



MIINA
SILLANPÄÄN
SÄÄTIÖ



Kun Heikki otti uuden suunnan





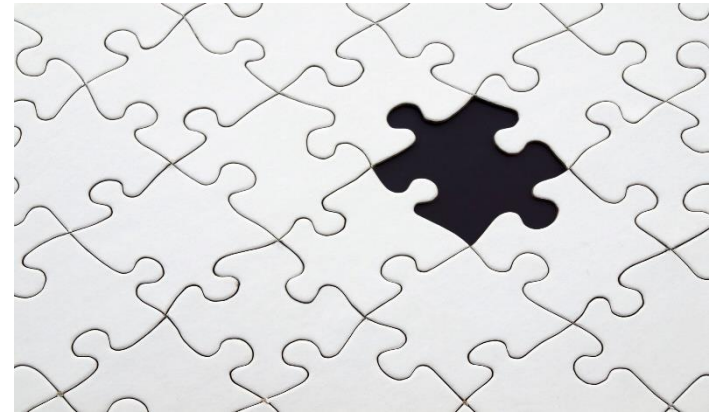
MIINA
SILLANPÄÄN
SÄÄTIÖ

Heikki, 57-vuotias kainuulaismies, asuu yksin. Hän erosi vaimostaan joitakin vuosia sitten. Heikin alkoholin käyttö oli yksi avioeroon johtaneista syistä.

Heikin aikuiset lapset asuvat toisella puolella Suomea. Heikki tapaa lapsiaan satunnaisesti, muutaman kerran vuodessa.

Heikki on tällä hetkellä vailla työtä. Elämä pyörii hyvin pitkälti yksikseen kotioloissa, missä tulee helposti myös ”tissuteltua.”

Jo pitkään Heikistä on tuntunut siltä, että hänen elämästään puuttuu palanen.





MIINA
SILLANPÄÄN
SÄÄTIÖ

Heikki ei ole yksin veneessä. Heikin ikäluokasta 24 % 50-59 –vuotiaista miehistä käyttää alkoholia 2-3 kertaa viikossa. Viikoittainen humalakulutus on yleisintä kyseisessä ikäluokassa.

(Finterveys 2017)

11,8 % 50-59 –vuotiaista miehistä on eronnut tai asumuserossa. (Finterveys 2017)

Kainuussa on 1850 työtöntä miestä. Lokakuussa 2019 Kainuun työttömyysaste oli 9,1 %. (Ely-keskus)





MIINA
SILLANPÄÄN
SÄÄTIÖ



Aamukahvia juodessaan Heikki silmäilee koti-seutulehteä. Hänen katseensa kiinnittyy mainokseen, jossa kerrotaan paikkakunnalla alkavasta miesten ryhmätoiminnasta. ”Löydetyt miehet”, Heikki lukee ääneen ja selaa lehden loppuun.

Kauppareissulla Heikki huomaa marketin ilmoitustaulun luona henkilön, joka on kiinnittämässä jotakin taululle. Heikki kävelee ohi samalla vilkaisten, mitähän nyt on tulossa. Hän ehtii nähdä ilmoituksesta sanat ”Löydetyt miehet.”

Maksettuaan ostokset Heikki palaa ilmoitustaulun luokse. Ilmoitus näyttää tutulta, se on sama kuin lehdessä.



MIINA
SILLANPÄÄN
SÄÄTIÖ

Arki näyttäytyy samanlaisena päivästä toiseen.
Elonpiiri on suppea, päivät vailla mielekästä sisältöä.

Heikki etsii keittiön lehtipinosta lehden. Sivulta
seitsemän löytyy jo tutuksi käynyt ilmoitus, Löydetyt
miehet. Päätäväisesti, joskin hieman jännittyneenä,
Heikki näppäilee ilmoituksessa olevan
puhelinnumeron.

Kolme viikkoa myöhemmin Heikki istuu pöydän
ääressä, muttei yksin. Hänen ympärillään on miehiä,
joiden elämästä puuttuu palanen.





MIINA
SILLANPÄÄN
SÄÄTIÖ

Seuraavan kolmen kuukauden aikana alkaa tapahtua. Heikki kokee, että viimein hän on saanut elämäänsä sisältöä: arkeen on astunut uusia tuttavuuksia, joiden kanssa on käyty kalastamassa ja marjastamassa.

Löydetyt miehet –ryhmiin osallistuneiden miesten viikoittainen alkoholinkäyttö on vähentynyt 15 %. Myös Heikin ”tissuttelu” on jäänyt vähemmälle, ja tilalle on tullut sosiaalisten kontaktien lisäksi myös kiinnostus pitää huolta omasta terveydestään.

Ostoslistalla on nykyään ruisleipää, kasviksia ja hedelmiä. Epäsäännöllinen ruokarytmi on muotoutunut säännölliseksi ateriaritmiksi. Heikistä tuntuu, että hänen olotilansa on kohentunut ja mieli virkistynyt.





MIINA
SILLANPÄÄN
SÄÄTIÖ

Tuttavaporukka alkaa tuntua entistä enemmän omalta kaveripiiriltä. Uusien kavereiden kanssa tavataan ja soitellaan säännöllisesti.

Arki tuntuu nykyään Heikistä erilaiselta kuin ennen: aamulla on mukava herätä, päivät eivät tunnu enää pitkiltä eivätkä illat yksinäisiltä. Puhelimessa on numeroita, joihin soittaa. Puhelun toisessa päässä vastaa kaveri.

