

Uutiskirje 26.3.2026:

Nuorten hyvinvointi keskiössä – Kansanterveyspäivä 2026 & jatkorahoitus huumekuolemien ehkäisyyn

Nuorten hyvinvointi on noussut entistä tärkeämmäksi teemaksi koko yhteiskunnassa. Tänä vuonna aihetta tarkastellaan perusteellisesti tänään **Kansanterveyspäivässä 26.3.2026**, joka järjestetään Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksella Helsingissä. Päivän sisältö pureutuu nuorten arjen kokonaisuuteen - uneen, ravitsemukseen, liikuntaan, kouluhyvinvointiin, digihyvinvointiin sekä päihteiden käytön kehitykseen.

Kansanterveyspäivän 2026 teemat: Nuorten arjen hyvinvointi

Päivän aikana asiantuntijat valottavat uusimpia tutkimustietoja yläkouluikäisten ja toisen asteen opiskelijoiden terveydestä ja hyvinvoinnista. Esille nousevat muun muassa:

- nuorten arkirytmii ja palautuminen
- elintavat: ravitsemus, liikunta ja lepo
- kouluhyvinvoinnin kehitys
- päihteiden käyttö, mielenterveys ja ylipainon trendit
- digihyvinvoinnin kasvava merkitys nuorten jaksamiselle

Tapahtuma tarjoaa ajantasaista tietoa sekä konkreettisia näkökulmia siihen, miten voimme vahvistaa nuorten terveyttä ja tukea arjen tasapainoa.

Eilen saatiin merkittävä ja hyvinvointialueilla odotettu uutinen nuorten hyvinvointiin liittyen, kun **Sosiaali- ja terveysministeriö myönsi 25.3.2026 yhteensä 5,85 miljoonaa euroa valtionavustuksia nuorten huumekuolemien ehkäisyyn.**

Tämä rahoitus vahvistaa Kainuussa käynnissä olevan ELOSSA – Ei yhtään elämää hukattavaksi! - hankkeen **toista vaihetta** ja mahdollistaa työn laajentamisen sekä tietopohjan vahvistamisen. Rahoituspäätös tuo tärkeän lisän siihen kokonaisuuteen, jota myös Kansanterveyspäivä tänään käsittelee. Nuorten päihdehaittojen ehkäisy edellyttää tietoon perustuvia keinoja, laajaa yhteistyötä ja nuorten arkea ymmärtäviä toimintamalleja.

Nuorten päihteiden käyttö ja siihen liittyvät haitat kietoutuvat usein yhteen mielenterveyden, stressin, unen puutteen ja sosiaalisen kuormituksen kanssa. Samalla digitaaliset ympäristöt ovat muuttaneet nuorten arkea ja myös sitä, miten tuki ja tieto tavoittavat heidät.

Siksi tarvitaankin:

- kokonaisvaltaista lähestymistapaa

- varhaisen tuen malleja
- perheiden, koulujen ja ammattilaisten yhteistä työtä
- nuorten omia kanavia hyödyntäviä digitaalisia ratkaisuja

Yhdessä kohti nuorten terveempää tulevaisuutta

Kansanterveyspäivä 2026 ja nuorten huumekuolemien ehkäisyhankkeen tuore rahoitus nostavat esiin saman viestin: **nuorten hyvinvointi rakentuu monesta eri tekijästä ja vaatii määrätietoista, moniammatillista yhteistyötä.**

Nyt on oikea hetki vahvistaa yhteisiä toimia ja varmistaa, että jokaisella nuorella on mahdollisuus tasapainoiseen arkeen, turvalliseen kasvuun ja tukeen silloin, kun sitä tarvitaan.

Susanna Kinnula

Suunnittelija

Ei yhtään elämää hukattavaksi!

ELOSSA - Nuorten huumekuolemien ehkäisy -hanke

Kainuun hyvinvointialue