

Uutiset

Pyhäselän vankilan apulaisjohtaja kiistää väitteet

Pyhäselän vankilasta maanantaina karanneesta vankikakskosta toinen oli yhä pakosalla torstaina, vankilasta kerrottiin STT:lle. Toinen karkureista saatiin kiinni vankilan lähiseudulta pian paon jälkeen.

MTV:n uutiset ja Yle ovat kertoneet vankilan valvonnasta ja henkilöstömäärän puutteesta, jotka olisivat edesauttaneet paon onnistumista. Puutteista kertoi ensimmäisenä MTV. Pyhäselän vankilan apulaisjohtaja **Jouni Rajahalme** kiistää, että henkilökunnan vähyyks olisi ollut vaikuttava tekijä asiassa.

– Jo korona-alka on opettanut toimimaan vaihtelevan henkilökuntamäärän kanssa, Rajahalme sanoi STT:lle.

Apulaisjohtaja ei kommentoi valvontaan ja turvatekniikkaan liittyviä asioita tai niiden merkitystä paon onnistumiselle.

Polisi pyytää ilmoittamaan tuoreet havainnot karkurista hätäkeskukseen sekä vanhemmat havainnot vihjenumeroon 0295 415 232 tai sähköpostitse osoitteeseen vihjeet.ita-suomi@polisi.fi.

Biokaasun tankkausasema avattiin Joensuussa

Helen Hyttinen

Joensuun ensimmäinen biokaasun tankkausasema on avautunut Wahlforssinkadulla. Tan-
kille pääsee siis jo nyt, ja We-
gas-aseman virallisia avajaisia vietetään maanantaina 14. marraskuuta.

Wegan rakentaman aseman avajaisissa puhuvat yhtiön toimitusjohtaja **Niko Risitankare** sekä sisäministeri **Krista Mikkonen** (vihr.).

Tankkausaseman rakentaminen alkoi maanrakennustöillä kesäkuussa. Aseman valmistuminen lykkäytyi hieman aiemmin ilmoitetusta syyskuusta komponenttien toimituksen viivästymisen vuoksi.

Asemalla tankattavan kaasun on määrä olla lopulta paikallista, sillä biokaasua sinne tulee toimittamaan kiteeläinen Biokymppi Oy. Toimitusjohtaja Risitankare kertoi *Karjalaiselle* syyskuussa, että parin ensimmäisen toimintakuukauden ajan kaasun tulevat vielä muualta Suomesta kuin Pohjois-Karjalasta.

Tankkausasemalta saa tankkiin aluksi paineistettua ja myöhemmin myös nesteytettyä biokaasua.



JUSA HÄMÄLÄINEN

”Häpeää häilveni, kun ymmärsin, että alkoholisti on sairas”

Läheisten vertaisryhmässä moni kokee ensimmäistä kertaa aitoa tukea ja ymmärrystä – ja löytää toivon.

Saija Kauhanen

Alussa oli häpeä, mutta mitä enemmän tietoa alkoholismista kertyi, sitä enemmän häpeä häiveni.

– Paljon on auttanut sen ymmärtäminen, että alkoholismi on sairaus ja että se ohitelee tiettyillä tavoilla, kokemusasiantuntija **Petra Damstén**, 47, kertoo.

Damsténin elämässä läheisen alkoholismi on ollut ja menynyt eli ei ole enää osa arkea. Jälkensä raskaat kokemukset ovat silti

jättäneet.

– Kun kävin vaikeat vaiheet läpi, elämänsenteeni muuttui. En stressaa enää pienistä asioista. Olen myös saanut lisää avoim-
muutta ja rohkeutta. Minulle on tullut vahva halu auttaa muita samankaltaisessa tilanteessa eläviä, jotta he pääsisivät helpommalla kuin itse aikanaan.

Halu puhua ulkopuolisille heräsi Damsténille jo varhain. Ensinnäkin etsi netistä auttavat puhelimet. Sen



jälkeen hän sai tietoa Pohjois-Karjalan mielenterveysosastet Fimfammi ry:n ryhmistä ja omaisneuvonnasta sekä AL-Anon-ryhmistä. AL-Anon-ryhmät on tarkoitettu alkoholistien omaisille.

Viime vuonna Damstén aloitti vertaisryhmien vetämisen ja ohjaa omaisille tarkoitettua Päihdemieli-ryhmää Leksassa.

Hän kuuluu myös yhdistyksen hallitukseen.

– Vertaisryhmien merkitys on suuri. Niistä saamani tuki on ollut

ehkä tärkeintä mitä olen saanut. Ryhmissä ei tunne olevansa näiden asioiden kanssa yksin. Toinen ymmärtää minua ilman että täytyy väänätä rautalangasta. Se on hirveän tärkeää.

Tärkeää on myös toivo.

– Jokaisella alkoholistilla on mahdollisuus raitistua, ja vaikka tilanne olisi kuinka paha, voi löytyä syy, mikä saa alkoholistin lopettamaan. Ja mitä paremmin omainen voi, sitä paremmin myös päihteiden käyttäjä voi kuntoutua.

Petra Damsténin mukaan omaiset eivät aina ymmärrä, miten läheisen päihteiden liikakäyttö vaikuttaa omaan itseen.

– Alkoholi kuuluu suomalaisen kulttuuriin liiaksikin. Ajatellaan, että ehkäin tässä nyt mitään. Tai jos ihminen hoitaa työnsä, hän ei voi olla alkoholisti. Alkoholisteja on kuitenkin myös työssäkäyvissä ja kaikissa ammattiryhmissä.

Vaikka ongelmaa ei ehkä tunnuteta, läheisen alkoholismi voi aiheuttaa paljon negatiivisia tunteita. Se voi tuoda ahdistuneisuutta, masennusta, epävarmuutta, läheisriippuvuutta, huolta tapaturmistista ja rattijuoppoudesta. Omaisen voi jopa mennä päihteiden käyttöön mukaan ja mukautua näin alkoholistin elämään.

– Alkoholisti syyttää usein omaisia omasta juomisestaan. Tämä lisää omaisen syyllisyyttä, jos hän ei tiedosta, että se kuuluu sairauden kuvaan.

Vähiellen alkoholistiperheen arki voi muuttua kuplakäsi, jossa elehtään alkoholistin mukaan.

– Lomareissuilla etsitään hometelleista ja nähtävyyksien läheltä baarit. Arkena odotetaan perjän-

taita. Myöskään omaisen elämä voi rajoitua pienen piiriin. Ajan myötä eteen voi tulla myös taloushuolia, sillä alkoholilla on aina rahaa alkoholiin mutta ei välttämättä muuhun.

Noin 20 vuotta päihdetyötä tehnyt ja yli 10 vuotta erilaisia päihneiden käyttäjien läheisten ryhmiä johtava diakoni Salla Musikka tuntee omaisten tuskan. Kun kyse on perheen tai lähipiirin sisäisestä ongelmasta, asiaan liittyy vahvoja häpeän tunteita.

– Vertaistuen merkitys on valtava. Ryhmissä käsitellään asioita, jotka eivät sovi työpaikan kahvihuoneisiin. Jos työkaveri kertoo lapsensa hienosta ammatista, on vaikea kertoa oman lapsen olevan asunnoton. Joensuun Pelisensuun seurakunnassa työskentelevä Musikka sanoo.

Vertaistryhmiin voi osallistua täysin anonyymina ja vain kuunnella, jos niin haluaa.

– En muista, ettei kukaan olisi lähentynyt pohimaan asiaa. Läheillä on paljon puhumisen ja kuulemisen tarvetta.

Salla Musikan ohjaamiin läheisten ryhmiin on voinut osallistua päihneiden käyttäjien lapsia, puolisioita, vanhempia tai muita läheisiä. Lastinen lapsuus -ryhmät on tarkoitettu pienten lasten vanhemmille, joiden omassa lapsuudenkodissa on ollut päihneiden käyttöä.

Päävastuu ryhmistä on ollut Siun sotella, jonka kanssa seurakunta on tehnyt yhteistyötä. Tällä hetkellä kyseiset ryhmät eivät ole toiminnassa.

Tunteet ovat olleet molemmissa ryhmissä isossa roolissa.

– Siellä on kipua, häpeää, toivoa, vihaa ja pettymystä. Ihän valtava tunneskaala, Musikka kertoo.

– Osallistujat ovat kertoneet hyvin avoimesti, millaisia asioita läheisen päihdenkäyttö on oman elämänsä tuonut. Joka ikkessä ryhmässä olen kuunnellut sydän syrjäällä sitä kipua, minkä läheisen päihdenkäyttö aiheuttaa.

Musikka tietää aiemman työtaustansa takia, että sama kipu on myös päihdeongelmallisille itsellään.

– Ei kukaan halua olla pahuutaan päihdeongelmainen.

Usein huoli läheisen päihneiden käytöstä pidetään pitkään oman perheen tai lähipiirin sisällä.

– Läheisten puheissa päihneiden käyttäjälle on selvä kaari: ensin tulee huolipuhe, sen jälkeen pettymyksiä ja syyttävä huolipuhe. Salla Musikka kuvailee.

Huoli ei välttämättä hätkäytä alkoholista tai huumeidenkäyttäjää. – Jonkun käyttäjän voi herättää lääkärin sanat ”lopetta tai kuole”. Joku toinen taas hätkähtää alkoholismista vaikutuksista läheisinsä, ja joku kolmas taas lopettaa päihteen, kun työpaikka on lähdeössä alta.

Suru omasta turvattomasta lapsuudesta aktivoituu usein silloin kun ihminen tulee itse vanhemmaksi. Moni pohii siinä vaiheessa, että halutaan tarjota omalle lapselleen jotain turvallisempaa kuin itsellä on ollut. Turvaon lapsuus heijastuu myös parisuhteeseen ja voi näkyä valkeutena luottaa toi-

siin ihmisiin.

Musikan mukaan tyyppillistä on, että jomppikampi perheen vanhemmista on ollut tussutelijä, joka on siirtynyt omaan kuplaansa kaljoittelussaan.

– Tämä ihminen poistuu henkisesti paikalta ja jättää muun perheen yksin.

Lastinen lapsuus -ryhmissä on Musikan mukaan turvallinen tila kertoa, miten lapsuudenkokeemukset ovat tiseen vaikuttaneet. Kun asioita sanoo ääneen ja tulee kuulluksi, sisällä oleva tunne tulee paremmin kestitäväksi.

– Osa ikäviistä tunteista lieve-

nee, osa saa entistä realistisemat mittakaavat.

Toivoa korostaa myös Salla Musikka. Jos viinapullon kiltään kesselä lapsuutensa elänyt nuori aikuinen alkaa ymmärtää läheisen ja päihdenkäyttäjän vastuiden erot, hän ei ehkä koe enää toivotonmuutta siitä, ettei omainen koskaan parane tai ylitöivoiikkautta siitä, että kyllä se ensi viikolla paranee.

– Aika monella on ollut halu parantaa toinen ihminen, koska läheiselleen haluaa luonnollisesti aina hyvää. Mutta sitä on turhauttavella: toista ei voi parantaa.



MARKKO PUUMALAINEN

Läheisen alkoholin käyttö vaikuttaa lähipiiriin monella tavalla. Se voi jopa viedä mukaan alkoholin käyttöön.

TILASTOT

Noin joka viides suomalainen kokee haittaa läheisensä alkoholin käytöstä

- Noin 560 000 suomalaista käyttää alkoholia siten, että juomisen riskit ovat ylittävät.
- Alkoholismita sairastaa arvioltoen mukaan noin 216 000 suomalaista, miehistä 8 prosenttia ja naisista 2 prosenttia.
- Suomessa noin 700 000 lasta elää perheessä, jossa on vakavia päihdeongelmia.
- Noin miljoona suomalaista kokee haittaa läheisensä alkoholin käytöstä.

Lähde: A-klinikka

LAINSAÄDÄNTÖ

Myös läheisiä pitää tukea

- Päihdehuoltolain mukaan päihdehuollon palveluja tulee antaa henkilöille, jolla on päihneiden käytön liittyviä ongelmia, sekä hänen perheelleen ja muille läheisilleen.
- Auttavat puhelinmet: esimerkiksi FinFami ry:n omaisuusvontta ja Al-Anon, Irti huumeista ry, Päih-
- Siun sotien alueella käynnistyvi vuoden 2022 alussa Ennaltaehkäisevä päihdetyö Pohjois-Karjalassa -hanke.
- Mukana on jo 12 kuntaa.
- Hanketta toteuttavat Siun sote, Pohjois-Karjalan kansanterveyskeskus ja sosiaalityöryhdistys yhdessä Pohjois-Karjalan kuntien kanssa.
- Siun soten päihde-tilannekyselyn (helmikuu 2022) mukaan läheisen alkoholinkäytöstä oli ollut huolissaan viimeisen 12 kuukauden aikana noin 31 % vastaajista (noin 1 811).
- Omasta alkoholinikäytöstä oli huolissaan vain 6,5 % vastaajista (n=1816).
- Siun soten ehkäisevän päihdetyön hoito- ja palveluketju julkaistaan marraskuun puolivälin jälkeen, ja se löytyy jatkossa Siun soten verkkosivuilta.
- Hoito- ja palveluketju sisältää tutkittua tietoa päihteisistä ja raho- ja digipelaamisesta sekä niihin liittyvistä terveysriskeistä.
- Ketju sisältää myös ohjeet ja mittarit oman tai läheisen tilanteen arviointiin. Mukana tulee myös tietoa siitä, milloin ja mihin ottaa yhteyttä, jos herää huoli omasta tai läheisen päihdenkäytöstä tai pelaamisesta.
- Ketjuun on koottu myös järjestöjen tarjoama tuki.

SIUN SOTE

Ehkäisevän päihdetyön ketju julki marraskuussa

Venäjän liikekannallepano kasvatti merkittävästi venäläisten hakijoiden määrää Riveriassa

Venäjän ostitainen liikekannallepano syysskuussa aiheutti hakijaryntäksen ammattilaisista koulutusta Pohjois-Karjalassa järjestävään Riveriaan. Rehtori Esa Karvisen mukaan venäläisopiskelijoiden hakemusten määrä nousi heti liikekannallepanon jälkeen noin 170 hakemukseen viikossa. Aikaisemmin venäläisiltä tuli Riveriaan keskimäärin noin 40 hakemusta viikossa.

Myös viime viikkoina hakijamäärät ovat pysyneet korkealla tasolla.

Sivu 4

Pikesin matkailu-koordinaattorin Kati Lipposen mukaan Kolin noussut suosio heijastuu muuallekin maakuntaan

Sivu 28



Joensuulaislähtöinen Oskari Muro eli Jouni Hirvonen julkaisee esikoislevynsä

Sivu 18



Kivikautisen haudan avaus Outokummussa toi mullistavan löydön tutkijoille

Sivu 6

Eläkkeelle jääneitä sotilaita on palannut töihin poikkeuksellisen runsaasti

Sivut 10-11