**Tiedote 4.9.2019**

**Julkaisuvapaa**

**Nuuskaaminen esti maajoukkueeseen valinnan**

**Jääkiekkoilija Markus Nurmi haastaa nuoret nuuskattomuuteen**

**Nuorten nuuskattomuutta tukeva Säkitön syyskuu -kampanja käynnistyi Varsinais-Suomessa. Kampanjan keulakuvana toimiva Turun Palloseuran oikea laitahyökkääjä Markus Nurmi toivoo nuorten pohtivan hyvinvointiaan.**

Nurmelle, 21**,** terveys ja hyvinvointi ovat elämän perusarvoja. Hän huolehtii terveydestään monin tavoin, mikä on perusta myös urheilu-uralle.

– Syön hyvin, nukun hyvin, liikun paljon ja elän melko päihteetöntä elämää, Nurmi listaa.

Säkitön syyskuu -kampanjan keulakuvaksi Nurmi on erinomainen esimerkki: hän ei nuuskaa käytä, mutta on sitä kokeillut. Kokeilu jäi lyhyeksi, sillä Nurmella on tuotteesta ainoastaan huonoja kokemuksia.

– Olin 14-vuotiaana jääkiekkoleirillä, jolta valittiin ensimmäinen u16-maajoukkue. Siellä kokeilin ihan ensimmäisen kerran nuuskaa ja tulin huonovointiseksi muutamassa minuutissa.

– Jäimme kiinni nuuskan käytöstä, ja monet pelaajat ”heitettiin ulos” leiriltä. Näin myös minä jäin vaille maajoukkuepaikkaa. Tästä sain hyvän opetuksen, enkä ole koskaan tämän jälkeen kokeillut nuuskaa edes kertaluonteisesti, Nurmi kertoo.

**Oma päätös ratkaisee**

On selvää, että nuuska heikentää urheilusuorituksia, vaikka nuoret ajattelevat sen olevan hyvä ja suorituskykyä parantava tuote. Nurmi toteaa nopeasti syntyvän riippuvuuden ja vallalla olevien asenteiden vaikuttavan nuuskaamispäätöksen ja -tapaan. Oikeastaan muita syitä hän ei näe urheilijan nuuskan käytölle olevan, sillä nuuskasta on urheilussa vain haittaa.

– Nuuskan käytöstä ei ole mitään hyötyä! kampanjakasvo painottaa.

Säkitön syyskuu -kampanjaan mukaan tulo oli nuorelle urheilijalle kunnia-asia: nuuskattomuus kuvaa erinomaisesti hänen omaa elämäntyyliään, vaikka hänellä lyhytaikaista kokemusta tuotteesta onkin. Nyt hän haluaa toimia hyvänä esimerkkinä nuoremmilleen.

– Käytön lopettaminen ja nuuskasta kieltäytyminen vaativat sisua ja kärsivällisyyttä mutta myös vahvaa omaa tahtoa. Pitää vain uskaltaa sanoa ei!

Markus Nurmi pitää erityisen hienona sitä, että Säkitön syyskuu pyrkii tukemaan elintapavalintojen lisäksi nuorten itsetuntoa, mikä saattaa edesauttaa nuuskattomuutta ja lisätä ryhmäpaineen sietokykyä.

– Vertaispaineesta, kuten nuuskan käytön lopettamisestakin, on tutkitusti helpompi selviytyä kaverin, perheen ja ammattilaisten tuella, muistuttaa kampanjavastaava **Minna Salakari.**

Nurmelle nuuskasta erossa pysyminen on helppoa – hän pystyy olemaan huoletta käyttämättä, vaikka kaverit tai joukkuetoverit käyttäisivät tuotetta.

– Olen kerran siihen halpaan mennyt, se oli iso virhe.

Hän toivoo oman kokemuksensa kautta pystyvänsä vakuuttamaan myös nuorille, että nuuskaaminen ei ole viisasta.

**Lisätiedot:**

Kampanjavastaava, projektipäällikkö Minna Salakari

[minna.salakari@turkuamk.fi](mailto:minna.salakari@turkuamk.fi) p. 040 730 7877

Säkitön syyskuu -kampanjan verkkosivu: [www.säkitönsyyskuu.fi](http://www.säkitönsyyskuu.fi)

NIKO-projektin verkkosivu: [www.hymyähuuleen.fi](http://www.hymyähuuleen.fi)

Kuva: Ada Avenius

Säkitön syyskuu on Lounais-Suomen Syöpäyhdistyksen NIKO-projektin yksi päätuotoksista. Kampanjan perusrunko on tuotettu Turun ammattikorkeakoulun ylemmän ammattikorkeakoulututkinnon opinnäytetyönä tehdyssä osaprojektissa. Kampanjasuunnittelu on toteutunut yhdessä 16–18-vuotiaiden nuorten kanssa. Kampanjanimen on ideoinut ja NIKO-projektin käyttöön luovuttanut Turun Klassikon lukion opiskelijat Kaisla Koskela ja Inari Halsvaha. He ovat osallistuneet aktiivisesti myös kampanjasuunnittelusta vastanneeseen nuortenraatiin.