

MIPA HYVINVOINTIKYSELYN PALAUTE A-KILTOJEN LIITTO RY:LLE



SISÄLLYS:

MIPA TUTKIMUSOHJELMA JA HYVINVOINTIKYSELY	2
KYSELYYN VASTANNEIDEN TAUSTATIEDOT	3
PÄIHDE- TAI MIELENTERVEYSJÄRJESTÖJEN TOIMINTAAN OSALLISTUMINEN	5
ELÄMÄNTILANNE	8
PALVELUJEN KÄYTTÖ	12
TALOUDELLINEN TILANNE	13
INTERNET	15
AVOIMET KYSYMYKSET	17

Suvi Jokelainen ja Tuuli Pitkänen 14.11.2016, täydennetty versio.

MIPA:n internetsivut: <https://keskuststo.a-klinikka.fi/tietopuu/jarjestotutkimusohjelma>

MIPA Facebookissa: MIPaverkosto <https://www.facebook.com/groups/204885906514201/?fref=ts>

MIPA Twitterissä: @MIPaverkosto

MIPA TUTKIMUSOHJELMA JA HYVINVOINTIKYSELY

Päihde- ja mielenterveysjärjestöjen tutkimusohjelmassa (MIPA) 2015–2018 on mukana yhteensä kymmenen eri järjestöä (A-Kiltojen Liitto ry, A-klinikkasäätiö, EHYT ry, FinFami -Uusimaa ry, Irti Huumeista ry, Kuntoutussäätiö, Mielenterveyden keskusliitto, Tukikohta ry, Sininauhaliitto ja Suomen Mielenterveysseura) sekä Diakonia-ammattikorkeakoulut (DIAK). MIPA on ensimmäinen Suomessa näin laajasti päihde- ja mielenterveysjärjestöjen yhteistyössä toteutettu tutkimusohjelma. Tutkimusohjelmassa kehitetään siinä mukana olevien järjestöjen tutkimustoiminnan yhteistyötä, yhteismitallisuutta, laatua ja hyödynnettävyyttä. Tutkimusohjelma kattaa kuusi tutkimushanketta ja niihin liittyen järjestetään työpajoja ja kansallisia tutkimusseminaareja. Tutkimustietoa tuotetaan kansalaisten elämäntilanteesta ja palveluntarpeista, kokemusasiantuntijuudesta sekä järjestöjen toiminnasta. MIPA tutkimusohjelmasta on kuvaus internetsivuilla. MIPA on Raha-automaattiyhdistyksen (RAY) rahoittama.

Talvella 2015-2016 toteutettiin järjestöjen keskuudessa Hyvinvointikysely. Aineistonkeruu toteutettiin kyselytutkimuksena tätä varten suunnitelluilla kyselylomakkeilla. Kyselylomaketta testattiin ja sitä työstettiin MIPA-järjestötyöpajassa elokuussa 2015. Kyselyn taustatieto-osuudesta oli eri versiot palvelun käyttäjille ja muihin toimintoihin osallistuville mutta muu sisältö oli identtinen. Kyselyssä kartoitettiin laajasti järjestöjen tavoittamien kansalaisten elämäntilannetta ja toimintakykyä sekä kokemuksia ja palvelujentarpeita. Kyselyyn vastasi 1085 henkilöä. Lisäksi on toteutettu ja tullaan syksyn 2016 aikana vielä toteuttamaan fokusryhmähaastatteluja kyselylomakkeen teemoista; tavoitteena on syventää numeerista tietoa kokemuksellisella tiedolla.

Vastaajia oli kuudesta eri päihdejärjestöstä: A-klinikkasäätiön (n = 172) vastaajat olivat pääasiassa lakisääteisten palvelujenkäyttäjiä, A-kiltojen Liiton vastaajat (n = 143) olivat toipujia, EHYT ry:n (n = 140) vastaajat olivat päih-teettämiin matalankynnyksen kohtaamispaikka Elokolojen toimintaan osallistuvia, Sininauhaliiton (n = 126) vastaajat olivat pääasiassa palvelujenkäyttäjiä, Irti Huumeista ry:n (n = 108) vastaajat olivat pääasiassa toiminnassa eri syistä mukana olevia vapaaehtoisia ja Tukikohta ry:n (n = 66) vastaajat olivat pääasiassa päiväkeskustoimintaan osallistuvia. Mielenterveysjärjestöistä vastauksia tuli hieman vähemmän: Suomen Mielenterveysseuran (n=89) vastaajat olivat pääasiassa vapaaehtoistoimintaan osallistuneita, Mielenterveyden Keskusliitossa (n=52) palvelunkäyttäjiä, FinFami-Uusimaassa (n=58) yhdistyksen jäseniä ja vertaisia, Havu- ja Myyrastilla (n=10) päiväkeskuksessa käyviä vanhuksia ja Kuntoutussäätiöllä (n=47) palvelutoimintaan osallistuneita (n=47). Netissä kyselyyn vastasi 74 henkilöä. Paperilomakkeet toimitettiin järjestöjen kautta heidän valitsemilleen yhteyshenkilöille eri toimipaikkoihin, jossa lomakkeet jaettiin ohjeiden mukaan toimintaan osallistuville tai palvelujen käyttäjille. Vastaajista ei kerätty rekisteriä ja vastaaminen oli vapaaehtoista. Järjestöjen yhteyshenkilöt palauttivat suljetuissa kirjekuorissa lomakkeet tutkijoille.

MIPA-tutkimusohjelma on hyväksytty kaikissa mukana olevissa järjestöissä. Hyvinvointikyselyn sisältö ja kyselyyn osallistuminen on käsitelty hankkeen johtoryhmässä ja ohjausryhmässä. A-klinikkasäätiöltä on myönnetty Hyvinvointikyselyn tutkimuslupa. Muissa järjestöissä ei ole tutkimuslupia koskevia vakiintuneita käytäntöjä. Kyselyn alussa on vastaajalle suunnattu esittely, josta käy ilmi osallistumisen vapaaehtoisuus sekä luottamuksellisuus. Vastaajista ei kerätty tunnistetietoja.

Hyvinvointikyselyn lomakkeet löytyvät MIPAn sivuilta:

https://keskuststo.a-klinikka.fi/tietopuu/jarjestotutkimusohjelma/kansalaiset/hyvinvoinnin_vajeet_ja_tarpeet

Kyselyn taustoja on kuvattu kirjallisuuskatsauksessa (Pitkänen & Tourunen, 2016), joka on luettavissa Tietopuussa: http://www.a-klinikka.fi/tiedostot/Tietopuu_Katsauksia_ja_nakokulmia_1_2016.pdf

Kyselyn tuloksista on toistaiseksi julkaistu vasta pieniä juttuja Tiimi-lehdessä. Karita Kammosen huono-osaisuutta koskeva pro gradu -työ on julkaistu MIPAn nettisivuilla osoitteessa:

http://www.a-klinikka.fi/tiedostot/Kammonen_Karita_Gradu.pdf

Järjestötoiminta lisää osallistujien hyvinvointia laajasti. Tuuli Pitkänen & Jouni Tourunen. Tiimi 4/2016, s. 22–23.

Kokemus yhdenvertaisuuden puutteesta ja yksinäisyydestä heikentää asiakastytyvääisyyttä. Tuuli Pitkänen & Jouni Tourunen. Tiimi 3/2016, s. 26–27.

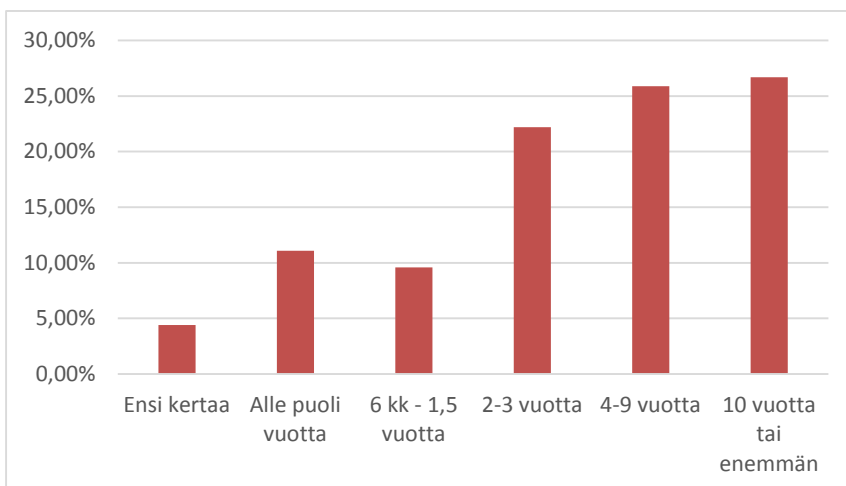
KYSELYYN VASTANNEIDEN TAUSTATIEDOT

Kyselyyn vastaamisen ajankohta sijoittui ajalle 21.11–27.11.2015.

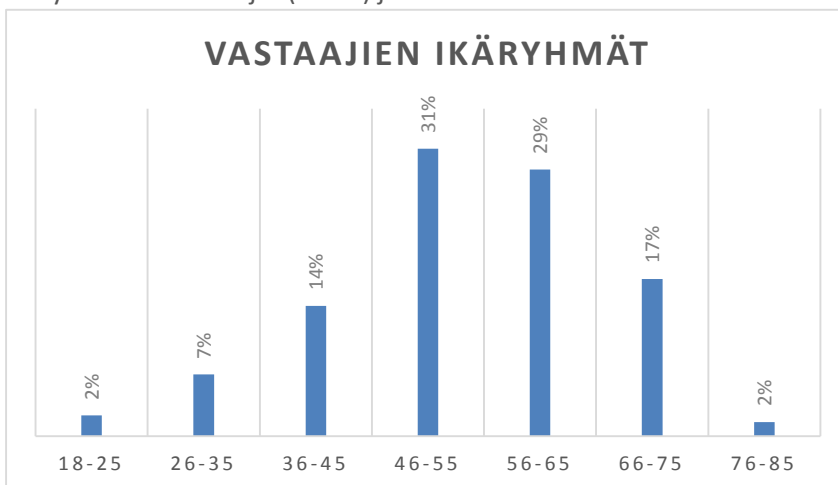
Vastaajista suurin osa (83 %) on täyttänyt hyvinvointikyselyn A-kiltojen Liitto ry:n A-kiltalaisille järjestämässä neljässä aluetapaamisessa. Tapaamiset olivat perinteisiä aluetapaamisia, joita järjestetään vuosittain 3-4 kertaa/alue. Kynnys aluetapaamisiin osallistumiseen on matala, niihin osallistumista tuetaan ja tapahtumat ovat kaikille A-kiltalaisille avoimia. Vastaajia pyydettiin vastaamaan hyvinvointikyselyyn oman toiminnan tai A-killan näkökulmasta, vaikka itse tapahtuma on ollut liiton järjestämä. Toiminnassa olevia A-kiltoja oli kyselyn aikaan 58, joista 34:stä osallistuttiin kyselyyn.

Kyselyyn vastaajista 17 % on täyttänyt hyvinvointikyselyn Tampereen A-killan toimipisteissä. Tampereen A-killan toiminta sisältää muu muassa palvelutuotantoa, asukastupia ja tuettu asumista.

Kyselyyn vastaajista 62 % oli miehiä ja naisia 27 %. Toiminnassa mukanaoloaika vaihteli vajaa kuukaudesta 37 vuoteen ja 58 % vastaajista oli ollut toiminnassa mukana 1-8 vuotta. Ensi kertaa mukana olevia oli 4 %.



Ikäryhmittäin vastaajat (n 137) jakoutuivat seuraavasti:



Työtilanne (n 138)

Työtön tai lomautettu alle 1 vuosi sitten	7 %
Työkokeilussa tai kuntouttavassa työtoiminnassa	10 %
Työtön tai lomautettu yli vuoden ajan	17 %
Säännöllinen	0 %
Kotona lasten kanssa	0 %
Palkkatuettu työ	4 %
Opiskelija	3 %
Eläkeläinen	60 %
Osa-aikatyö	0 %
Muu status:	0 %

Vastaajista asui kunnan vuokra-asunnossa 30 %, omistusasunnossa 22 % ja tukiasunnossa 7 %. Muita mainittuja asumismuotoja oli tuettu asuminen, lapsen kotitalo, omaisen mökki ja vanhustentalo. Yksin asui 63 % ja puolison kanssa 26 %, lisäksi omien tai puolison vanhempien kanssa asui 2% ja muiden aikuisten kanssa 2 % vastaajista.

Vastaajista 7 %:lla oli alaikäisiä lapsi ja täysi-ikäisiä lapsia oli 4 %:lla.

Vastaajien (n 129) ylin koulutus

Peruskoulu kesken	2 %
Perus- tai kansakoulu	36 %
Lukio	7 %
Ammattikoulu	36 %
Opisto	10 %
Ammattikorkeakoulu	5 %
Yliopisto	5 %

PÄIHDE- TAI MIELENTERVEYSJÄRJESTÖJEN TOIMINTAAN OSALLISTUMINEN

Miten osallistut tämän järjestön/säätiön toimintaan?

(n 142)

Jäsen	54 %
Aktiivinen osallistuja	50 %
Vapaaehtoistyöntekijä	28 %
Hallituksen, johtokunnan tai muun vastaavan jäsen	25 %
Vertainen	16 %
Palvelun käyttäjä tai asiakas	13 %
Kokemusasiantuntija	12 %
Tutustumassa toimintaan	7 %
Työtoiminta/tukityöllistettynä järjestössä	6 %
Satunnainen osallistuja	6 %
Työntekijänä järjestössä	5 %
Opiskeluihin liittyen	3 %
Muu osallistumisrooli	3 %

Mistä syistä olet tullut mukaan tähän toimintaan?

(n 142)

Omaan päihteiden käyttöni liittyvät syyt	62 %
Saan mielekästä tekemistä	47 %
Haluan tavata ihmisiä	46 %
Vertaistuen antaminen	43 %
Vertaistuen saaminen	42 %
Halun auttaa muita ihmisiä	42 %
Haluan tutustua uusiin ihmisiin	37 %
Tuki toipumisen ylläpitämiseen	37 %
Haluan kuulua johonkin ryhmään	24 %
Omaan mielenterveyteen liittyvät syyt	23 %
Haluan oppia uutta tai saada tietoa	21 %
Haittojen ennaltaehkäisy	17 %
Yhteiskunnallinen vaikuttaminen	12 %
Läheisen päihteiden käyttöön liittyvät syyt	10 %
Läheisen mielenterveyteen liittyvät syyt	6 %
Saan palkkaa tai palkkiota	6 %
Akuutti ”ongelma” tilanne päällä	5 %
Muu syy	4 %

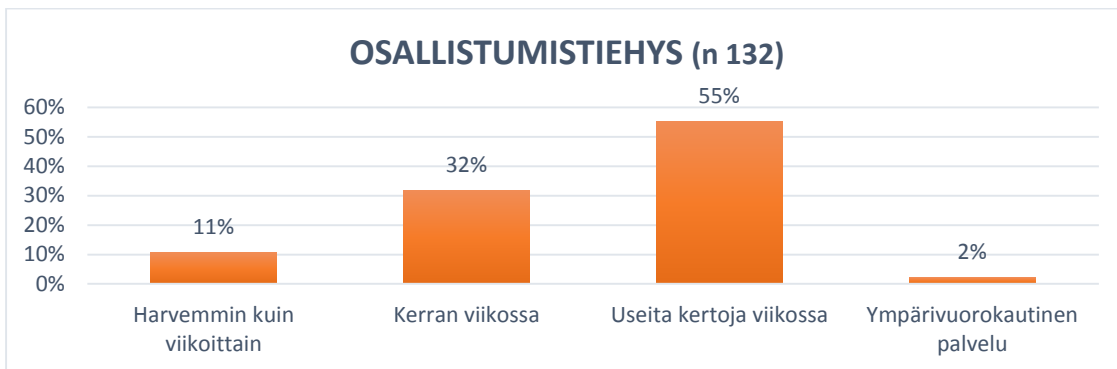
Muita mainittuja syitä olla mukana toiminnassa olivat elämänarvot, halua auttaa muita, madaltaa asiakkaiden kynnystä osallistua sekä opiskelu ja työ.

Mistä tieto järjestöstä? (n 138)

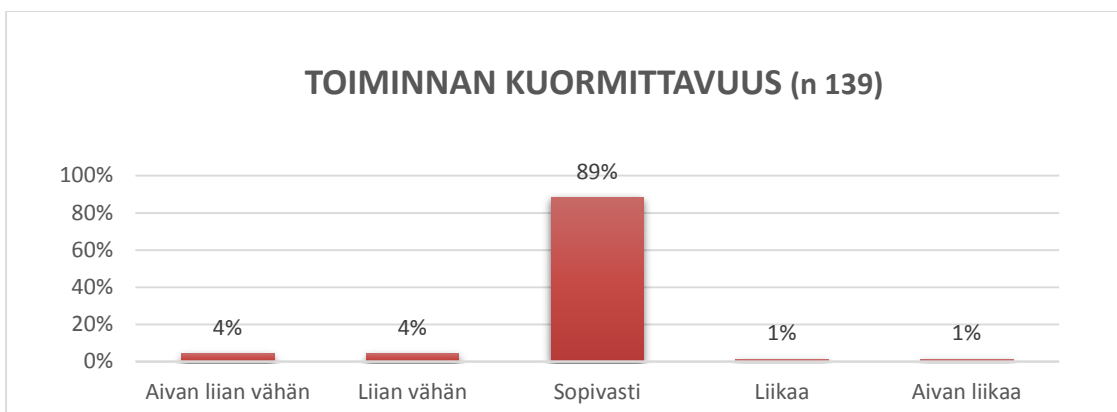
Läheiseltä	33 %
Tutulta	33 %
Muulta työntekijältä	24 %
Terveydenhuollosta	17 %
Muusta tietolähteestä	12 %
Toisesta järjestöstä	11 %
Sosiaalitoimesta	8 %
Sosiaalisesta mediasta	7 %
Lehdestä	4 %
Internetsivuilta	3 %
Muusta mediasta	1 %

Muita mainittuja tietolähteitä (12 %), joiden kautta vastaajat olivat saaneet tiedon järjestöstä: terapeutilta, asuntolasta, koulun tai opiskelun kautta, työn tai työvoimatoimiston kautta.

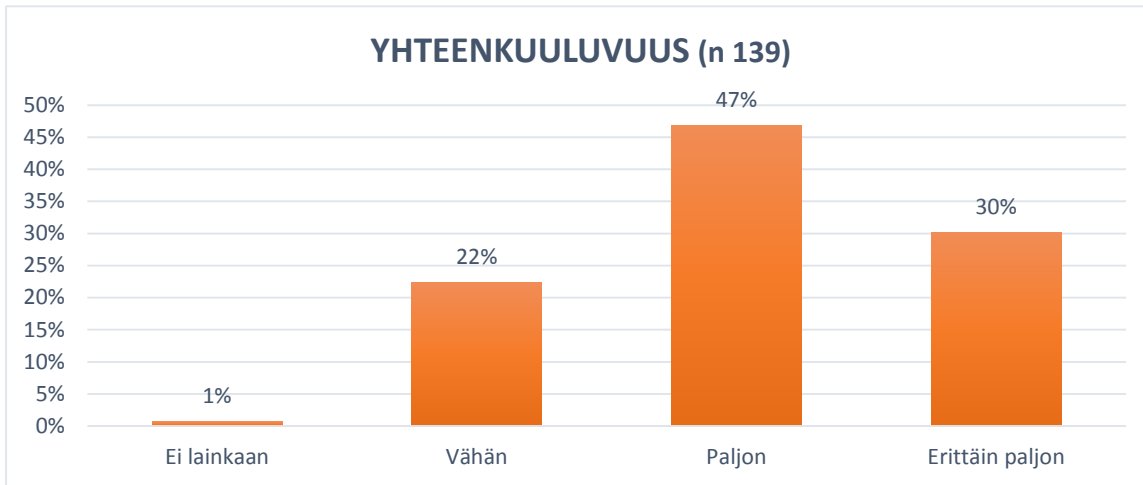
Montako kertaa viikossa osallistut tähän toimintaan?



Kuormittaako tähän toimintaan osallistuminen sinua?

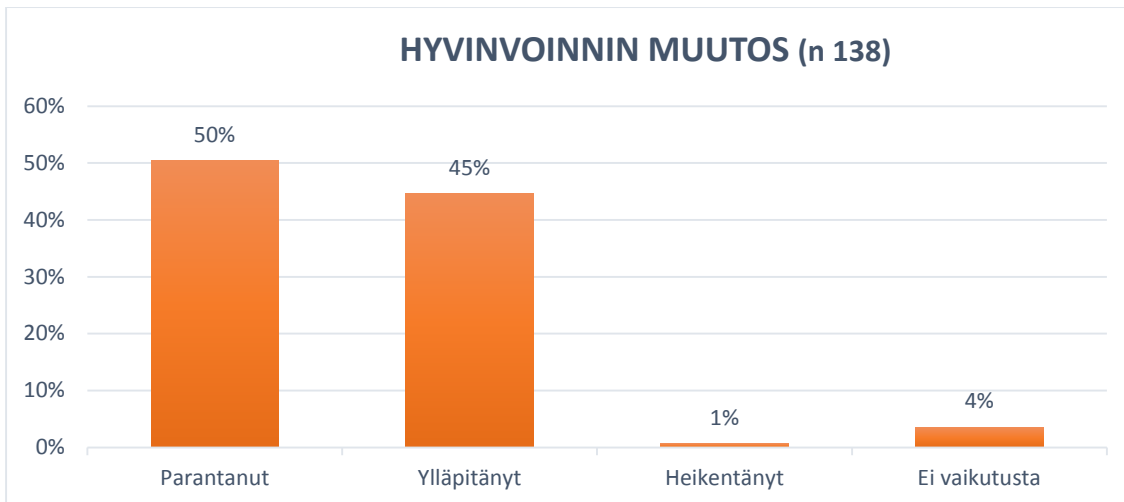


Tunnetko kuuluvasi tähän järjestöön/säätiöön?



Yli kolme vuotta toiminnassa mukana olleista 43 % koki erittäin paljon yhteenkuuluvuutta A-Kiltatoimintaan ja toiset 43 % oli lisäksi kokenut paljon yhteenkuuluvuutta. Kolme vuotta tai vähemmän toiminnassa mukana olleista joka viides (21 %) koki erittäin paljon yhteenkuuluvuutta ja puolet (52 %) paljon yhteenkuuluvuutta. Useita kertoja viikossa osallistuvat kokivat erittäin paljon yhteenkuuluvuutta useammin (39 %) kuin kerran viikossa osallistuvat (7 %).

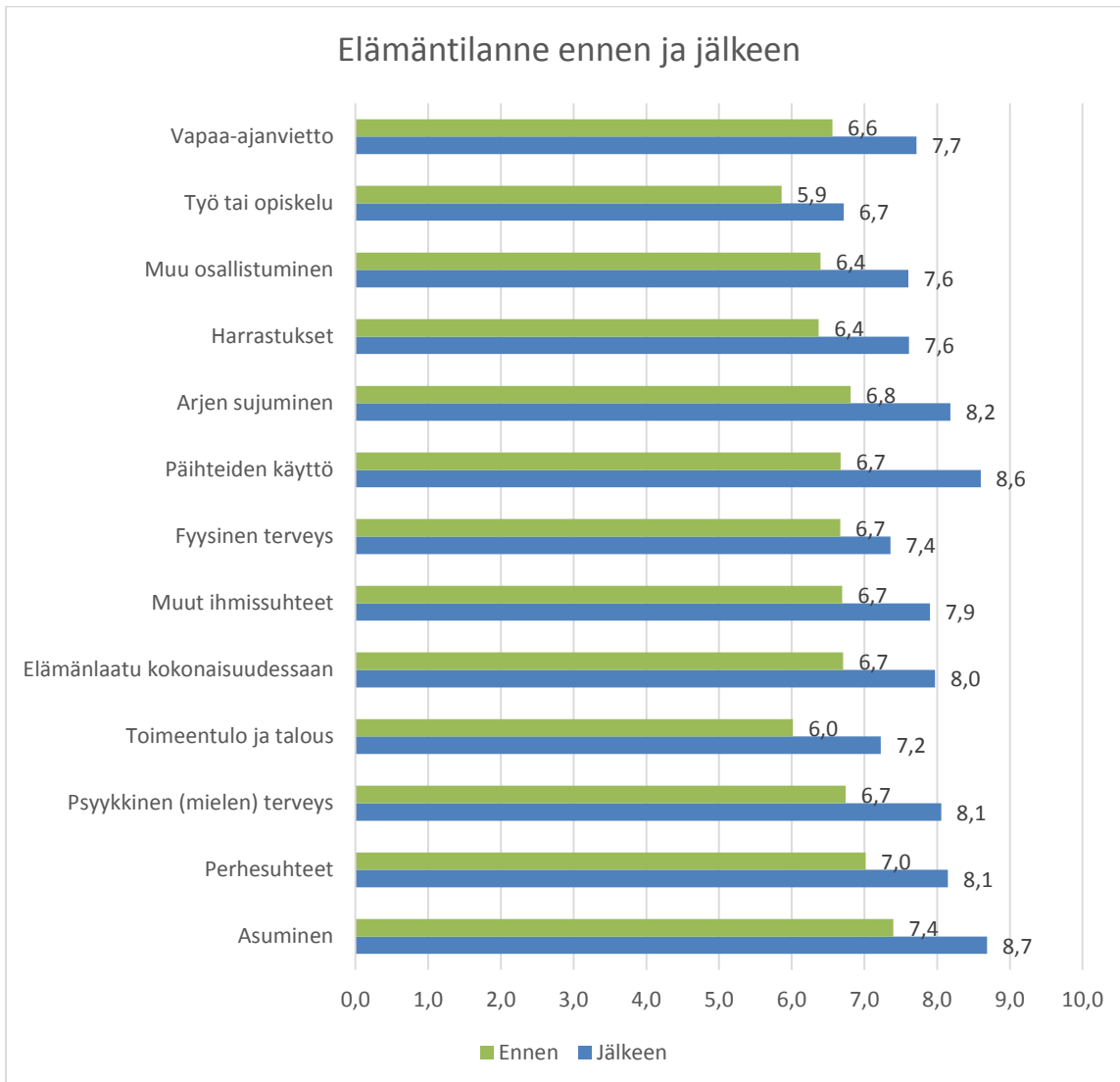
Onko tämä toiminta mielestäsi vaikuttanut hyvinvointiisi?



ELÄMÄNTILANNE

Miten arvioit OMAA tilannettasi elämän eri osa-alueilla TÄLLÄ HETKELLÄ?

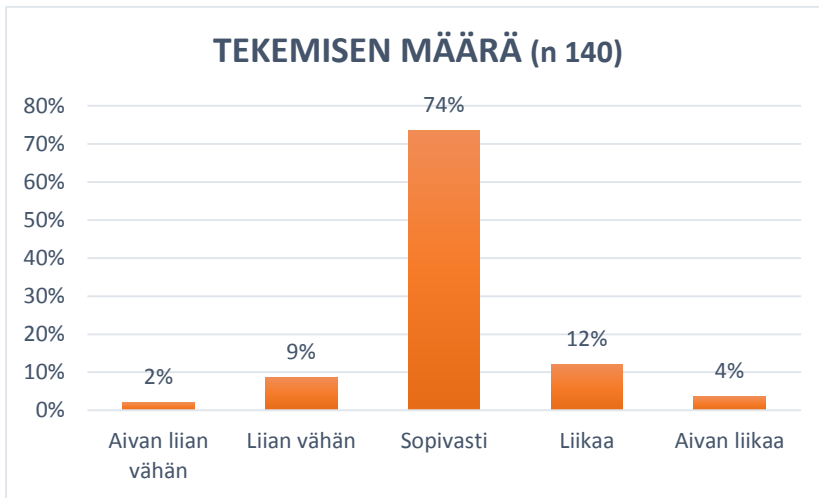
Arvioi jokainen asia käyttäen **kouluarvosanoja 4–10** (4 = tilanne on erittäin huono; 10 = tilanne on erinomainen tai asia on erinomaisesti hallinnassa)



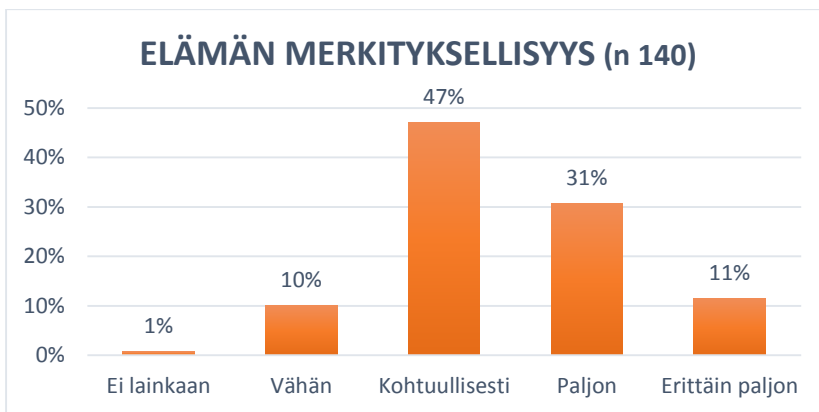
Elämäntilanteen ennen ja jälkeen oli arvioinut kysymyskohtaisesti 77–134 henkilöä. Opiskeluun ja työhön liittyvän kohdassa vastaajien määrä oli selkeästi pienempi kuin muissa kohdissa. Vastaajien pienempi määrä opiskeluun ja työhön liittyvässä kohdassa kuvaa vastaajien taustaa: vastaajista yli puolet (60 %) olivat eläkeläisiä, joita opiskelua ja työhön liittyvä kysymys ei ole välttämättä koskenut.

Asuminen, arjentoiminnot sekä päihteiden käytön osalta yli kolme vuotta toiminnassa mukana olleet olivat kokeneet suuremman muutoksen kuin lyhyemmän ajan toiminnassa mukana olleet. Ryhmien välillä ei kuitenkaan ollut eroa siinä, oliko toiminnan yleisesti koettu parantavan vai ylläpitävän hyvinvointia. Myönteisiä muutoksia oli kokenut moni sekä vähän että kauan toiminnassa mukana ollut. Ensi kertaa mukana olleet eivät sisältyneet tähän tarkasteluun.

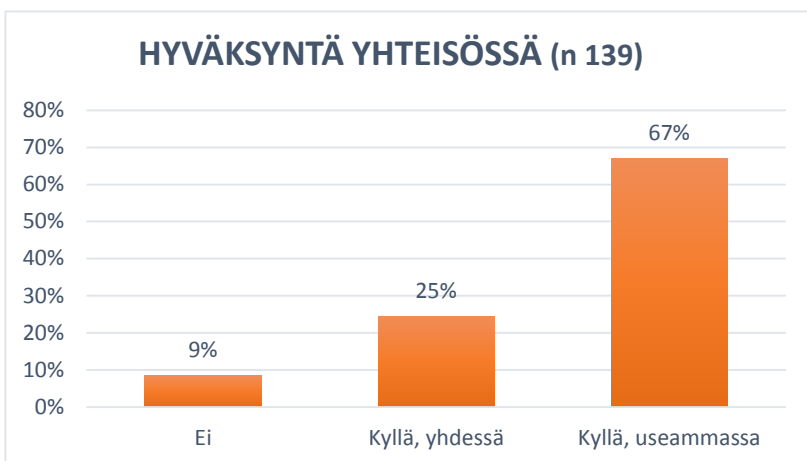
Onko sinulla yleensä ottaen riittävästi tekemistä?



Missä määrin tunnet, että elämäsi on merkityksellistä?

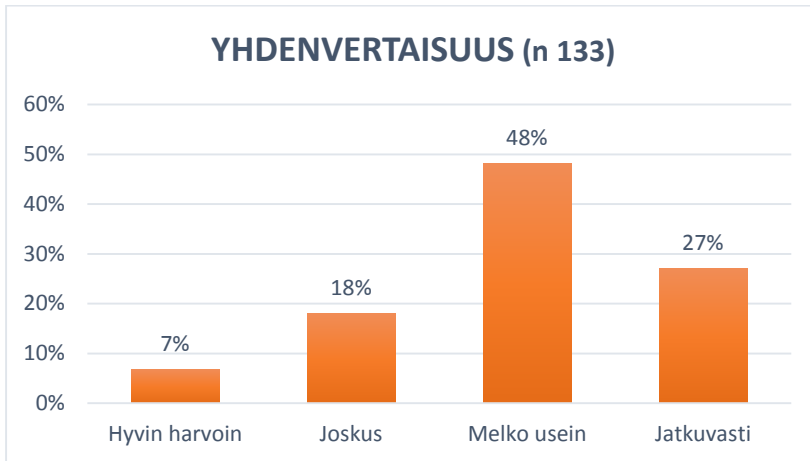


Kuulutko johonkin yhteisöön (esim. perhe, porukka, ryhmä), jossa koet olevasi hyväksytyksi?



Vastauksissa kysymykseen ”kuulutko johonkin yhteisöön, jossa koet olevasi hyväksytty” ei ollut eroa riippuen siitä kuinka usein A-Kiltatoimintaan osallistui tai kuinka pitkään oli ollut toiminnassa mukana. Eroja ei myöskään ollut yhdenvertaisuuden kokemuksen tai elämän merkityksellisyyden kokemuksen kohdalla. Yksinäisyyden kokemukset olivat hieman vähäisempiä niillä, jotka olivat olleet toiminnassa mukana yli kolme vuotta.

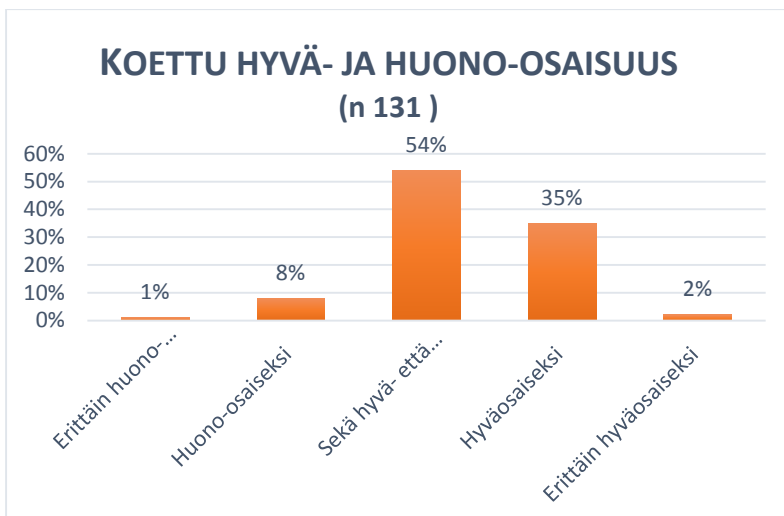
Tunnetko itsesi yhdenvertaiseksi muiden kanssa?



Tunnetko itsesi yksinäiseksi? (n 133)

Ei koskaan	Hyvin harvoin	Joskus	Melko usein	Jatkuvasti
11 %	35 %	39 %	14 %	2 %

Tunnetko itsesi huono- tai hyväosaiseksi?



Hyvä- ja huono-osaisuuteen liittyvistä asioista tutkijat kävivät keskustelemassa työntekijöiden ja asiakkaiden kanssa Helsingin A-killassa (Malmin yhteisötila). Todettiin, että hyvä- ja huono-osaisuuden kokemukset voivat usein esiintyä yhtä aikaa, sillä elämä koostuu monenlaisista asioista. Alla on listattu keskeisiä keskustelussa esiin nousseita asioita.

Toivo kuntoutuksen edetessä – subjektiivinen kokemus paranee

- vertaistuki – toivo, en ole yksin
- henkinen hyvinvointi – saa palveluja
- toiminta on taikasana

Toipuminen tuo tulevaisuutta

- asteikkoa korjataan yhteisössä
- Toipumiskokemus: elämä raiteilleen, tärkeää mutta talous ei muuttunut, tunne muuttui
- talous kapea – ei tärkeä jollei se arvona ole tärkeä
- jos ei ole rahaa ei voi päättää omista asioista
- selviytyminen ja suoriutuminen – tulot liittyvät toisiinsa myös arvoina

Arvot

- omat valinnat
- mitä itse pitää tärkeänä

Riippuu mihin vertaa

- ei henkistä eikä fyysistä väkivaltaa
- hyväosaisuus isoja paloja, huono-osaisuus koostuu pienemmistä asioista
- erittäin hyväosainen kokonaisuudessaan vaikka pieniä asioita huonosti

PALVELUJEN KÄYTTÖ

Oletko mielestäsi saanut riittävästi seuraavia palveluita viimeisen 12 kk aikana

Mielenterveyspalvelut (n 129)

En ole tarvinnut	71 %
Olen käyttänyt, palvelu ei ole riittävä	13 %
Olen käyttänyt, palvelu oli riittävää	16 %

Päihdepalvelut (n 129)

En ole tarvinnut	60 %
Olisin tarvinnut, mutta en saanut	2 %
Olen käyttänyt, palvelu ei ole riittävä	12 %
Olen käyttänyt, palvelu oli riittävää	27 %

Asumispalvelut (n 127)

En ole tarvinnut	77 %
Olisin tarvinnut, mutta en saanut	2 %
Olen käyttänyt, palvelu ei ole riittävä	11 %
Olen käyttänyt, palvelu oli riittävää	10%

Lääkärin vastaanotto (n 127)

En ole tarvinnut	24 %
Olisin tarvinnut, mutta en saanut	5 %
Olen käyttänyt, palvelu ei ole riittävä	28 %
Olen käyttänyt, palvelu oli riittävää	43 %

Talous- ja velkaneuvonta (n 125)

En ole tarvinnut	69 %
Olisin tarvinnut, mutta en saanut	7 %
Olen käyttänyt, palvelu ei ole riittävä	10 %
Olen käyttänyt, palvelu oli riittävää	13 %

Toimeentulotuki (n 129)

En ole tarvinnut	51 %
Olisin tarvinnut, mutta en saanut	5 %
Olen käyttänyt, palvelu ei ole riittävä	26 %
Olen käyttänyt, palvelu oli riittävää	18 %

Lastensuojelu (n 126)

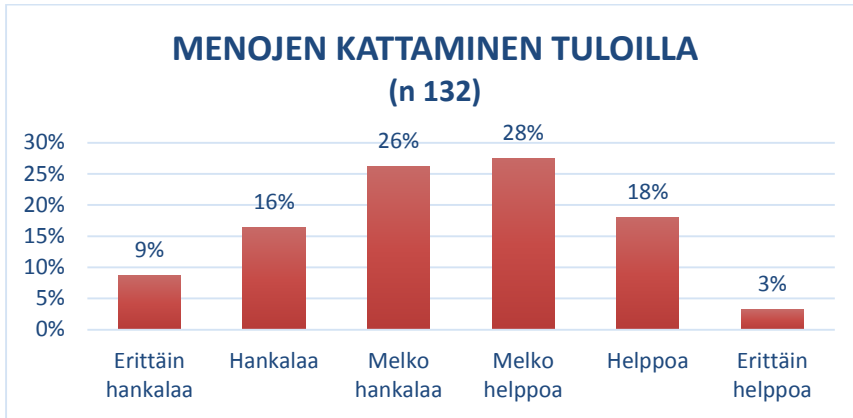
En ole tarvinnut	91 %
Olisin tarvinnut, mutta en saanut	1 %
Olen käyttänyt, palvelu ei ole riittävä	2 %
Olen käyttänyt, palvelu oli riittävää	6 %

Onko muita sellaisia palveluja, joita olisit tarvinnut, mutta et ole saanut: 7 % (n 133)

Muut saamattomat palvelut: apu kodinhoitoon, tuki kaverille, Kelan maksama kuntoutus, matkatoimisto, psykoterapia, ravintoterapeutti, terveydenhuolto asumispaikkakunnalla, muuttoapu, vammaisavustajan saaminen sekä tuen saaminen siihen, että saisi yhteyden omiin lapsiin.

TALOUDELLINEN TILANNE

Kun kotitaloutesi kaikki tulot otetaan huomioon, onko menojen kattaminen näillä tuloilla



Oletko pelännyt, että ruoka loppuu ennen kuin saat rahaa ostaa lisää? (n 135)

Ei	66 %
Kyllä	33 %

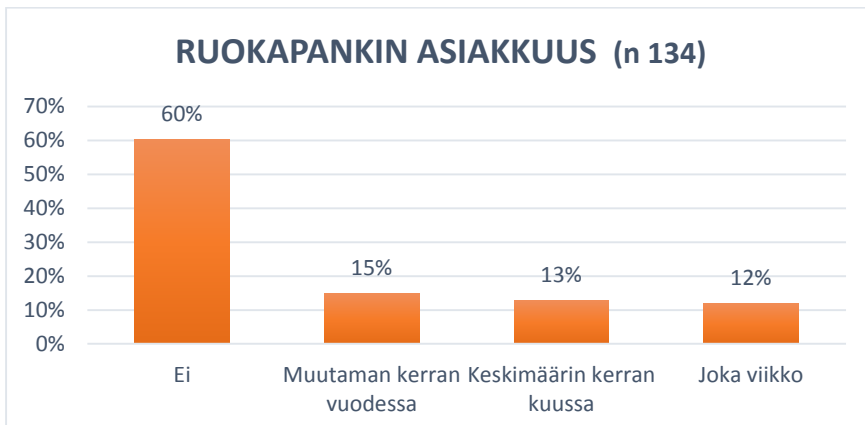
Oletko joutunut tinkimään lääkkeiden ostosta rahan puutteen vuoksi? (n 134)

Ei	66 %
Kyllä	34 %

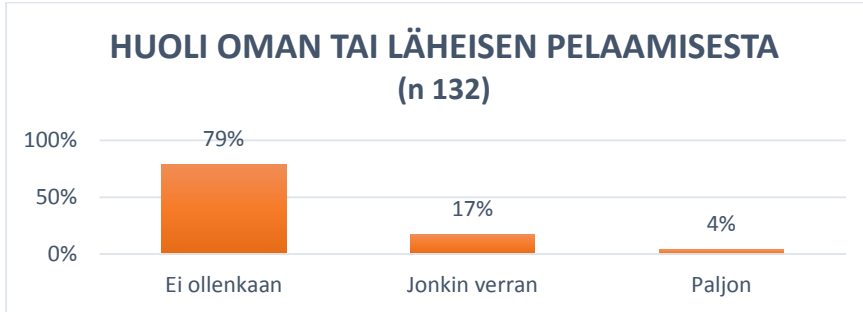
Oletko jättänyt rahan puutteen vuoksi käymättä lääkärissä? (n 135)

Ei	70 %
Kyllä	30 %

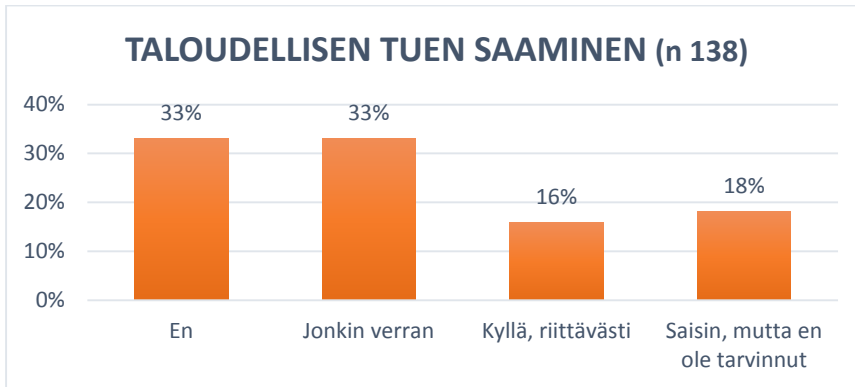
Oletko ruokapankin (leipäjonon) asiakas?



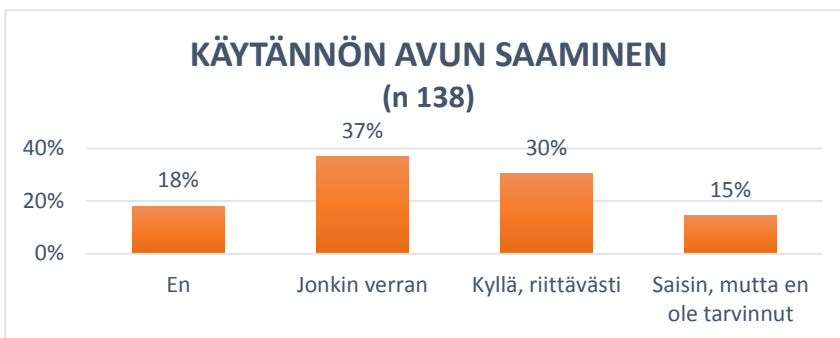
Aiheuttaako oma tai läheisen pelaaminen sinulle taloudellisia huolia?



Saatko ystäviltä ja/tai sukulaisilta taloudellista tukea tarvittaessa?



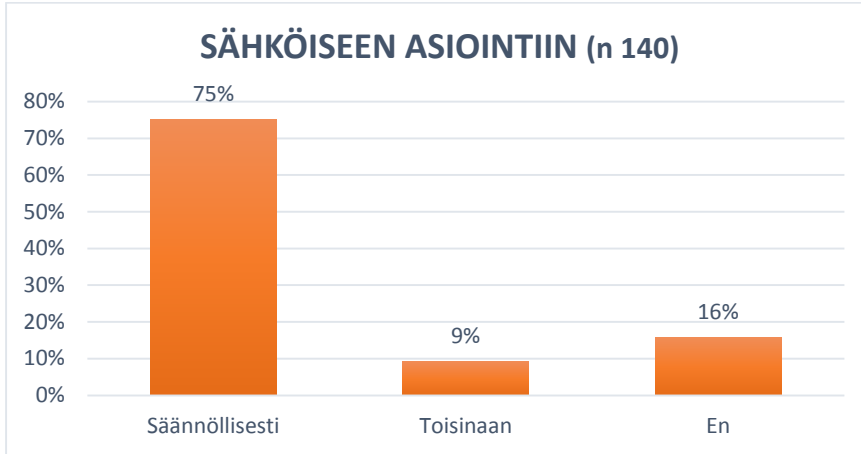
Saatko ystäviltä ja/tai sukulaisilta tarvittaessa muuta käytännön apua?



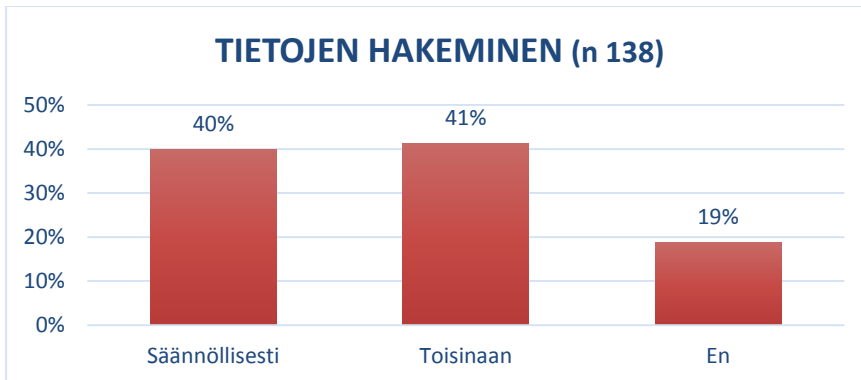
INTERNET

Oletko käyttänyt internetiä viimeisen 12 kk aikana?

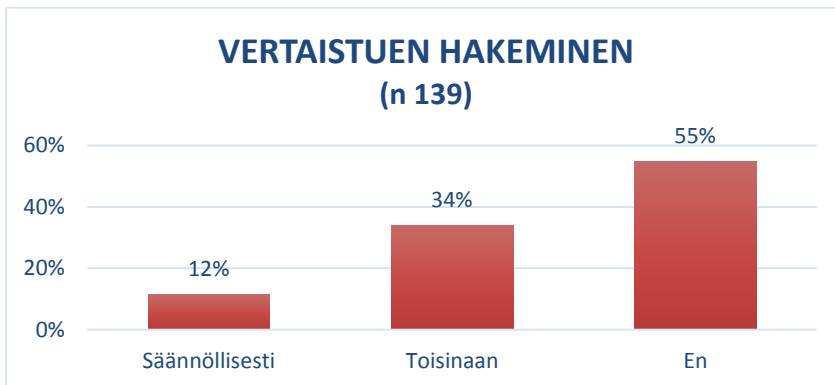
Sähköiseen asiointiin (esim. verkkopankki, KELA, verohallinto)



Tietojen hakemiseen järjestöjen toiminnasta, tapahtumista tai palveluista

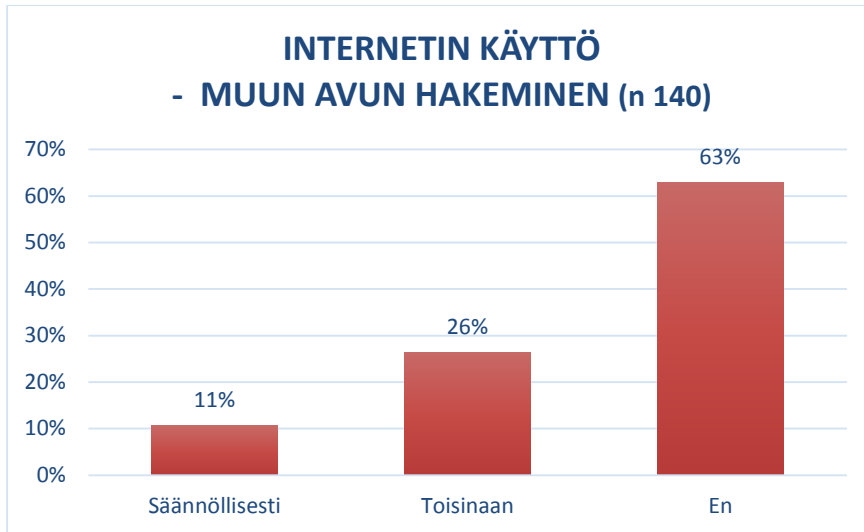


Vertaistuen hakemiseen päihde- tai mielenterveyskysymyksissä

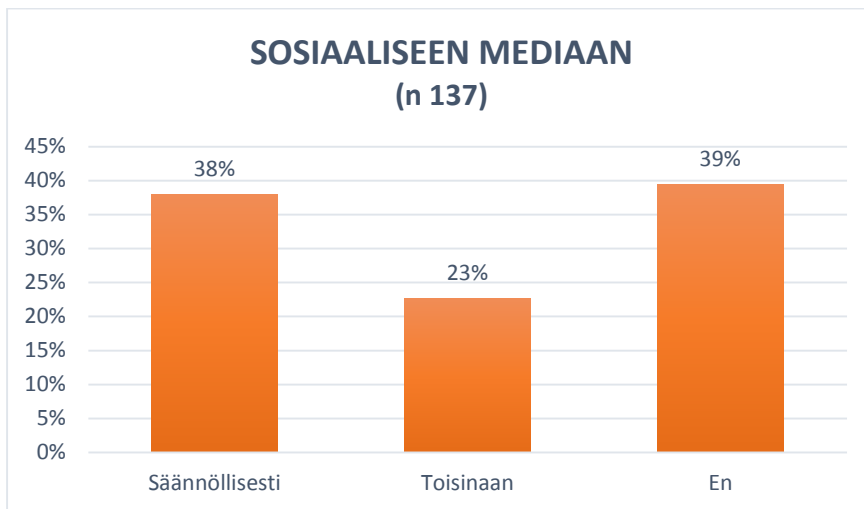


Oletko käyttänyt internetiä viimeisen 12 kk aikana?

Muun avun hakemiseen päihde- tai mielenterveyskysymyksissä



Sosiaaliseen mediaan



AVOIMET KYSYMYKSET

Vapaa palaute (47 vastausta, 143 tyhjää)

- A-kilta on minulle riittänyt.
- A-kilta, vertaistuki-illat, kortinpeluu ovat hyvästä. Hyvä mieli, erilaista toimintaa.
- Huilituvassa istuminen
- Ainakin täällä on hyvä henki, kaikki me ollaan samanarvoisia. Sen olen huomannut ja jokaista kuunnellaan ja pidetään samanarvoisena. Apua on varmasti moni saanut ryhmistä ym. liikunta.
- Paljon virikkeitä.
- Aito demokratia ja nöyryys, avoin mieli yhä enemmän kunniaan. Kiitos sydämellisesti!
- Aivan liian vähän resursseja esim. kohtalaisista mielenterveysongelmista kärsiville. Tilanteen tarvitsee mennä erittäin huonoksi ennen kuin saa apua.
- Ei ole sen kummempaa "toivetta"
- Elämänlaatu on paranemassa hyvää vauhtia. Annan tukitoimille ja itselleni vuosia tässä aikaa, joten kehittämistarvetta ei ole vielä tullut mieleen.
- Enemmän henkilökohtaista, yksilöllistä palvelua
- Enemmän liikunnallista tapahtumaa, lisää ryhmiä
- Enemmän yhteistyötä, ei pelkkä informaation antaminen, yhdessä tekeminen
- Erittäin hyviä ja tarpeellisia koska niistä saanut voimaa
- Hyvää toimintaa!
- Jatkakaa samaan malliin
- Järjestöt asiakaslähtöisiä, täydentävät yhteiskunnan palveluja. Pystyvät reagoimaan nopeasti muutoksiin, toisin kuin yhteiskunnan jähmeä organisaatio
- Kolmannen sektorin toimijat ovat tärkeimpiä raitistumisessa. Vertaistuki on ainoa minua auttanut "lääke" - monia on kokeiltu!
- Kuitenkin kynnystä osallistumiseen saatava vielä madallettua.
- Kulttuuritapahtumia.
- Kunnat vaativat 3. sektorin toimijoilta heille kuuluvia palveluja, pakottavat palvelun tuottajiksi
- Kyllä saa riittävästi palveluita mutta taloudellinen tilanne nykyaikana vaikeuttaa monesti eri asioihin esimerkiksi kuntoutukseen ei aina löydy tarvittavia rahoja.
- Laitoshuollossa paneuduttava lääkehoidon tarpeellisuuteen.
- Liian aikaa vievää ja byrokraattista.
- Liian vähän on katkoja, kuntoutuspalveluita. Perustoimeentulo liian pieni, monilla vaikeuksia
- Luonto on hoitava elementti, kaikki siihen kuuluva. Läheiset ihmiset, yleensä kanssaihmiset rikastuttavat elämää. Tekeminen, tehdä asioita ja kehittää itseään.
- Mainostusta ja kampanjointia enemmän! Hienoa, kun järjestetään esim- A-killan tapahtumia ja retkiä.
- Mielestäni näissä palveluissa pidetään tärkeänä ja halutaan auttaa vaikeissa asioissa mitä elämä voi tuoda tullessaan
- Minulle on aina annettu tukea, kun olen tarvinnut.
- No ei ole menossa hyvään suuntaan.
- Nykyisin tehty liian vaikeaksi päästä esim. katkole. Liian byrokraattista. eniten apua tarvitsevat jäävät ulkopuolelle. Hoitoon pääseminen vaatii sairaalta ylivoimaisia ponnisteluja.
- A-kiltojen toiminta ollut aivan mahtavaa, mutta aina ei pääse kaikkiin tapaamisiin rahapulan vuoksi.
- Oma terveys ja hyvä vointi.

- Ovat aika sisään lämpeneviä piirejä! Avoimuutta. Enempi esille. Paikkakunnasta riippuen on tosi harvakseltaan tai toinen kaupunki aktiivinen toiminta
- Päihde- ja mielenterveyspalvelut ovat huonontuneet ratkaisevasti viimeisen viiden vuoden aikana, joka näkyy ihmisten pahoinvointina. Lähipiirissä tapahtunut itsemurhia, kun eivät ole saaneet riittävästi apua, myös päihdeongelmat ovat lisääntyneet räjähdysmäisesti.
- Päihde- ja mielenterveyspuolen järjestöjen ja alueiden oppilaitosten yhteistoimintaa pitäisi lisätä huomattavasti. Oppilaita tutustumaan toipujien ohjaukselle vertaistoimintaan ja sen merkitykseen.
- Päihde/mielenterveystyöhön lisää rahaa ja aikaa.
- Päihdetyöhön (ennaltaehkäisevä) pitäisi puuttua aikaisemmin.
- Ruohonjuuritasolla tehtävää työtä A-kiltatoiminnasta.
- Tietoa saisi olla enemmän muuallakin kuin verkossa.
- Toiminta erinomaista.
- Vielä liikaa vanhoissa ja omissa ympyröissä pyöriviä yhdistyksiä ja ihmisiä. Liikaa byrokratiaa ja kilpailua eri järjestöjen kanssa. Lisää yhteistyötä ja avoimuutta. Otettaisiin yksilö enemmän huomioon ja tuettaisiin myös enemmän.
- Yhteiskunnan pitäisi antaa tilat sekä rahoitusta. Vapaaehtoistoimintaa jäisi voimavarat, kun ei tarvitse käyttää niitä raha etsimiseen. Toipumisen ilo!

Voimaannuttavat asiat (103 vastausta, 40 tyhjää)

- A-killan toiminta, liikunta, ystävät
- A-killan toiminta
- A-kilta
- A-kilta, perhe
- A-kilta, kilta
- A-kilta, puoliso
- A-kilta, vaimo ja lapset
- A-kiltalaisena olo tuo paljon sisältöä elämään
- Aktiivinen toiminta monissa järjestöissä ja yhteiskunnallisissa asioissa, asunto, terveys, ystävät.
- Elämäkumppani, lapsi, lapsenlapset,
- kissat, hevoset
- ratsastus
- lukeminen, kuuluminen A-kiltaan - vertaistuki
- En osaa sanoa
- Että saa osallistua
- Harrastukset, puoliso, ystävät ja kaverit
- Harrastus ja läheiset
- Hyvinvointi, talous, ihmissuhteet
- Hyvät ihmissuhteet, hyvät kaverit, hyvät harrastukset, raittius
- Hyvät ystävät, harrastukset (käsityö, vesijuoksu jne), lukeminen
- Ihmissuhteet, talous, raittius, liikunta
- Kaunis parisuhde, hyvä koti, työ, A-kilta
- Kaveriporukka
- Koti, lapset, perhe, tulevaisuus

- A-killasta, vertaistuki, jatkuva raittius, ryhmät
- Kuulua A-killaan ja kun vielä voin harrastaa liikuntaa. On kertynyt ystäviä ja kaveria raittiin elämään tueksi. Voin omalla esimerkillä auttaa vielä kärsiviä ja ongelmien kanssa painivia ihmisiä.
- Lapsenlapset, metsästys, eläkeläisjärjestö
- Lapsenlapset, ryhmän onnistumiset
- Lapset
- Lapset ja etenkin lastenlapset
- Lapset ja kissa
- Lapset ja lapsenlapset, sisarukset
- Lapset ja lapsenlapsi, ystävät, uudenlainen elämä, työ, usko
- Lapset
- Lapset ja oma raittius
- Lapset, luonto, vertaistuki, opiskelu/työ
- Lapset, läheiset, ystävät, terveys, säännöllisyys, oman elämän hallinta
- Lapset, sosiaalinen kanssakäyminen
- Lapset, ystävä, äiti, sisarukset
- Lasten koulunkäynti ja menestyminen, kotirauha
- Liikunta, ihmiset, säännöllinen arkirytmisi
- Liikunta, terveys, vertaistuki
- Liikunta, ystävät, päihdetoipujien auttaminen
- kirkkokuoro
- karaoke
- Luonnon rauha
- Luonto, muutama ihminen, hiljaisuus, taide, huumori
- Läheiset, vertaistuki
- lapseni sekä muutama hyvä ystäväni, kirjat, elokuvat ja musiikki!
- Musiikki, liikunta, rauhoittuminen
- Olemalla ensin rehellinen itselle sitten muille
- Oma elämänsäsenne, henkilökohtainen usko, läheisten antama tuki
- Oma miesystävä, läheinen, omaiset, muut tutut, ystävä. saan olla melko terve psyykkisesti kuin fyysisesti. Luonto antaa voimaa, luonnon läheisyys, liikkuminen. Perhe
- Perhe (avopuoliso, lapset ja lastenlapset), musiikin kuuntelu, puuhastelu kotona, askartelu
- Perhe, harrastukset
- kalastus
- Lappi
- Perhe, lapset, lastenlapset, ystävät, vapaaehtoistyö
- Perhe, raittius, vertaistuki, yhteisöllisyys. Tärkeä toiminta omassa A-killassa. Yhteistyö eri järjestöjen ihmisten kanssa. A-killassa uudet selviytyjät antavat voimaa.
- perhe, säännöllinen mielekäs tekeminen ja ystävien kanssa yhteydenpito
- Perhe, työ
- Perhe, ystävät, luonto, harrastukset (esim. killasta)
- Perhe, ystävät, työ
- Perheen jäsenet, ystävien tuki
- Perhesuhteet, terveyden ylläpitäminen
- Pieni lapsenlapsi, säännöllinen elämä

- Poika ja A-kilta ym.
- Puhuminen, vertaistuki, huumori
- Puoliso, harrastukset, samoista asioista kiinnostuneet porukat.
- Pystyis pääsemään alkoholista eroon
- Pysyvä raittius, henkinen tasapaino, hyvä yleiskunto
- Päihteetön ja terveellinen elämä
- usko
- Raittius, raittius ja raittius
- Raittius
- Raittius, usko huomiseen
- Raittius, vertaistuki
- Raittius, ystävät
- Raittius, ystävät, harrastukset
- Suht säännöllinen päivärytmi, vertaistuki, lapset
- Tekeminen, ihmisten tapaaminen, vertaistuki
- Terveys (ainakin fyysinen)
- Terveys, oman elämän hallinta
- Terveys, ruoka, raha, rakkaus
- Tieto
- mahdollisuus jakamiseen vertaisen kanssa
- vertaistyön antaminen
- Toisten päihdeongelmissa auttaminen, itse raitis tällä hetkellä
- Turvattu toimeentulo ja ihmissuhteet
- Tytär ja ystävät
- Työ, harrastukset, ystävä, järjestötyö
- työ
- Opiskelu ja itsensä kehittäminen, oppiminen, onnistuminen
- Hyvät suhteet omiin rakkaimpiin; lapset, vanhemmat, miesystävä. Oman itseni ja rajani tunnistaminen, toteuttaminen ja elämän merkityksellisyyden kokeminen.
- Urheilu, läheisten tuki, A-kilta
- Urheilu, ystävät, vertaistuki, raittius
- Uskon asiat, uudet ystävät, sukulaiset, A-kilta
Uskonto, A-killan toiminta, työ
- Vertaistuki, A-kilta, työ
- Vertaistuki, ryhmätoiminta
- Yhteisöllisyys
- Yhteisöllisyys, sosiaalinen verkostoni, vertaistuki, omat harrastukset, pojanpojat perheineen, muut sukulaiset
- Ystävien ja sukulaisten/A-kiltalaisten auttaminen
- Ystävä jonka kanssa voi jutella, paikka jossa käydä, ettei jumita kotiin, kävely ulkona/kirpparilla
- Ystävät
- Ystävät, sukulaiset, luonto, harrastukset, työ ym.

Kokemuksia elämäntilanteesta (16 vastausta, 127 tyhjää)

- Aineet eristävät ihmistä
- Ei valittamista nykytilanteesta
- Ihmissuhteet ja harrastukset tasapainossa
- Juuri kun asiat ovat mallillaan sattuu yleensä joku takaisku tai muu harmitus
- Koen yksinäisyyttä porukassa kuin porukassa, ulkopuolisuus.
- Meno paranee
- Näissä "piireissä" tunnen olevani hyväksytty ja tarpeellinen.
- Olen herkkä ja omantunnontarkka sekä tarkkanäköinen
- Olen päihdeperheen lapsi, eikä syvin kokemus muutu, vaikka ikää on
- Olen saanut uuden mahdollisuuden, pienistä asioista koostuu iso kokonaisuus
- velat vielä miinuksella
- Päihdemenneisyys joskus kummittelee, kaduttaa jos vieläkin häpeäntunteita
- Silloin olin pohjalla niin kaikki asiat meni paskaan (ero, häätö)
- Silloin tällöin alemmuuskompleksi, en arvosta itseäni
- Taipumus unohteluihin ja huonoon tuuriin (onneen)
- Yksineläjä, voisi olla sopiva kumppani
- traumaattista taustaa

Palvelunanti (71 vastausta, 72 tyhjää)

- "Elämäntapa", ohjelmaa eläkeläisen arkeen, hyvää mieltä, kun voi tukea muita kävijöitä
- Ajankulua, järjestelmällisyyttä
- Aktiviteettia, sosiaalisuutta
- Antaa hyvän olon, kun on voinut jotenkin olla avuksi toisille.
- Arjen rutiinit ja sosiaalisen kanssakäymisen
- Elämälle sisältöä
- Elämään sisältöä
- Hauskuutta, voimia sekä antaa vinkkejä tapahtumista, miten edistää toimintaa
- Hyvän mielen
- Hyvää mieltä keskustelutilaisuuksissa, samoin kivat tavata ihmisiä samoissa merkeissä eri suunnilta.
- Hyvää oloa ja jaksamista omassa elämässä pystyessäni auttamaan muita
- Hyvää vertaistukea ja monipuolista toimintaa
- Kannustusta ja tukea päihteettömään elämään
- Kokemusta, yhdessäoloa, raittiutta, kavereita
- Lisää kokemusta
- Mielekäs tekeminen, sosiaaliset suhteet
- Mielekästä toimintaa päihteettömästi, yhteisöllisyyttä, merkitystä. Mielekästä toimintaa vapaa-aikaa
- Mukavaa seuraa ja lukuisia ystäviä ympäri Suomen, hyvinvointia, sosiaalisuutta
- Mukavaa yhdessäoloa
- No - vertaistukea, mielekkyyttä elämään, toimintamahdollisuuksia, toista pyrkiä myös tukemaan
- Paljon tukea omalle päihteettömyydelle, uusia tuttuja ja hyviä kavereita. Tuntee kuuluvansa joukkoon.
- Pystyn kannustamaan muita kaltaisiani raittiuteen
- Pysymistä ajan tasalla
- Päihteettömyys
- Päihteetöntä toimintaa, vertaistukea

- Päivittäistä toimintaa
- Raitista elämää
- Raittiuden ja hyvän mielen
- Raittiutta ja tapaan kavereita
- Rutiineja ja tekemistä
- Saa vertaistukea, saa mukavaa tekemistä, voi osallistua toiminnan kautta erilaisiin tehtäviin.
- Saan olla ihmisten kanssa tekemisissä
- Saan vertaistukea
- Sisältöä elämään
- Sisältöä elämään, ystäviä yms.
- Tavata "kohtalotovereita" ja viettää viihtyisiä hetki heidän seurassa.
- Tekemistä
- Toimintaa arkipäiville, rytmiä, liikuntaa, sosiaalisuutta
- Toimintaa raittiissa seurassa
- Tukea
- Tukea päihteettömyyteen
- Tukea päihteettömän elämäntavan ylläpitoon
- Tukea raittiuteen
- Tukea raittiuteen, ystäviä, säännöllisyyttä elämään
- Tukee päihteettömyyttäni, ajanvietettä, vertaistukea
- Tuntee kuuluvansa johonkin ja on tarpeellinen.
- Tutustuminen uuteen asiaan
- Työkokemusta
- hyviä asiakassuhteita ja yhteisöllisyyttä
- Tämä toiminta auttaa jatkamaan päihteetöntä elämää ja toivottavasti auttaa muitakin eroon päihteistä.
- Täydentää työtäni
- Vahvistaa
- Vaihtelua arkiseen rutiiniin
- Vertaistukea ja tietoa toiminnasta
- Vertaistukea ja toimintaa
- Vertaistukea ja uusia ihmisiä
- Vertaistukea, mukavaa ajankulua
- Vertaistukea, raittiuden tukena, päihteetöntä toimintaa
- Vertaistukea, tietoutta ja virkistystä
- Vertaistukea, voimia jatkaa päihteettömyyttä
- Vertaistuki
- Voimia raittiuteen ja vertaistukea
- Voimia, tietoa ja taitoa käsitellä asioita
- Yhdistysmuotoinen vertaistuki ja verkostoituminen monimuotoisuudessaan antavat valinnanmahdollisuuksia ja kokemuksen osallisuudesta ja valtaistumisesta omassa elämässä
- Yhteistä mukavaa eloa ja oloa
- Yhteisöllisyyttä, vertaistukea, kuulumista porukkaan, säännöllistä kokoontumista A-killassa
- Yhteisön, johon kuulua, ystäviä, mahdollisuuden toimia muiden hyväksi
- työpaikan