahvistaa peruspalveluiden voimavaroja, osaamista ja palvelukokonaisuutta sekä edistää kuntalaisten omaa ja järjestöjen toimintaa mielenterveyden ja päihteettömyyden edistämiseksi.

|  |
| --- |
| ***Tavoitteena on vahvistaa mielenterveyttä ja päihteettömyyttä suojaavia tekijöitä sekä vähentää mielenterveys- ja päihdeongelmien riskitekijöitä. Palveluita kehitetään toiminnallisena kokonaisuutena. Palveluiden suunnittelussa ja toteuttamisessa hyödynnetään järjestöjen ja kuntalaisten omaa toimintaa mielenterveyden ja päihteettömyyden edistämiseksi.*** |

Visiossa painotetaan ennaltaehkäisevän työn merkitystä, palveluiden koordinointia ja kehittämistä kokonaisuutena, jolloin hoitopolku ei pirstaloidu. Lisäksi mielenterveys- ja päihdehäiriöiden ennaltaehkäisyssä ja hoidossa on kolmannella sektorilla merkittävä tehtävä. Kuntalaisten omaa aktiivisuutta hyvinvoinnin lisäämiseksi on tuettava.

Suunnitelman keskeiset painopistealueet ovat:

* **Palveluita kehitetään toiminnallisena kokonaisuutena** – ajatuksella mielenterveys- ja päihdetyö kuuluu kaikille
* **Lasten, nuorten ja perheiden hyvinvointia ja päihteetöntä elämäntapaa edistetään** tukemalla vanhempien kasvatustehtävää
* **Työikäisten mielenterveys- ja päihdehoito järjestetään asiakaslähtöisesti** avohoitona ja lähipalveluna
* **Ikääntyvien mielenterveys- ja päihdeongelmien varhainen tunnistaminen** ja hoito

Taulukko 5. Suunnitelman painopisteet ja tavoitteet

**Painopiste: Palveluita kehitetään toiminnallisena kokonaisuutena ajatuksella mielenterveys- ja päihdetyö kuuluu kaikille**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Tavoitteet | Toimenpiteet | Vastuutaho | Arviointimittarit | Aikataulu |
| Siirretään mielenterveys- ja päihdetyön painopistettä korjaavista erityispalveluista ehkäisevään työhön ja varhaiseen tunnistamiseen. | Lisätään matalankynnyksen palveluita ja ennaltaehkäiseviä työtapoja ja menetelmiä | Perusturvajohtaja, perusturvan palvelualueiden esimiehet ja henkilöstö | Käyntimäärät psykososiaalisissa palveluissa: koulu- ja opiskeluterveydenhuolto, oppilas- ja opiskeluhuolto, perhekeskus, mielenterveys- ja päihdepalvelut (neuvonta- ja ohjausajan käyttö), laitos- ja avokatkaisujen määrä/ vuosi, lastensuojelun sijaishuollon hoitovuorokaudet/vuosi  NOSTE kioskin kävijämäärät/vuosi | vuosittain |
| Vahvistetaan perus- ja avopalveluita, lisätään konsultatiivista työotetta, koulutusta ja palveluiden koordinointia. | Yhteistyön lisääminen eri palvelualueiden välillä  Henkilöstön kouluttaminen |  | Henkilöstöresurssin lisäys/vuosi  Henkilöstölle järjestetyt koulutukset/vuosi | vuosittain |
| Otetaan huomioon läheisten tuen tarve, tarjoamalla keskustelua tai ohjaamalla kolmannen sektorin palveluihin (FinFami ym.). | Lapset puheeksi mallin käyttöönotto jokaisessa palvelukeskuksessa sekä omaisen jaksamisesta kysyminen |  | Nokialaisten yhteydenotot omaisjärjestöihin esim. FinFami ry:n/vuosi  Lapset puheeksi malliin koulutettujen määrä | vuosittain |
| Tuetaan kuntalaisten omahoitoa ja hyödynnetään kokemusasiantuntijuutta kehittämisessä. | Motivoidaan kuntalaisia kolmannen sektorin toimintaan  Kerätään asiakaspalautetta aktiivisesti ja hyödynnetään sitä. |  | Sosiaalityön asiakasraati, (kokemusasiantuntijuus)  Asiakaspalaute | vuosittain |

**Painopiste: Lasten, nuorten ja perheiden hyvinvointia ja päihteetöntä elämäntapaa edistetään tukemalla vanhempien kasvatustehtävää.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Tavoitteet | Toimenpiteet | Vastuutaho | Arviointimittarit | Aikataulu |
| Tuetaan lapsia, nuoria ja perheitä ensisijaisesti omassa lähiympäristössään tukemalla vanhempien kasvatustehtävää ja kasvuympäristön suojaavia tekijöitä. | Toteutetaan hyvinvointia tukevaa ehkäisevää työtä, ongelmien varhaista tunnistamista ja ohjataan tarpeenmukaiseen hoitoon | Sosiaalityön johtaja, palvelualueiden esimiehet ja henkilöstö, koulujen oppilashuolto | Kouluterveyskyselyn ja SOTKA-netin indikaattorit (humalajuominen, huumeiden. tupakan ja nuuskan käyttö, koettu ahdistuneisuus)  Käyntimäärät psykososiaalisissa palveluissa: perhekeskus (neuvolapsykologit, perheneuvola ja nuorisotiimi)  Lapsiperheiden sosiaalityön, perhetyön ja kotipalvelun käynnit/vuosi  Oppilas- ja opiskeluhuollon käynnit/vuosi | vuosittain |
| Selkiytetään hoitopolkuja ja varmistetaan hoidon jatkuvuus | Sovitaan käytännöistä hoidon siirtyessä toiseen yksikköön. |  | Prosessikuvaukset hoitopoluista ja selkeät yhteistyösopimukset yksiköissä | 12/2021 |
| Luodaan erityistä tukea tarvitsevia lapsia, nuoria ja perheitä varten monialaisia toiminta- ja yhteistyökäytäntöjä, pyritään tukemaan heitä lähiympäristössään, luodaan toimivia palvelukokonaisuuksia. |  |  | Lastensuojeluilmoitusten määrä, tehdyt palvelutarpeen arvioinnit lapsiperheiden sosiaalityössä, kodin ulkopuolisten sijoitusten määrä, perhetyön ja kotipalvelun asiakasmäärät  Systeemisen lastensuojelumallin käyttö | vuosittain |
| Lisätään osallisuuden kokemusta nuorille | Mahdollistetaan osallistuminen päätöksentekoon ja palveluiden kehittämiseen |  | Nuorisotoimen asiakasmäärät  Wauto-projekti | vuosittain |
| Tuetaan mielenterveys- ja vuorovaikutustaitoja opetuksessa. Tavoitteena auttaa nuoria löytämään elämäänsä suunta. | Otetaan taitojen kehittäminen osaksi opetusta |  | Selvä pää -projektin toteutuminen | 12/2021 |
| Tehostetaan ehkäisevää päihdetyötä ja pyritään vähentämään nuorten päihteidenkäyttöä sekä riippuvuuskäyttäytymistä, tekemällä yhteistyötä 3. sektorin kanssa. | Kolmannen sektorin yhteistyö oppilaitosten kanssa | Sivistyspalvelut | SOTKA-net indikaattorit | 12/2021 |
| Laaditaan Nokian kouluihin ja toisen asteen oppilaitoksiin ehkäisevän päihdetyön suunnitelma. |  | Sivistyspalvelut |  | 12/2021 |
| Otetaan Nuorten päihdemalli aktiiviseen käyttöön kunnallisissa palveluissa. | Webropol kysely käyttöönotosta | Mielenterveys- ja päihdetyön ryhmä | Kyselyn tulokset | 12/2020 |

**Painopiste: Työikäisten mielenterveys- ja päihdehoito järjestetään asiakaslähtöisesti avohoitona ja lähipalveluna**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Tavoitteet | Toimenpiteet | Vastuutaho | Arviointimittarit | Aikataulu |
| Edistetään työikäisten omahoitoa, työkyvyn ylläpitämistä ja ongelmien varhaista tunnistamista. Edistetään työikäisten päihteettömyyttä | Lisätään matalankynnyksen palveluja eri palvelualueille  Ohjataan kolmannen sektorin palveluihin | Perusturvajohtaja, perusturvan palvelualueiden esimiehet ja henkilöstö | SOTKA-netin indikaattorit: Alkoholin myynti asukasta kohti, depressiolääkkeistä korvausta saaneet 18-64-v., mielenterveysperustaisesti sairauspäivärahaa saaneet 25-64-v., mielenterveyden ja käyttäytymisen häiriöiden vuoksi työkyvyttömyyttä saavat % 16-54-v, ., päihdehuollon laitoksissa hoidossa olleet asiakkaat, päihteiden vuoksi sairaaloiden ja terveyskeskusten vuodeosastolla hoidossa olleet, psykiatrian laitoshoidon hoitopäivät, päihdehuollon ja psykiatrian avopalvelujen asiakkaiden määrä, poliisin tietoon tulleet rattijuopumustapaukset | vuosittain |
| Tuetaan perheiden hyvinvointia ja ehkäistään mielenterveys- ja päihdeongelmien siirtyminen yli sukupolvien. | Palveluissa huomioidaan ja otetaan puheeksi perheen lapset sekä läheiset |  | Lapset puheeksi malliin koulutettujen määrä | 12/2021 |
| Ylläpidetään ja edistetään työikäisten mielenterveys- ja päihdeongelmista kärsivien työttömien työ- ja toimintakykyä | Ohjataan kuntouttavaan työtoimintaan työttömiä työnhakijoita |  | Kuntouttavan työtoiminnan asiakasmäärät vuosittain | vuosittain |
| Vahvistetaan kunnallisten palveluiden mielenterveys- ja päihdeosaamista. | Tarpeenmukaisen koulutuksen järjestäminen |  | Henkilöstön osaamisen kartoittaminen kehityskeskusteluissa | vuosittain |
| Koulutetaan henkilöstöä lähisuhdeväkivaltaan puuttumiseen. | Lapset puheeksi -mallin / Epras-mallin koulutukset ja käyttöönotto |  | Koulutusmäärät/vuosi | 12/2021 |

**Painopiste: Ikääntyvien mielenterveys- ja päihdeongelmien varhainen tunnistaminen ja hoito**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Tavoitteet | Toimenpiteet | Vastuutaho | Arviointimittarit | Aikataulu |
| Kartoitetaan palvelutarpeen arvioinnissa ikäihmisten yksinäisyyden kokemukset, masennusoireet ja päihteidenkäyttö. | Otetaan puheeksi palvelutarpeen arvioinnissa | Perusturvajohtaja, perusturvan palvelualueiden esimiehet ja henkilöstö | SOTKA netin indikaattorit  RAI mittarin tulokset | vuosittain |
| Vahvistetaan kotiin annettavia palveluita ja toimintakykyä ylläpitävää toimintaa. | Henkilöstöresurssin lisääminen  Koulutus |  | Uudet vakanssit/vuosi  Koulutusten määrä/vuosi  Setorin käyntimäärät/vuosi | vuosittain |
| Tiivistetään yhteistyötä 3.sektorin toimijoiden kanssa. | Uusien toimintamuotojen kehittäminen yhteistyössä |  |  | 12/2021 |

## 2.3. Seuranta ja arviointi

Hyvinvoinnin ja terveyden edistäminen on kunnan perustehtävä ja koskee kunnan kaikkia toimialoja. Hyvinvointiryhmä ohjaa hyvinvointiohjelmien ja -suunnitelmien valmistamista ja päivitystä. Hyvinvointityöryhmä arvioi mielenterveys- ja päihdesuunnitelman toteutumista vuosittain hyvinvointitilinpäätöksessä, jonka valmistelussa ovat mukana ns. teematyöryhmät. Mielenterveys- ja päihdetyön ryhmä vastaa mielenterveys- ja päihdesuunnitelman valmistelusta, jalkauttamisesta ja tekee yhteistyötä mielenterveys- ja päihdemittarien arviointiprosessissa hyvinvointiryhmän kanssa. Mielenterveys- ja päihdeohjelman seurannan tueksi valitaan kunnan hyvinvointitilinpäätöksen sekä seurantilasto- ja indikaattoripankki SOTKA–netinmielenterveys- ja päihdehaittoja kuvaavat indikaattorit. Mielenterveys- ja päihdetyön ryhmä seuraa mittareita vuosittain ja raportoi hyvinvointiryhmälle mielenterveys- ja päihdeasioista sekä niissä tapahtuneista muutoksista

# LÄHTEET

Nokian kaupunki (2017) Hyvinvointikertomus 2013-2016 ja hyvinvointisuunnitelma 2017-2020. <https://www.nokiankaupunki.fi/wp-content/uploads/2017/09/Hyvinvointikertomus_2013-2016-ja-hyvinvointisuunnitelma_2017-2020.pdf>. Luettu 27.4.2018.

Nokian kaupunki (2017/2) Nokian kaupunkistrategia Elinvoimainen, ekologinen Nokia 2027. <https://www.nokiankaupunki.fi/kaupunki-ja-hallinto/strategia-ja-hankkeet/uusi-nokia-2027/>. Luettu 15.5.2018.

Nokian kaupunki (2018) Kotoisa ehtoo. Ikääntyneen väestön hyvinvointiohjelma 2018-2021. <https://www.nokiankaupunki.fi/wp-content/uploads/2017/12/KOTOISA-EHTOO-2015-2017.pdf>. Luettu 15.9.2018.

Perhekeskus (2018). Perhekeskuksen oma tilasto.

Pirkanmaa (2019) Päihde- ja mielenterveyspalvelujen teemaryhmän loppuraportti 23.5.2017. <http://www.pirkanmaa.fi/wp-content/uploads/Loppuraportti_p%C3%A4ihdejamielenterv.pdf>. Luettu 4.8.2018.

Pirkanmaan sairaanhoitopiiri (2013) Mielekästä elämää. Pirkanmaan mielenterveys- ja päihdestrategia 2013-2016. <https://www.tays.fi/download/noname/%7B1963E97D-9B49-4843-8E2C-48338F390F51%7D/30879>. Luettu 3.5.2018.

Sosiaali- ja terveysministeriö (2016) Mielenterveys- ja päihdesuunnitelma 2009-2015. Suunnitelman loppuarviointi ja ohjausryhmän ehdotukset. <https://stm.fi/julkaisu?pubid=URN:ISBN:978-952-00-3694-2>. Luettu 3.5.2018.

Sotkanet (2018) Tilasto- ja indikaattoripankki Sotkanet. Terveyden- ja hyvinvoinninlaitos. <https://sotkanet.fi/sotkanet/fi/index>.

Terveyden- ja hyvinvoinninlaitos (2017) Kouluterveyskysely 2017. <https://thl.fi/fi/tutkimus-ja-kehittaminen/tutkimukset-ja-hankkeet/kouluterveyskysely>

Varjonen -Toivonen, M. (2017) Pirkanmaan alueellinen hyvinvointikertomus 2017-2020. Pirkanmaan sairaanhoitopiiri, Perusterveydenhuollon yksikkö. 26-71.

# Liitteet

# Liite 1. Sotkanet indikaattorit

