Vihtiläinen kansanedustaja Eerikki Viljanen (kesk) kättelemässä RAY:n toimitusjohtaja Velipekka Nummikoskea, joka pyöräreitillään Helsingistä Poriin piipahti Nummelassa Vihdin Mielenterveysseurassa puhumassa yksinäisyyden torjunnasta.

# Vihdin Mielenterveysseuran tiloissa pohdittiin yksinäisyyden taakkaa

## Yksinäisyyden torjunta Raha-automaattiyhdistyksen kärkiteema

■ RAY:n toimitusjohtaja **Velipekka Nummikoski** pyöräilee Helsingistä Porin SuomiAreena-tapahtumaan 13.–15.7. Matkalla järjestettiin tapaaminen Nummelassa Vihdin Mielenterveysseuran tiloissa Eroittajan talossa.

Nummikoski tapasi tilaisuudessa sidosryhmiä, paikallisia päättäjiä, yhteistyökumppaneita, avustuskohteiden toimijoita ja mediaa.

Tilaisuus alkaoi lounastarjoilulla. Tämän jälkeen Nummikoski kertoi RAY:n kuulumisia ja nosti esille päivän teeman: yksinäisyyden, joka on tänä päivänä koko Suomen taakka. Yllättävä huomio RAY:n valtakunnallisen yksinäisyystutkimuksen tuloksista oli se, että nuoret aikuiset, 18-25-vuotiaat ovat Suomessa kaikkein yksinäisempiä. Tilaisuudessa pohdittiin mitä järjestöt voivat tehdä yksinäisyyden ehkäisemiseksi. RAY haastaa kaikki järjestöt toimimaan yksinäisyyttä vastaan. -to

Sivu 6

Leena Tiitto on Vihdin kriisikeskuksen johtaja. Hän kertoi Vihdin Mielenterveysseuran toiminnan perustuvan tiiviiseen yhteistyöhön paikallisten viranomaisten ja muiden toimijoiden kanssa.

# Nummelassa pohdittiin keinoja yksinäisyyden torjumiseksi

## Nuoret aikuiset tutkimuksen mukaan kaikkein yksinäisempiä

**Raha-automaattiyhdistys teetti toukokuussa yksinäisyydestä valtakunnallisen tutkimuksen, johon vastasi 1 000 suomalaista. Tutkimuksen yllättävin tulos oli, että vastaajista nuoret aikuiset kokevat itsensä kaikkein yksinäisemmäksi. Heistä 15 prosenttia kertoo olleensa yksinäinen usein tai jatkuvasti ja peräti 21 prosenttia kokee, ettei kuulu mihinkään ryhmään.**

Kari Viherkanto (vas) oli paikalla kuntapäättäjän roolissa, Timo Tuomi edusti kunnan virkamiestahoa sekä Nummelan Palloseuraa. NuPs liikuttaa vihtiläisiä jalkapallon parissa sekä ikäihmisiä heidän kotonaan. Seura pitää myös iltapäiväkerhoja kouluissa. Viherkanto toi esiin kuntapäättäjän tuskan auttamisenhalun ja käytettävissä olevan budjetin puristuksessa.

■ Yksinäisyys näkyy myös ulospäin. Suurin osa suomalaisista on havainnut yksinäisyyttä ympärillään. Selvästi yli puolet kertoi, että heidän omassa lähipiirissään on ihmisiä, joiden he uskovat kärsivän yksinäisyydestä.

Yksinäisyyden torjunta oli teemana Vihdin Mielenterveysseuran tiloissa maanantaina järjestetyssä RAY:n tilaisuudessa, jossa toimitusjohtaja **Velipekka Nummikoski** tapasi vihtiläisiä päättäjiä, yhteistyökumppaneita ja sidosryhmiä.

### Kohtaamista ja välittämistä

– Yksinäisyys on ongelma, jota on todella vaikeaa ratkaista viranomaisten toimenpiteillä. Tarvitaan nimittäin aitoa kohtaamista ja välittämistä, Nummikoski totesi.

Monet RAY:n tukemat järjestöt tekevät jo nyt töitä yksinäisyyden vähentämiseksi. Nummikoski tahtookin kannustaa järjestöjä edelleen jatkamaan tätä arvokasta vapaaehtoistyötä.

– Heitämme tämän vuoden aikana haasteen sosiaali- ja terveysalan järjestöille. Miten voitaisiin löytää uusia tapoja yksinäisyyden vähentämiseen.

### Monipuolista auttamista

Vihdin Mielenterveysseura auttaa monipuolisesti vapaaehtoistyönä vihtiläisten, karkkilalaisten ja lohjalaisten ongelmissa, pulmissa ja kriiseissä.

– Tavoitteena on edistää, tukea ja kehittää rakentavaa ja ehkäisevää mielenterveystyötä, akuuttia kriisityötä, psyykkistä hoitoa ja kuntoutusta sekä muita mielenterveyteen liittyviä palveluja sekä vapaaehtoista kansalais- ja tukihenkilötoimintaa mielenterveyden alalla. Vihdin Mielenterveysseuran toiminta perustuu tiiviiseen yhteistyöhön paikallisten viranomaisten ja muiden toimijoiden kanssa, kertoi Vihdin kriisikeskuksen johtaja **Leena Tiitto**.

Perusturvakuntayhtymä Karvaisen geriatriakeskuspäällikkö Raija Salmi tuli tilaisuuteen kuuntelemaan RAY:n viestiä yksinäisyydestä.

### NuPs liikuttaa kotona ja kentällä

Paikalla tilaisuudessa oli myös Nummelan Palloseuran edustajana sekä kunnan virkamiehen ominaisuudessa **Timo Tuomi**, joka kertoi NuPsin monipuolisesta roolista Vihdissä. Paitsi, että NuPs pyrkii olemaan matalan kynnyksen liikuttaja, ohjaamalla vihtiläisiä lapsia ja nuoria sekä aikuisia, seura pitää myös koululaisten iltapäiväkerhoja ja liikuttaa ikäihmisiä heidän kotonaan.

Wirtaa vihtiläisille vanhuksille -hanke on pyörinyt pian vuoden ja sen piirissä on jo 60 ikäihmistä. Hankkeen yhteistyökumppani on Tuovi Siiri Hännisen säätiö, joka on toiminut testamenttivaroin hankkeen rahoittajana. Jatkoa varten on nyt laitettu RAY:lle rahoitushakemus. -to