

Järjestöissä pidetään huolta ihmisestä

Kouvolassa on satoja järjestöjä ja yhdistyksiä, jotka tarjoavat asukkaille mielekästä tekemistä, virkistys- ja harrastustoimintaa, vapaaehtois- ja vertaistoimintaa sekä neuvontapalveluita arjessa. Niistä voi saada apua selviytymiseen vaikeassa elämäntilanteessa tai ne voivat ehkäistä yksinäisyyttä.

Järjestöt ja yhdistykset myös tuovat ja luovat turvaa, seuraa, yhteisöllisyyttä sekä hyvinvointia tehden sen ammattimaisesti, laadukkaasti ja kustannustehokkaasti. Yhdistystoimintaan ja vapaaseen kansalaistoimintaan osallistutaan omasta halusta, kiinnostuksesta ja tarpeesta, mikä koituu lopulta koko yhteisön hyödyksi. Se, että tuntee kuuluvansa yhteisöön, voi kehittää omaa elinympäristöä, opiskella, saada toimeentulon ja asunnon sekä vaikuttaa yhteiskunnalliseen päätöksentekoon, on osallisuutta.

Kouvolassa tehtiin kysely kaikille kaupungissa toimiville järjestöille. Sillä kartoitettiin järjestöjen mielenterveyteen, päihteiden käyttöön ja rahapelaamiseen liittyviä käytäntöjä ja tuen tarpeita. Vastauksista nousi tunne siitä, että järjestöissä välitetään ihmisistä. Muun muassa mielenterveyttä tuetaan monin tavoin. Toiminnassa tärkeää tuntuu olevan *”yhteisöllisyys, avoimuus ja reilu toiminta”* sekä *”positiivinen ilmapiiri, henkilön huomioonottaminen, tasa-arvo, matala kynnyks osallistua ja oman tason mukainen eteneminen”*. Eräässä vastauksessa kerrottiin, että *”Yhdessä tekemiseen on panostettu. Pyrimme ottamaan kaikki mukaan toimintaan. Syrjäytymisen estäminen ja ajoissa puuttuminen siihen on tärkeää. Myös säännöistä ja rajoista kiinni pitäminen on agendallamme.”*

Osalla järjestöistä on myös linjauksia ja arvoja, jotka liittyvät päihteisiin. Tupakattomuus, päihteettömyys ja päihteiden nollatoleranssi tuntuvat olevan käytäntönä useammassa järjestössä. Jotkut järjestöt nojaavat keskusjärjestön arvopohjaan, mikä onkin hyvä pohja myös paikalliseen toimintaan. Päihteet eivät kuitenkaan vastausten perusteella ole olleet ongelma kouvolaalaisessa järjestötoiminnassa. Rahapelaamisesta on joissakin järjestöissä keskusteltu ja sovittu muun muassa, että *”yhteisössä toiselle lainaaminen ja toiselta lainaaminen ovat ehdottomasti kielletty ja tämä kerrotaan myös uusille jäsenille”*.

Päihde- ja mielenterveysasioiden kanssa ei kannata järjestötoiminnassakaan jäädä yksin, sillä apua ja tukea on saatavilla. Kouvolassa on laadittu Kouvolan yhteinen päihteisiin puuttumisen malli alle 18-vuotiaiden järjestötoimintaan ja sen kerrottiin olevan käytössä joissain järjestöissä. Malli antaa hyvän pohjan järjestön omille päihteisiin liittyville keskusteluille. Jotkut järjestöt ovatkin jo ottaneet mallin käyttöön. Lisäksi Kymenlaaksossa on laadittu Ota puheeksi -kortit sekä päihde- että mielenterveysteemoja varten. Ne helpottavat huolen puheeksiottoa ja ohjaavat ihmisen oikean tiedon tai palvelun pariin.

Mene ihmeessä mukaan yhteisöön ja toimintaan, jossa sinusta välitetään ja pidetään huolta, vaikka elämässä kompastelisitkin. Jokainen löytää varmasti itselleen sopivan tavan toimia osana kansalaisyhteiskuntaa. Kouvolassa voi esimerkiksi edistää ihmisoikeuksia, torjua ilmastonmuutosta, auttaa heikommassa asemassa olevia, turvata oman asuinpaikan elinvoimaa tai lisätä omaa hyvinvointia liikunnan tai kulttuuritoiminnan kautta. Voit ottaa yhteyttä Kouvolan kaupungin vapaaehtoistoiminnan verkostoon, josta saat tietoa vapaaehtoistimijoista yhteisotyo@kouvola.fi. Järjestöissä on mukavaa yhteistä tekemistä ja mukavia ihmisiä, joten etsi itsellesi sopiva porukka, ihan itsesi takia.

*Laura Sillanpää, ehkäisevän päihde- ja mielenterveyshäiriöiden koordinaattori / Kouvolan kaupunki
Heli Vaija, asiantuntija / Ehkäisevä päihdetyö EHYT ry*