

SUPER

8/2017

Aikalisä

SOTE-LAKIEN
SUUNNITTELUUN

SuPer pettyi:

KARSIVIA
SOVELTUVUUSKOKEITA
EI PALAUTETA

Koulutus uudistus

TÄHTÄÄ SÄÄSTÖIHIN –
OPETUKSEN LAATU
HEIKKENEÉ

Vappu Taipale:

TALOUSPUHE TEKEE
IKÄÄNTYNEISTÄ TAAKAN



*Neljä
viidestä
superilaisesta
tekee työtä
kutsumuksesta*

LEILA KANTASEN
AIKA RIITTÄÄ



30

Vappu Taipale uskoo ihmisläheisyyden arvostuksen kasvavan.



38

Digitalisaatio tuo hoitoalalle uusia mahdollisuuksia.



58

Luonto ei hylkää, torju eikä petä.



elokuva

- 3** Pääkirjoitus **4** Ajankohtaista **5** Puheenjohtajalta **6** SuPer SuomiAreenalla **8** Voimaa kutsumustyöstä **10** Aikalisä sote-lakien valmisteluun **12** Elokuun lyhyet **13** Näin vastattiin, Lehtikatsaus **14** Lähi- ja perusruokaa: Katkarapukasari **16** Sisko Hietalan työpäivä **21** Karsivia soveltuvuuskokeita ei palauteta **22** Koulutusuudistus siirtää opetusta työpaikoille **24** Jalkapallo yhdistää kulttuureita lasten piirroksissa **28** Porvoo koulutti työntekijöitään **29** Kasvattaja, huolla ääntäsi **30** Vappu Taipale: Ikääntyneet naiset ovat yhteiskunnan voimavara **34** Sirkka-Liisa Kivelän kolumni **36** Kesäjuhla Oskarinpuistossa **38** Virtuaalinen kotihoito yleisty **40** Virtuaalisia luontoelämyksiä Kyläkallion hoivakodissa **KANNESSA** **42** Näin toimivat La Carita -palkitut yksiköt Helsingissä ja Kuusamossa **48** Hyvä hoitaja auttaa juonittelematta **49** Palasia sieltä täältä **50** Meidän juttu: kiky-tunneista asiakkaiden tähtihetki **52** Valmistautukaa työsopimusrumbaan! **53** Influenssarokotus on otettava 2018 **54** Uusi tartuntatautilaki on astunut voimaan **56** Superristikko **57** Paras juttu **58** Luonto hoitaa hoitajaa **62** Jäsenyksikön palvelukortti **63** Hanna Jokisen pakina **64** Työttömyyskassa tiedottaa **70** Kuulumisia **72** Superkulttuuria **73** Anna kiitos kollegalle **74** Luonnossa **75** P.S. Lakeudelta

SUPER

64. vuosikerta
Tilaushinta 56 €/vuosi
Aikakauslehtien Liiton jäsen

JULKAISIJA

Suomen lähi- ja perushoitajaliitto
Ratamestarinkatu 12
00520 Helsinki
Fax 09 2727 9120

PÄÄTOIMITTAJA

Leena Lindroos 09 2727 9174

TAITTAVA TOIMITTAJA

Jukka Järvelä 09 2727 9178

TOIMITTAJAT

Sonja Kähkönen 09 2727 9175
Minna Lyhty 09 2727 9176
Marjo Sajantola 09 2727 9173
Henriikka Hakkala 09 2727 9193
14.8. alkaen

VIERAILEVAT KIRJOITTAJAT

Elina Kujala, Antti Vanas

KANNEN KUVA

Leila Kantasen kuvasi Minna Lyhty

ULKOASU

Eyekraft Oy, Jukka Järvelä,
Sonja Kähkönen

PAINOS

92 700

ILMOITUKSET

Katriina Alfa 09 2727 9298

OSOITTEENMUUTOKSET

Jäsenet: jäsenrekisteri 09 2727 9140
Tilatut: toimitus 09 2727 9298



KIRJAPAINO

ISSN 0784-6975



4041-0619
Painotuote

KUTSUMUS ON INNOSTUSTA

Sanaa kutsumus on pitkään vältely käyttämästä hoito- ja hoiva-työn yhteydessä. On nähty, että se vesittää ammatillisuutta ja koulutuksella hankittua osaamista. Hoitajien kohdalla kutsumustyö on on saatu kuulostamaan vanhanaikaiselta ja vähättelevältä – ja siltä, että kutsumustyötä tekevä saa palkkionsa jo työstä, jolloin rahallinen korvaus on toissijainen asia. Kutsumustyö käsitteenä tarkoittaa työtä, jonka henkilö kokee itselleen parhaiten soveltuvaksi. Sitä tehdessään hän on työstään innostunut ja kokee sen merkitykselliseksi. Onkin aika palauttaa kutsumustyö-käsitteelle sille kuuluva arvo ja nähdä se myös kilpailukykyisen palkan perusteena.

SuPer selvitti jäsentensä näkemyksiä työnsä eettisistä arvoista keväällä toteutetulla kyselyllä. Kyselyn johtopäätösten mukaan lähihoitaja arvostaa itseään ammattilaisena, on arvostettu työelämässä ja on kutsumustyössä. Tarkemmin: lähes 80 prosenttia kyselyyn vastanneista kokee tekevänsä kutsumustyötä. Saman verran saa kannatusta väittämä, jonka mukaan muiden ammattiryhmien edustajat arvostavat superilaisia ammattilaisina. 88 prosenttia sanoo olevansa ammatissaan hyvä. 75 prosenttia noudattaa työssään eettisiä periaatteita ja ne, jotka eivät noudata, toteavat, että noudattaminen on nykyisellä työntekijämäärällä mahdotonta. 95 prosenttia vastanneista luonnehtii olevansa sitoutunut työhönsä ja sanoo työmoraaalinsa olevan korkea.

Kyselyssä tulee ilmi myös, että työssä olevien lähihoitajien mielestä kuka tahansa ei sovi tähän ammattiin. Näin toteaa 97 prosenttia vastanneista. Moni on huolissaan siitä, että sosiaali- ja terveysalalle hakeutuu yhä enenevämmiin hoitajan työhön soveltumattomia henkilöitä. SuPer on vaatinut soveltuvuuskokeiden palauttamista opiskelijavalintoihin. Nyt niitä ei kuitenkaan tule, vaan opetus- ja kulttuuriministerö linjaa soveltuvuutta SORA-lainsäädännön kautta. Soveltuvuuskokeista keskustellaan uudelleen ensi vuonna. ■



leena.lindroos@superliitto.fi

Kalenteri

ELOKUU

- 12.8. Kansainvälinen nuorten päivä
- 17.8.–3.9. Helsingin juhlat
- 19.8. Maailman humanitaarisuuden päivä
- 29.8. Kansainvälinen ydinkokeiden vastainen päivä

SYYSKUU

- 8.9. Lähihoitaja 2017, Helsinki, SuPer
- 10.9. Kansainvälinen itsemurhien estämisen päivä, WHO
- 13.–14.9. Kuntamarkkinat, Helsinki
- 21.9. Kansainvälinen rauhanpäivä

KOULUTUKSET

- 22.8. SuPer-Opojen starttikurssi, Helsinki, SuPer
- 5.9. Ammattiosaston kotisivut kuntoon, Helsinki, SuPer
- 6.9. Ajankohtaista tietoa diabeteksestä, diabeettisesta jalkahaa- vasta ja eteisvärinästä, Vaasa, SuPer
- 6.–7.9. Puheenjohtajien neuvottelupäivät, Helsinki, SuPer
- 14.9. Toimiva jäsenrekisteri, Helsinki, SuPer
- 18.9. Ajankohtaista tietoa diabeteksestä, diabeettisesta jalkahaa- vasta ja eteisvärinästä, Hämeenlinna, SuPer

Lähihoitajia vähentämällä lapsilta vähenee myös aikuisen aika



Opetus- ja kulttuuriministeriölle on tehty ehdotus varhaiskasvatuksen kehittämiseksi vuosina 2017–2030.

SuPerin puheenjohtaja Silja Paavola pitää selvityksessä erityisenä huolenaiheena henkilöstörakenteen muutosta. Ehdotuksen mukaan varhaiskasvatuksen henkilöstössä tulisi olla 40 prosenttia yliopistokoulutettuja lastentarhanopettajia, 20–25 prosenttia sosionomeiksi opiskelleita lastentarhanopettajia sekä 35–40 prosenttia toisen asteen koulutuksen suorittaneita lastenhoitajia. Lastenhoitajien määrää vähennettäisiin jopa 50 prosenttia nykyisestä.

Paavolan mukaan ehdotukset vievät Suomen varhaiskasvatusta kohti eteläeurooppalaista mallia, jossa yksi korkeasti koulutettu työntekijä yrittää ohjata suurta lapsiryhmää. Suomen vahvuus on ollut educare-malli, jossa varhaiskasvatus on hoidon, opetuksen ja kasvatuksen onnistunut yhdistelmä.

Paavola muistuttaa, että lähihoitajakoulutus antaa hyvät valmiudet toimia lastenhoitajana varhaiskasvatuksessa.

– Lähihoitajakoulutusta osana varhaiskasvatuksen kokonaisuutta arvostellaan sen sijoittumisesta sosiaali- ja terveysalalle. Ikään kuin tällaista osaamista ei tarvittaisi päiväkodissa.

Hän huomauttaa, että vuosi lähihoidon opinnoista painottuu kasvatusalan

opintoihin, jotka antavat valmiudet lastenhoitajana hallita pedagogisia tilanteita ja ohjata erilaisia lapsiryhmiä. Tutkimus tuottaa osaamista sekä kasvatukseen että hoitoon.

– Selvityksessä on ennakoitu tulevaa pelkästään pedagogisessa viitekehityksessä, jossa hyvä hoito on toissijais- ta. Varhaiskasvatuksen piirissä on myös lapsia, joilla on myös hoitopäivän aikana hoitoa vaativa pitkäaikaissairaus tai vamma. Myös perheet, joissa on mielenterveys- ja päihdeongelmia, hyötyvät henkilökunnan sosiaali- ja terveydenhuollon osaamisesta.

Paavolan mukaan opetukseen painottuvat koulutukset, joita selvityksessä korostetaan, eivät anna riittäviä valmiuksia näihin tilanteisiin.

– SuPer kannattaa, että lapsiryhmässä työskentelee myös kasvattajia, joilla on laajempi pedagoginen osaaminen. Tämä mahdollistaa ryhmän pedagogiikan toteutumisen tavoitteiden ja lasten varhaiskasvatussuunnitelmien mukaisesti. Laatua ei saada yliopistokoulutettujen määrää lisäämäl- lä, vaan parantamalla kaikkien ammattihenkilöiden täydennyskoulutusmahdollisuuksia.

Paavola muistuttaa, että päiväkodissa lastenhoitaja on ainoa ammattihenkilö, joka on lasten arjessa sata prosenttia työajastaan. Lähihoitajien määrää vähentämällä vähennetään lapsilta myös aikuisen aikaa. ■

NYT ON AIKA

- ▶ Ilmoittautua syksyn kursseille.
- ▶ Suunnitella reissua Lähihoitaja 2017 -tapahtumaan Helsinkiin 8.9.
- ▶ Uusien opiskelijoiden liittyä maksutta opiskelijajäseniksi SuPeriin.
- ▶ Kertoa oma tarinasi sisäilmaongelmista ja sisäilmasta sairastumisista sisailma.tarinat@gmail.com, tarinoita kokoa kansanedustajien sisäilmaryhmä.
- ▶ Käydä puolukkametsällä ja nauttia elokuun kuutamooista.

Kesälomamietteitä

On menossa toinen lomaviikko ja niin hyvin loma on alkanut, että olin jopa unohtanut kolumnin kirjoittamisen. Onneksi lehden päätoimittaja muistutti!

Loma onkin siitä ihanaa aikaa, että saa elää aika tavalla aikatauluvapaasti. Alkukesä oli vielä kovin hektinen, sotea ynnä muuta oli ihan riittämiin, joskaan lopullisia päätöksiä ei vieläkään ole oikeastaan mistään. Porin Suomi-Areenaviikolla oli ohjelmassa mielenkiintoisia jäsen- ja areenavierastapaamisia. Kesäaikana työ onkin hyvin muusta vuodesta poikkeavaa, kun saa tavata eri alojen ihmisiä ja keskustella monenlaisista aiheista. Se rikastuttaa ajatusmaailmaa. Kävin keskustelujen lomassa myös kuuntelemassa arkkipiispa Kari Mäkistä. Hän puhui hyvin siitä, miten hyvinvoinnin ja yltäkylläisyyden maassa ei saa olla ylijäämäihmisä, siis heitä, joita yhteiskunta ei arvosta. Tämähän on tuttua monille superilaiselle, jotka hoitavat vanhuksia. Ei ole tarpeeksi työntekijöitä, jotta hoito olisi hyvää. Tämä sama aihe oli esillä omassa paneelissamme Kunkku vai kääkkä? Joskaan ei siinäkään keskustelussa mitään luvattu, vaikka asia todettiin. Taistelu hoitamitoituksesta siis jatkuu.

Kotihoito on puhuttanut jo pitkään. On todettu, että kaikki mitä keksitään

parantamaan toimintaa, on vain hyvä asia. Yhtenä isona ongelmana on, että poissaoloihin ei saada tai ei oteta sijaisia. SuPer ja La Carita -säätiö palkitsivat Vuosaaren kotihoidon, jossa on toteutettu muun muassa työaikojen innovointia. Kyseinen työpaikka onkin ollut taas lehtien otsikoissa – ja on esillä myös tässä SuPer-lehden numerossa – ja monet ovat sitä somessa kommentoineet. On totta, että Vuosaaren malli ei sovi kaikille. Yhdeksän tunnin työpäivä on ongelmallinen esimerkiksi pienten lasten äideille, jollei päiväkotia ole ihan työpaikan vieressä. Ongelmalliseksi voi myös muodostua se, jos työpaikka on kaukana. Onnistuminen on siis monesta asiasta kiinni, mutta palkitsemisessa oli kyse siitä, että kaikki millä parannetaan työttyytyväisyyttä, on vain hyvä asia.

Olin lomamatkalla perheeni kanssa heinäkuun puolivälissä. Loma oli todella upea ja hyvä, ja silti kotiin tullessa oli pakko todeta *oma maa mansikka muu maa mustikka*, ilman että on patriootti. On siis hyvä nähdä eri kulttuureja tai luontoa ja silti todeta, että Suomen luonto on todella kaunis. On ihanaa, kun aikatulut pitävät, ja aika paljon paremmin kuin muualla. Olen siis tottunut meidän kulttuuriin. Se taas luo itselle uuden perspektiivin, kun miettii, miten paljon meidän superilaisten jäseninä ja työkaverina on muista mais-

ta Suomeen muuttaneita. Kulttuurit ovat paljon vaikuttavampia ihmisten elämässä kuin usein ajattelemmekaan.

Nyt loma jatkuu. On vielä hetki aikaa nauttia monista loma-ajan asioista, luonnosta, kiireettömyydestä ja yhdessäolosta kavereiden kanssa. ■

Terveisin,

Silja



**KOTIHOITO ON PUHUTTANUT JO PITKÄÄN.
ON TODETTU, ETTÄ KAIKKI MITÄ
KEKSITÄÄN PARANTAMAAN TOIMINTAA,
ON VAIN HYVÄ ASIA.**



Kehittämisjohtaja Jussi Salo, puheenjohtaja Silja Paavola ja opiskelija-asiamies Tico Svart esittivät pienoisnäytelmän hoitotyön haasteista Torivartissa keskiviikkoamuna. Samalla julkistettiin SuPerin vastavalmistunut selvitys superilaisten ammatillisuudesta.

Onko vanhus Suomessa kunkku vai kääkkä?

TEKSTI MARJO SAJANTOLA KUVAT TIMO VÄKIMIES JA MARJO SAJANTOLA

SuPer julkaisi SuomiAreenalla uuden jäsenselvityksen ja antoi esimerkin hoitotyön etiikasta näytelmän keinoin. Seminaari Kunkku vai Kääkkä? keräsi mukavasti yleisöä. SuPerin toripisteellä puhuttiin myös paljon vanhustyöstä.

SuomiAreena on poliittinen keskustelutapahtuma, joka on järjestetty Porissa vuodesta 2006. Tänä vuonna tapahtumaan osallistui 74 000 kävijää, mikä on ennätysmäärä. Myös puhujia oli enemmän kuin koskaan aikaisemmin, yhteensä 950 henkilöä yli 170 keskustelutilaisuudessa. Yksi viikon kohokohdistista oli keskiviikkona järjestetty tasa-

vallan presidentti Sauli Niinistön haastattelutunti, jossa kansalaiset pääsivät kysymään presidentiltä ajankohtaisia kysymyksiä.

SuPer on ollut tapahtumassa mukana melkein alusta asti järjestämällä erilaisia hoitoalaa koskevia yleisöseminareja. Jäsenten toivomuksesta liitto alkoi myös pitää tapahtumassa omaa messupistettä.

Toiminnanjohtaja Arja Niittynen kertoi liiton messuteltalla käyneen runsaasti yleisöä. Tarjolla oli monenlaista tietoa SuPerista ja superilaisten työstä. Ikäihmisten kanssa keskustelua syntyi myös siitä, mitä liitto on tehnyt ja tekee vanhustyön eteen.

Messupisteen löytäneeltä yleisöltä kysyttiin, millainen on heidän mielestään hyvä hoitaja. Itsensä ilmiantaneet superilaiset saivat pienen yllätyslahjan. Tänä vuonna pari sataa superilaista poikkesi paikalla.

– Ihmiset ovat olleet erittäin hyväntuulisia. Olemme tavanneet myös poliitikkoja, päättäjiä ja vaikuttajia ja vienneet näinkin SuPerin asioita eteenpäin, Niittynen jatkoi.

SuPer julkaisi keskiviikon torivartissa uunituoreen selvityksen *Tärkeä ja arvostettu ammatissaan, lähihoitaja 100-vuotiaassa Suomessa*. Ammatin eettisyyttä tuotiin esiin myös hoitotyön haasteita korostavalla pienoisnäytelmäl-

lä. Näytelmässä SuPerin puheenjohtaja Silja Paavola säilytti hoitajana ammattillisen työotteensa haastavassa potilastilanteessa, vaikka takapiru ehdotti kovia otteita ja tyynyhoitoa. Yleisö antoi raikuvat aplodit.

KUNKKU VAI KÄÄKKÄ?

SuPer järjesti yhteistyössä Bayerin ja Vanhustyön keskusliiton Eloisa ikä -ohjelman kanssa yhteisen seminaarin, jossa pohdittiin, miten satavuotiaassa Suomessa saa vanheta. Onko suomalainen ikäihminen kunkku vai kääkkä?

SuPerin puheenjohtaja Silja Paavolan kanssa asiaa pohti juuri pari päivää aikaisemmin perhe- ja peruspalveluministerin tehtävän vastaanottanut Annika Saarikko.

Keskustelun kärkeen nousivat heti paljon hoivaa ja hoitoa tarvitsevat vanhuksset, joten puheenjohtaja Paavola muistutti yleisöä, että valtaosa ikääntyneistä asuu kuitenkin kotonaan, harrastaa ja elää hyvää elämää.

Ministeri Saarikko kertoi tehneensä keväällä työvuoron tehostetun palveluasumisen yksikössä. Hän sanoi, että siitä oli kaukana sellainen ajatus vanhainkodista, jossa asukkaat rupattelevat ja kahvittelevat yhdessä. Hänen mielestään tehostettu palveluasuminen ei edes kuulosta kodikkaalta eikä inhimilliseltä, vaikka kyse on monelle viimeisten aikojen koti. Hän kiitti vapaaehtoisten tekemää työtä ympärivuorokautisen hoivan tarvitsijoiden hyväksi.

Paavola totesi, että vapaaehtoistyö-



Satakunnan keskussairaalan superit Liisa Linnanketo ja Vesa Rasikko olivat mukana liiton messuteltalla puhumassa SuPer-asiaa.

tä käytetään paljon, mutta on yksiköitä, jotka ovat niin raastavia, että sinne ei kukaan halua tulla.

– Jokaisella on oikeus inhimilliseen elämään. Sairautensa myötä ihanasta ihmisestä voi tulla aggressiivinen ja paljon hoitoa ja hoivaa vaativa. Ihmisen arvo ei saa sen takia vähentyä. Siksi meillä pitää olla ihmisen elämän loppupuolella hänelle oikeita hoitajia ja oikea koti. Eikä se oma koti ole välttämättä se oikea koti, Paavola korosti.

Hänen mielestään vanhainkoti, jos-

sa asukkaat voivat halutessaan olla yhdessä muiden kanssa ja jossa hoitaja on aina paikalla, olisi nykyisiä vaihtoehtoja parempi ratkaisu, sillä moni vanhus kärsii suuresti yksinäisyydestä.

Saarikko totesi, että kesäkuussa julkaistu uusi laatusuositus hyvän ikääntymisen turvaamiseksi ja palvelujen parantamiseksi ottaa ensimmäistä kertaa myös teknologian käytön huomioon.

Paavolan mielestä laatusuositus on kuitenkin hyvin reikäinen. Yksi kunta voi hoitaa asiat hyvin, toinen huonosti, kolmas hyvin huonosti ja neljäs ei mitenkään.

Seminaari jatkui tulevaisuustutkija Ilkka Halavan, kliinisen lääketutkimuksen johtajan Tarja Jalavan ja filosofi Maija-Riitta Ollilan pohdintoilla siitä, tuleeko ihmisille mahdollisuus elää yli satavuotiaaksi ja miltä Suomessa näyttää vuonna 2050.

Tämän jälkeen estradille nousivat vielä emeritusprofessori Antti Eskola, kansanedustaja Jani Toivola ja Vanhustyön keskusliiton vanhempi tutkija Marja Saarenheimo keskustelemaan siitä, onko iällä väliä. ▶



Juuri perhe- ja peruspalveluministerinä aloittanut Annika Saarikko pohti puheenjohtaja Silja Paavolan kanssa, miten satavuotiaassa Suomessa saa vanheta.



Ammatistaan ylpeät lähihoitajat saavat

Voimia kutsumustyöstä

TEKSTI MARJO SAJANTOLA

Kutsumustyö on työtä, jota ihminen oikeasti haluaa tehdä. SuPerin kyselyyn vastanneet lähihoitajat tekevät kutsumustyötä ja saavat voimia siihen työyhteisöstään ja asiakkaiden palautteesta. He ovat myös sitä mieltä, että lähihoitajaksi ei sovi kuka tahansa.

Heinäkuussa julkistettu SuPerin kyselytutkimus paljastaa, että ammatti-identiteetti ja ammattietiikka ovat lähihoitajille työn kulmakiviä, joista pidetään lujasti kiinni. Alan arvojen ja eettisten periaatteiden mukaan työtä tekevät hoitajat myös koetaan luotettaviksi.

SuPer on nostanut aina vahvasti esiin ammatillisen eettisyyden tärkeyttä, ja viime syksynä liiton puheenjohtaja Silja Paavola avasi keskustelun lähihoitajien ammatti-identiteetin, ammatillisuuden ja eettisyyden merkityksestä.

SuPerin sähköiseen kyselyyn *Tärkeä ja arvostettu ammatissaan – lähihoitaja 100-vuotiaassa Suomessa* vastasi 80 prosenttia viestien avanneista. Tämä merkitsee SuPerin asiantuntija Soili Nevalan mielestä sitä, että monet lähihoitajat haluavat tuoda julki oman ammattitaitonsa ja ajatuksensa työstään.

– Vastauksissa korostuu se, että he kokevat olevansa osaavia ammattilaisia ja ovat kutsumustyössään. Siitä he saavat myös voimia. Kun ihminen on sitoutunut työhönsä ja kokee sen omakseen, se on hieno asia. Vain kolme prosenttia vastanneista oli sitä mieltä, että lähihoitajaksi kelpaa kuka vain.

Nevala jatkaa, että toki lähihoitajan työssä tarvittavat taidot voi opetella, mutta ammattitaito edellyttää lisäksi tietoa ja ymmärrystä. Jos ihmisläheinen työ ei tunnu omalta, millaisen ku-

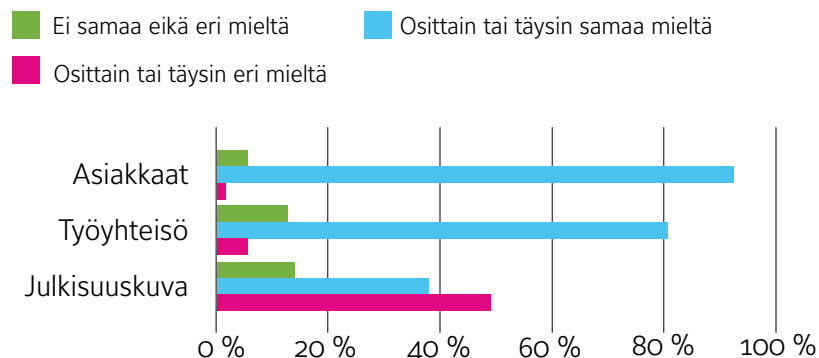
van asiakkaat hoitajasta saavat ja miten hoitaja jaksaa työssään?

Superilaiset ovat aina arvostaneet koulutustaan, mutta nyt kyselyyn vastanneista enää vain joka viides piti lähihoitajakoulutusta korkeatasoisena. Tämä johtunee Nevalan mielestä siitä, et-

tä pääsy- ja soveltuvuuskokeet on poistettu ja opetusta karsittu.

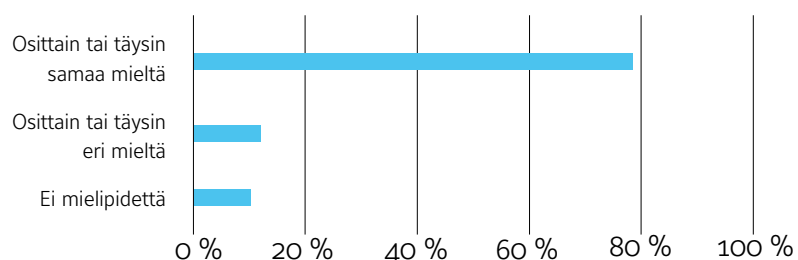
– Opiskelijat tulevat liian raakoina työelämään ja se koetaan koulutuksen tason pudotuksena, vaikka ei sitä välttämättä ole. Tämä on kuitenkin koulutuksen järjestäjien syytä ottaa vakavasti

LÄHIHOITAJA ON ARVOSTETTU AMMATTI?



Vaikka kyselyyn vastanneet lähihoitajat arvostavat itseään ja kokevat työyhteisössään olevansa arvostettuja, puolet heistä on sitä mieltä, ettei lähihoitajan ammatia enää arvosteta yhteiskunnassa.

LÄHIHOITAJAN TYÖ ON KUTSUMUSAMMATTI?



Kutsumustyö on työtä, jota ihminen oikeasti haluaa tehdä.

ja pohtia, miten vastata haasteeseen pienentynein resurssein.

MEDIAN MÖYHENTÄMÄT AMMATTILAISET

Kyselyyn vastanneista yli puolet kokee olevansa osaava ammattilainen ja kolmannes taitava ammattilainen. Vain hieman yli kolme prosenttia vastaajista määrittelee itsensä alan huippuosaajaksi. Vanhimmat ja samalla pisimpään työssä olleet eivät kokeneet kuitenkaan itseään huippuosaajiksi. Soili Nevala arvelee tämän johtuvan siitä, että tietoteknistäminen ja muut nopeat muutokset tuovat tunteen, ettei enää pysy vauhdissa mukana. Toisaalta, jos ei saa tarvitsemaansa täydennyskoulutusta, ei pysy alan uusimman tiedon virrassa.

– Huippuosaajia arvostetaan ja jokainen meistä haluaa olla arvostettu ja hyväksytty. Työpaikalla arvostus tulee esiin esimerkiksi kiitoksena ja mielipiteen huomioon ottamisena. Arvostus saa meidät kokemaan itsemme tarpeelliseksi.

Kyselyyn vastanneet lähihoitajat kokevat olevansa tärkeitä työpaikallaan. He kokevat, että kollegat, esimies ja asiakkaat arvostavat heitä ja heidän ammattitaitoaan. Kollegalta saatu kiitos on kaikista parhain, ja asiakkaan antama arvostus vahvistaa työntekijän kokemusta omasta merkityksestään työpaikalla.

Vaikka vastaajat kokevat olevansa arvostettuja, puolet heistä on sitä mieltä, ettei lähihoitajan ammattia enää arvosteta yhteiskunnassa. Nevala uskoo, että syynä on median aika ajoin aiheuttama myllerrys julkisuudessa. Lähihoitajan ammatti kiinnostaa mediaa, koska sillä on yhteiskunnassa hyvin iso rooli. Yksittäisen lähihoitajan ratkaisut etiikan ja talouden ristitulella päättyvät helposti otsikoihin.

AMMATISSA TARVITAAN VAHVAA TYÖMORAALIA

Tutkimuksessa nousivat vahvasti esiin hyvään ammattietiikkaan ja työmoraa-

liin liittyvät asiat, koska lähihoitajan työssä ammattietiikan toteuttaminen on keskeistä.

Hyvän työntekijän tunnistaa eettisestä valvutuneisuudesta. Ammattissa tarvittavat käytännön taidot opitaan hyvällä koulutuksella, mutta eettinen omatunto kehittyy paljon monimutkaisemmin. Keskeistä siinä on käytännön työssä tapahtuva harjaantuminen, jolloin kokeneemmat ammattilaiset näyttävät mallia.

Yli 75 prosenttia vastanneista ilmaisee noudattavansa työssään eettisiä periaatteita. Toisaalta ammattietiikka ei aina toteudu, koska työtä ei voi tehdä niin hyvin kuin osaisi.

Riittämätön työntekijämäärä nähdään esteenä etiikan toteutumiseksi etenkin vanhustenhuollossa, kotihoidossa ja kouluissa.

Korkealla työmoraalilla tarkoitetaan ahkeraa työntekoa, luotettavuutta ja sitoutumista työhön. Työmoraali korostuu erityisesti silloin, kun tehdään työtä yksin ja haavoittuvien asiakkaiden kanssa. Vastanneista 95 prosenttia koki omaavansa vahvan työmoraalin.

PESSIMISTISET NUORET

Huolestuttavaa on se, että nuorimmat kokevat monet asiat pessimistisemmin kuin pitkään työssä olleet. Vain kolmannes alle 40-vuotiaista on valmis jatkamaan alalla ehdottomasti tai melko varmasti. Työnantajien pitäisikin panostaa siihen, että hyvin koulutetut nuoret pysyvät alalla ja jaksavat työssään. Parhaat keinot löytyvät ehkä kysymällä nuorilta suoraan.

– Tämän päivän nuoret on kasvatettu pitämään puoliaan ja sanomaan mielipiteensä. Jotkut vanhemmat esimiehet kokevat olevansa jopa pulassa heidän kanssaan. Heidän onkin löydettävä uudenlainen johtajuus, että osaavia lähihoitajia on tulevaisuudessakin, Soili Nevala painottaa. ■



LUE SUPERIN SELVITYS

STTK hyväksyi yhteiset laatutavoitteet syksyn liittokierrokselle

STTK on valmistellut syksyllä alkavalle sopimuskierrokselle työelämän laatuun liittyviä tavoitteita. STTK:n liittojen tavoitteena on, että eri alojen sopimuskaudet päättyvät pääosin 3–4 kuukauden aikavälillä. STTK:n liittojen mielestä henkilöstön edustajien aseman parantaminen on välttämätöntä, jos halutaan edistää paikallista sopimista. Tähän tavoitteeseen sisältyy erityisesti tiedonsaantioikeuden parantaminen, koulutuksen määrän ja laadun edistäminen sekä työsuojeluvaltuutetun aseman saaminen samaan asemaan luottamusmiehen kanssa.



INGIMAGE

Potilailla vaihtelevia kokemuksia hoidon laadusta

Terveystieteiden tutkimuskeskus on selvittänyt, miten potilaat kokevat hoidon laadun. Tutkimuksen mukaan potilaat kokevat, että heitä kohdellaan hyvin. Kolme neljästä katsoo, että heidän tietojensa käsitellään luottamuksellisesti ja että heidän yksityisyyttään kunnioitetaan hoitotilanteissa. Palveluun pääsyssä ja potilaan osallistumismahdollisuuksissa on kuitenkin vielä kehittämisen varaa. Vain hieman alle puolet pääsi hoitoon ja tutkimuksiin riittävän nopeasti ja vain joka kolmas oli aina voinut osallistua omaa hoitoaan koskeviin päätöksiin, asiaa tutkinut THL kertoo.

Aikalisä lakiesitykselle

TEKSTI JA KUVA MARJO SAJANTOLA

Hallituksen lakiesitys asiakkaan valinnanvapaudesta sosiaali- ja terveystaloudessa kaatui perustuslakivaliokunnan käsittelyssä. Korjattu esitys on tarkoitus antaa eduskunnalle ensi vuoden maaliskuussa.

Sosiaali- ja terveysministeriö ilmoitti heinäkuun puolivälissä asettaneensa virkamiesryhmän valmistelemaan uutta esitystä valinnanvapauslaiksi. Valmistelun lähtökohtana on toukokuussa valmistunut hallituksen esitys, jonka valinnanvapausmalliin tehdään eduskunnan perustuslakivaliokunnan edellyttämät ja muut välttämättömät muutokset. Lisäksi laaditaan uusi vaikutusarviointi yhteistyössä Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen kanssa.

Valmisteluryhmän puheenjohtaja on sosiaali- ja terveysministeriön ylijohtaja Kirsi Varhila, joka vastaa jatkossa valinnanvapausmallin valmistelusta. Ryhmän jäseninä on sosiaali- ja terveysministeriön, valtiovarainministeriön ja oikeusministeriön asiantuntijoita.

Valmisteluryhmän ehdotus hallituksen esitykseksi lähetetään lausunnolle marraskuussa. Lausuntokierroksen jälkeen hallituksen esitys on tarkoitus antaa maaliskuun alussa 2018 eduskunnalle.

Hallituksen tavoite on saada sote- ja maakuntauudistus voimaan 1.1.2020 alkaen. Maakuntavaalit järjestetään lokakuussa 2018.

YHTIÖITTÄMISPAKKO POISTUI

SuPerin kehittämisjohtaja Jussi Salo tietää, että sote-uudistus on aiheuttanut superilaisille valtavaa stressiä ja huolta tulevaisuudesta. Kaikkiaan uudistus koskee yli kahtasataa tuhatta työnteki-



Kehittämisjohtaja Jussi Salo toteaa, että lainvalmisteluun saatiin erittäin tarpeellinen aikalisä.

jää, joista suurin osa työskentelee sosiaali- ja terveydenhuollossa.

– Se, että valinnanvapauslainsäädäntö meni uusiksi ja erityisesti yhtiövelvollisuuden kaatuminen, on paras viesti työntekijöille tällä hetkellä. Se tarkoittaa, että julkisella sektorilla tulee olemaan hyvin merkittävä rooli palvelujen tuottajana jatkossakin.

Salo toteaa, että lainvalmisteluun

saatiin erittäin tarpeellinen aikalisä. Lisäksi SuPerin suurin huoli jäsenten tulevaisuudesta työmarkkinoilla poistui yhtiöittämispakon myötä.

– Yhtiöittämispakko on ollut koko sote-uudistuksen valinnanvapaudessa meille se kaikkein pahin yksittäinen tekijä. Eduskunnan perustuslakivaliokunta teki laadukkaana analyysin ja puuttui hyvin moneen kohtaan.

Reilusta sadasta hallituksen esityksessä olleesta pykälästä noin kaksi kolmasosaa joudutaan kirjoittamaan täysin uusiksi.

SUURTEN KAUPUNKIEN ASEMA

Jussi Salo muistuttaa, että SuPerin kanta on alusta asti ollut se, että hallituksen haluamat säästöt olisivat parhaiten saavutettavissa vahvojen julkisten toimijoiden kautta, jotka järjestäisivät itse tai ostaisivat yksityiseltä sektorilta tarvitsemansa palvelut. Tämä mahdollistaisi valinnanvapauden toteutumisen, mutta päätöksentekovalta pysyisi julkisella sektorilla, mikä on olennaisen tärkeää, koska julkinen sektori on maksaja.

Tällä hetkellä suuret kaupungit hahvittelevat omaa palveluiden tuotanto-oikeutta. Salo toteaa, että jos tuotanto-oikeus myönnetään kuudelle suurimmalle, miksi ei sitten seitsemänneksi suurimmalle, eli missä se raja lopulta kulkisi. Hän arvioi, että syksyllä voi tapahtua isojaakin muutoksia.

– Toivoakseni silloin nähdään, että julkinen sektori voi olla hyvin vahva palveluntuottaja. SuPer on sote-uudistuksessa kannattanut vahvaa julkista toimijaa, jolla olisi myös verotusoikeus. Tämä tarkoittaisi mahdollisuutta pa-

nostaa enemmän ennalta ehkäisevään työhön ja varhaiseen puuttumiseen, kuten kotihoidon, varhaiskasvatukseen ja mielenterveyspalveluihin. Näihin satsaaminen on edullisempaa kuin korjaavat palvelut.

TYÖ JATKUU

Salon uskoo, että maakunta- ja sote-uudistus toteutuu, mutta miten, se jää vielä nähtäväksi. Seuraavat eduskuntavaalit järjestetään huhtikuussa 2019 ja niistä tulee selkeästi sote- ja maakuntavaalit.

Tällä hetkellä monet superilaiset ovat mukana lukuisissa työryhmissä, jotka kehittävät tulevien maakuntaluokkien toimintaa. Salo kertoo, että SuPer on neuvonut pidättäytymään hätiköidyistä päätöksistä, koska mikään ei ole varmaa. Ensimmäistäkään lakia ei ole vielä eduskunnassa hyväksytty. Missään nimessä sellaisia ratkaisuja ei pidä mennä tekemään, joita on vaikea purkaa tai ottaa niistä takapakkia.

– SuPer pyrkii edelleen vaikuttamaan kaikkiin keinoin uudistuksiin ja tekee työtä sen eteen, että uusi lainsäädäntö tulisi olemaan jäsenistön kannalta paras mahdollinen, Salo vakuuttaa. ■



LUE LISÄÄ ALUEHALLINTOUUDISTUKSEN VERKKOSIVUILTA

Perustuslakivaliokunnan huomautukset

Hallitus antoi osana maakunta- ja sote-uudistusta eduskunnalle 9.5.2017 hallituksen esityksen laeiksi asiakkaan valinnanvapaudesta sosiaali- ja terveydenhuollossa sekä valtiontalouden tarkastusvirastosta annetun lain 2 §:n muuttamisesta.

Eduskunnan perustuslakivaliokunta totesi lausunnossaan, että hallituksen esitys voidaan hyväksyä tavallisen lain säätämisyjärjestyksessä vain, jos valiokunnan valtiosääntöoikeudelliset huomautukset huomioidaan asianmukaisesti.

Perustuslakivaliokunta teki huomautukset seuraavista asioista:

- sosiaali- ja terveyspalveluita koskevasta yhtiöittämisvelvollisuuden poistamisesta
- maakuntien oikeudesta itse tuottaa sosiaali- ja terveyspalveluita
- julkisen hallintotehtävän antamisesta yksityiselle
- voimaantulo- ja siirtymäsäännöksistä
- maakuntien tehtävien lakisääteisydestä.

60 kotihoidon käyntiä kuukaudessa saavien osuus kasvaa edelleen

Säännöllisen kotihoidon asiakkaista lähes kolmanneksen luokse tehtiin vähintään 60 käyntiä vuoden 2016 marraskuussa. Näiden asiakkaiden osuus on kasvanut kahdeksan prosenttiyksikköä vuodesta 2010. Säännöllistä kotihoitoa sai vuoden viime marraskuussa 11 prosenttia kaikista 75 vuotta täyttäneistä. Säännöllisen kotihoidon asiakkaita oli tuolloin kaikkiaan 73 481. Asiakasmäärä nousi edellisestä vuodesta 0,3 prosenttia. Asiakkaista 66 prosenttia oli naisia.



Vammaisetuusmenojen kasvu pysähtyi

Vammaisetuuksia maksettiin viime vuonna 581,1 miljoonaa euroa. Etuusmenot vähenivät edellisvuodesta 38,5 miljoonaa euroa. Vammaisetuusmenot kääntyivät laskuun ensimmäistä kertaa vuoden 2008 jälkeen. Vammaisetuuksia alettiin maksaa nykymuotoisina 1980-luvun lopussa. Näiden etuukseen tarkoituksena on tukea vammaisten tai pitkäaikaisesti sairaiden selviytymistä jokapäiväisessä elämässä ja parantaa heidän elämänlaatuaan. Suurimpina syinä menojen laskuun olivat vuonna 2015 tehdyt lainmuutokset.

ELOKUUN LYHYET

Koonnut
Jukka Järvelä



Liikunta on hoitoa pitkäaikaissairaille

Kestävyysharjoittelu, voimaharjoittelu ja sairauden mukaan kohdistettu terapeutinen harjoittelu vaikuttavat positiivisesti kroonisesti sairaiden fyysiseen toimintakykyyn. Sopiva liikunta tekee hyvää muun muassa niille, joilla on nivelrikko, nivelreuma, sepelvaltimotauti, sydämen vajaatoiminta, tyypin 2 diabetes, syöpäsairaus tai Alzheimerin tauti. Minkään sairauden tai liikuntaharjoitusmuodon kohdalla liikunnasta ei havaittu enempää haittavaikutuksia kuin kontrolliryhmissä. Asiaa on analysoitu Jyväskylän yliopiston liikuntatieteellisessä tiedekunnassa.

JYVÄSKYLÄN YLIOPISTO

INGIMAGE

Nuorten aborttien määrä laskee

Alle 20-vuotiaille tehtyjen raskaudenkeskeytysten määrä on vähentynyt viime vuosina merkittävästi. Väestöön suhteutettuna niiden määrä on puolittunut 2000-luvun alusta. Vanhempien ikäryhmien keskeytyksluvut ovat pysyneet melko vakaana. Eniten keskeytyksiä tehtiin yhä 20–24-vuotiaille. Ennakotietojen mukaan vuonna 2016 tehtiin 9 350 raskaudenkeskeytystä eli 8,2 keskeytystä tuhatta hedelmällisyysikäistä naista kohti.

THL

Lapsuuden lihavuus nelinkertaistaa diabetesriskin

Brittitutkijoiden mukaan lihavuus liittyy lapsilla huomattavasti suurentuneeseen riskiin sairastua tyypin 2 diabetekseen. Verrattuna normaalipainoisiin lapsiin ja nuoriin lihaviin lapsiin ja nuoriin lihaviin riski sairastua tyypin 2 diabetekseen 25 vuoden ikään mennessä oli nelinkertainen. Suomessa 2–18-vuotiaista pojista noin 22 prosenttia on ylipainoisia ja 4 prosenttia lihavia. Tyttöillä vastaavat luvut ovat 12 ja 2 prosenttia.

DUODECIM

TIESITKÖ:

30–40 prosentilla yli 65-vuotiaista on vähintään lievää munuaissairaus.



Hengitysilma tappaa miljoonia

Ilmansaasteiden aiheuttamat sairaudet ja kuolemat ovat lisääntyneet viime vuosina varsinkin Aasiassa, tuore selvitys osoittaa. Nykyään pelkästään hengitysilman PM_{2,5}-pienhiukkasten arvioidaan aiheuttavan vuosittain 4,2 miljoonaa kuolemaa. Hengitysilman otsoni tappaa vuosittain 250 000 ihmistä maailmanlaajuisesti. Suomessa suurin osa hengitysilman PM_{2,5}-pienhiukkasista kulkeutuu ulkomailta. Etenkin taajamissa puulämmitys on kuitenkin paikallisesti merkittävä hiukkasten lähde. Kaupungeissa merkittävä osa hengitettävistä hiukkasista on autojen nostattamaa katupölyä.

DUODECIM



MITÄ MIELTÄ

Vastaus kuukauden kysymykseen.

KESÄ-HEINÄKUUN KYSYMYS OLI:

Tykkätkö olla heinäkuussa töissä?

KYLLÄ
80%

- Saa tehdä töitä nuorten lomittajien kanssa, mikä on opettavaa ja mielenkiintoista molemmin puolin.
- Kesä on ihanaa aikaa olla töissäkin. Ja asenne ratkaisee.
- Kesällä työpaikan tunnelma on toinen.
- Usein on kauniita päiviä, jotka mahdollistavat kaikenlaisen tekemisen ulkona asukkaiden kanssa!
- Kesäkuussa on mukavaa lomailla, luonto vielä heräilee ja on vehreää.
- Jos edes silloin vanhempi työntekijä saisi töitä, niin tykkäisi.
- Nautin elokuun pimenevistä illoista, joten useasti pidän loman elo-syyskuussa.
- Jos oikein onnaa, niin lämpimät on vasta elokuussa.
- On ihan sama, onko töissä vai ei.
- Heinäkuussa ovat kaikki mielenkiintoiset paikat täynnä ihmisiä; en pidä turistiruuhkista. Elokuu on lempilomakuukauteni.

EN
20%

- Koko kesä olisi kiva olla lomalla!
- Joutuu työskentelemään päivystävissä päiväkodeissa. Lapset ja aikuiset ovat vieraita toisilleen.
- Se on perinteinen lomakuukausi.

ELOKUUN KYSYMYS LÖYTYY SUPERIN NETTISIVUILTA KOHDASTA SUPERLEHTI, KISAT JA KYSELYT. KAIKKIEN ELOKUUN 18. PÄIVÄÄN MENNESSÄ VASTANNEIDEN KESKEN ARVOTAAN SUPER-LEHDEN KÄTEVÄ AAMIASTARJOTIN. HEINÄKUUSSA SEN VOITTI MARIKA VENDELIN RAUMALTA.ONNITTELUT!



MUUT LEHDET

/// Sote- ja maakuntauudistuksen vuoksi yksikään kunta ei ajaudu taloudellisiin vaikeuksiin. Päinvastoin tämän pitäisi helpottaa kuntien tilannetta ja vapauttaa energiaa kehittämiseen."

KANSANEDUSTAJA
ELSI KATAINEN
POLEMIIKKI 2/2017

/// Kun on myötäeletty, pitäisi osata ottaa etäisyyttä ja suhtautua asiaan ammattimaisesti. Mutta sitä empatiaa on hankalaa kääntää noin vain pois."

NUORTEN AUTTAJANA TOIMINUT
JA MYÖTÄTUNTOUPUMUKSEN
TAKIA TYÖNSÄ JÄTTÄNYT
ANNI LÖTJÖNEN
HELSINGIN SANOMAT 15.6.2017

30 VUOTTA SITTEN



Perushoitajaliiton hallitus antoi työvaliokunnalle tehtäväksi tutustua Lapin lomajatarjouksiin. Hallitus nimesi Seija Väättä-

sen Lääkintöhallituksen perustamaan Aids-kansalaisvaltuuskuntaan Perushoitajaliiton edustajaksi. Palkansaa-jilta aiottiin poistaa oikeus vähentää verotuksessa työmarkkinajärjestöjen jäsenmaksut. Liiton hallitus oli tästä eri mieltä:

"Hallitus päätti antaa asiasta julkilausuman, jossa tällaista esitystä vastustetaan ehdottomasti."

PERUSHOITAJA 7/1987

Rapujuhliin lämmittävä

Katkarapukasari

TEKSTI JA KUVAT MARJO SAJANTOLA

Elokuussa ystävät kohdataan rapukestien merkeissä, mutta saksiniekkujen sijaan tarjolle voi laittaa herkullista katkarapukasaria.

Marja Äikiä toteaa, ettei ole koskaan ollut varsinaisissa rapujuhliissa. Sen verran hän on tosin saksiniekkujen kanssa puuhastellut, että voi sanoa syöneensä niitä. Enimmäkseen hänen rapunsa ovat katkaravun pyrstöjä, joita voi käyttää niin salaateissa kuin pitsojen päällä. Maku on niissä kohdallaan.

Idea elokuisista rapuihin keskittyneistä kemuista on hänen mielestään kuitenkin hyvä. Rapujuhliissa käytettävät karnevaalitavarat, kuten rapukuvin koristellut ruokalaput, pöytäliinat ja koristeet hän jättäisi kuitenkin omaan arvoonsa.

– Minusta on tärkeää ja ihan kiva, että juhlaan panostetaan. Ruoka asetellaan kauniisti tarjolle, pöytä koristellaan juhlan teemalla, mutta ei ylenpalttisesti. Elokuussa voi jo polttaa kynttilöitä, hän kuvailee.

Marja tunnustaa, ettei itse ole mestarikokki, mutta hänellä on reseptikilpailuihin osallistuva ystävä, jolta hän saa kokeiltavaksi kivoja reseptejä.

– Teen tätä katkarapukasaria nyt ensimmäisen kerran. Olen kuitenkin allerginen tomaatille, joten jätän nämä kuutiot pois ja käytän ohjetta vähemmän tomaattimurskaa. Kypsennettyä tomaattia voin syödä vähän. Täytyy aina vähän tuunata.

Kasari valmistuu nopeasti ja ihanat tuoksut herauttavat vedet kielelle. Marja kattaa rapuannoksen lasitetulle parvekkeelle, josta näkyy kesäinen Tampere.

– Tampere on kiva kesäkaupunki. Täällä on paljon kesätapahtumia, mutta parasta ehkä on se, että hyviä uimapaikoja on paljon.

Marja on tehnyt melkein koko työuransa pääasiassa Tampereen kaupungille. Rauhaniemen sairaalan niin sanotulla lonkkaosastolla kuntoutetaan iäkkäitä murtumista toipuvia potilaita, ja työ on mielenkiintoista ja sopivan haastavaa.

– Työ vaatii hoitajalta fyysisestikin paljon, joten omat lihakset on pidettävä kunnossa. Olen harrastanut itämaista tanssia jo lähes kaksikymmentä vuotta. Olen saanut näillä tunneilla parhaan vatsatreenin, joka auttaa koko keskikehon hallintaan. Saan tanssista paljon virtaa kaikkeen.

Marja jatkaa, että tanssii omaksi ilokseen, eikä hän koe itseään esiintyväksi taiteilijaksi, vaikka ryhmä onkin esiintynyt esimerkiksi Viola-kodissa vanhusten iloksi.

– Olen myös harjoitellut valokuvausta siinä sivussa, kun videoin ja valokuvaan ryhmämme esitystä. Olen kuvannut koko ikäni. Kuukauden lomareissulla otin melkein 900 kuvaa.

Kuukauden lomareissuja hän on voinut tehdä harvoin, sillä vuosilomat tulee pidettyä pienemmissä pätkissä, vaikka hänen mielestään kesällä pidettävä pitempi loma antaa enemmän jaksamista.

Marja Äikäs huolehtii myös superilaisten jaksamisesta. Hän on ollut luottamusmiehenä 12 vuotta sekä ammattiosaston jäsenrekisterinhoitaja ja yhdysjäsen jo 17 vuotta. Muitakin luottamustehtäviä hänellä on.

– Minulla on ollut aina into ja puhti luottamustehtäviin. Se on minulle harrastus ja järjestöasioihin riittää aina virtaa. On hienoa, että toimitaan yhdessä eri ammattiosastojen kanssa. Mekin tapaamme ympäristökuntien ammattiosastojen kanssa Nokian Edenissä ja pääsemme vaihtamaan ajatuksia. Se on tärkeää, kun pyöritellään kuitenkin samoja asioita. ■

**KASARI VALMISTUU
NOPEASTI JA
IHANAT TUOKSUT
HERAUTTAVAT VEDET
KIELELLE.**

Chilinen katkarapukasari
sopii rapujuhliinkin.



Katkarapukasari

4 annosta

350 g pieniä pakastekatkarapuja
1 iso sipuli
2 valkosipulin kynttä
3 kiinteää tomaattia
1 rkl öljyä
2 tl paprikajauhetta
1 tlk eli 400 g tomaattimurskaa
1 dl kookosmaitoa
1 rkl makeaa chilikastiketta
¼ tl suolaa
mustapippuria
ruohosipulia



Sulata ja valuta katkaravut. Kuullota silputut sipulit öljyssä ja lisää joukkoon paprikajauhe. Lisää tomaattikuutiot ja tomaattimurska. Jos käytät chilimaustettua tomaattimurskaa, chilikastiketta ei välttämättä tarvita. Mausta ja hauduta kannen alla viisi minuuttia. Lisää katkaravut ja kuumenna. Ripottele pinnalle runsaasti silputtua ruohosipulia. Tarjoa riisin ja rapean leivän kanssa.



Lähihoitaja Sisko Hietala kertoo, että Kotipesän nykyiset asukkaat ovat oma-aloitteisia. Yhteinen arki sujuu sopuisasti.

Lähihoitaja mielenterveystyössä

KOTIPESÄSSÄ ELETÄÄN

MUKAVAA, TURVALLISTA ARKEA

TEKSTI JA KUVAT MINNA LYHTY

Kuka tahansa voi sairastua psyykkisesti. Sen tietää kuusamolainen lähihoitaja Sisko Hietala, joka kulkee mielenterveysasiakkaiden rinnalla heidän arjessaan. Sairaudesta huolimatta elämä voi olla onnellista.

Lähihoitaja Sisko Hietala kaartaa autollaan Kotipesän pihaan hieman ennen yhdeksää kesäkuuisena torstai-aamuna. Kotipesässä asuu 12 mielenterveyskuntoutujaa, jotka ovat iältään viidestäkymmenestä kahdeksaankymmeneen. Kodissa saa asua elämänsä loppuun asti, jos avuntarve ei kasva liian suureksi ikääntyessä.

Sisko toivottaa huomenet asukkaille, joista osa on vielä aamupalalla. Toinen aamuvuorolainen Raila Säkkinen on tullut jo seitsemäksi töihin. Hän on ohjannut asukkaita aamutoimissa, valmistanut aamupalan ja jakanut lääkkeet sekä tupakoitsijoille päivän savukkeet.

Tunnelma on levollinen. Kesäaikaan ei kiirehditä minnekään. Syksyn tullessa monet käyvät Hyvän mielen palveluaseamalla erilaisissa ryhmissä. Mielenterveyskuntoutujille tarjolla on muun muassa bingoa, pelipäiviä ja erilaisia tapahtumia.

Kesällä monen asukkaan mielipuhuaa on kalastaminen. Siskokin on intohimoinen kalastaja. Kuusamossa on erinomaiset olosuhteet tälle harrastukselle, sillä lähes mihin tahansa suuntaan lähtee, aina päättyy järven rantaan. Kotipesän tien päästäkin järvi lähes pilkkottaa.

– Asukkaat käyvät itsekseen tai yhdessä kalassa ja joskus minäkin lähdän mukaan.

Kotipesä on oikea koti, jossa asukkaat saavat elää omalla tavallaan. Jotkut ovat enemmän kotosalla, toiset viihtyvät kylillä. Yhteisössä on sovittu säännöt, joihin jokainen sitoutuu.

– Kaikkia, sekä ohjaajia että muita asukkaita, pitää kohdella kunnioittavasti. Muut pitää ottaa huomioon. Päihteiden käytössä meillä on nollatoleranssi. Jokainen osallistuu kotitöiden tekemiseen. Vain 80-vuotias asukas on vapautettu ikänsä vuoksi huoneensa siivouksesta. Ruoka-aikoina ollaan paikalla ja kotiin tullaan viimeistään iltapalalle, Sisko luettelee.

OLET SÄPÄKKÄ

Arkipäivinä pidetään asukkaiden ja ohjaajien yhteinen aamukokous. Yleensä se pidetään hieman yhdeksän jälkeen, mutta minuuttiaikatauluja ei noudateta.

– Monesko päivä tänään on? Sisko kyselee olohuoneeseen ja ruokasaliin asettuneilta asukkailta.

– Viidestoista kesäkuuta, tulee vastaus moniäänisesti.

– Tänään on Moonan ja Vienan nimipäivät. Tunnetteko ketään sen nimistä? Sisko jatkaa jutustelua.

Eipä ole ketään sen nimistä tuttua kenelläkään. Maanantaisin aamukokouksessa käydään läpi koko viikon ohjelma. Muina päivinä suunnitellaan tulevan päivän työt ja menot. Tänään ohjelmassa on naisten pyykkivuoro. Jokainen huolehtii omista pyykeistään. Torstai on myös siivouspäivä ja tällä viikolla siivotaan naisten huoneet perusteellisemmin.

– Entä minun huoneeni, kyselee Martti Polojärvi.

– Voimme katsoa senkin, Raila Säkkinen vastaa.

Seinällä olevaan tauluun on kirjoitettu jokaisen työtehtävät. Anja Heikki lukee työsuunnitelman ääneen. Kun kaikkien hommat ovat selvillä, porukka ponnahtaa ylös tuoleiltaan ja tarttuu tuumasta toimeen. Raila menee auttamaan naisten käytävälle, ja Sisko kiirehtii Martin perään, joka on jo hake-massa moppia.

– Pesetkö lattian vai pyyhkitkö pölyt? Sisko kyselee.

– Lattian, Martti vastaa.

– No sehän sinulta käy. Odota hetki, että imuroin ensin. Olet niin säpäkkä, etten tahdo pysyä perässä.

Siskon ja Martin yhteistyö on sujuvaa. Naisten käytävälläkin ollaan täydessä työn touhussa. Pihassa tampataan mattoja.

– Joko on valmista, Sisko kyselee lattiaa moppaavalta Martilta.

– Ei vielä, käyn vielä kerran läpi.

TAKAISIN KOTIPESÄÄN

Sisko Hietala tuntee joitakin Kotipesän asukkaita jo kahdenkymmenen vuoden takaa.

– Minut pyydettiin tänne töihin jo ennen kuin olin opiskellut hoitoalaa. Suoritin Kotipesässä lähihoitajatutkinnon oppisopimuksella ja valmistuin 1999.

Valmistumisen jälkeen Sisko jatkoi töitä Kotipesässä jonkin aikaa, kunnes alkoi tehdä sijaisuuksia muualla ja yli kymmenen vuotta vierähti kehitysvammaisten ryhmäkodissa. Puoli-toista vuotta sitten hän palasi takaisin Kotipesään.

– Teen vuoroja Coronarian eri toimipisteissä: täällä, kotihoidossa ja yhden asiakkaan hoitotiimissä. Kun tulin tänne takaisin, tuntui kuin olisin tullut kotiin.

Siskon mielestä mielenterveysasiakkaiden kanssa työsken-



Martti Polojärven miehestä Kotipesässä on hyvä olla.



Sisko Hietala ja Raila Säkkinen kokkaavat viiden viikon kiertävän ruokalistan mukaisesti. Perjantaisin on asukkaiden toiveruokapäivä.



Anja Heikki on asunut Kotipesässä yli kaksikymmentä vuotta.

nessä hoitajan pitää olla määrätietoinen ja jämäkkä. Rauhallisesta perusluonteesta on etua. Pelätä ei saa ja jokainen pitää kohdata yksilöllisesti. Työssä on tärkeää tukea asukkaan omia voimavaroja. Jokaisella on nimetty ohjaaja, joka auttaa asioiden hoitamisessa.

Asukkaat käyvät psykiatrin vastaanotolla kerran vuodessa ja osallistuvat viirikeryhmiin. Varsinaista terapiaa he eivät saa. Kun asukkaat haluavat jutella omasta voinnistaan ja elämästään, ohjaajat ovat valmiita keskusteluihin. Kuuntelemisen taito on työssä välttämätön. Ohjaajan työhön kuuluu myös hoidon tarpeen arviointi.

– Kun opin tuntemaan asukkaan ja tiedän hänen tapansa, huomaan, jos kaikki ei ole kunnossa. Arvioin, annanko levottomalle asukkaalle tarvittaessa otettavan lääkkeen vai riittääkö, että yritän helpottaa tilannetta juttelemalla. Erityistilanteessa voin ottaa yhteyttä psykiatriin tai päivystävään lääkäriin.

Siskon mukaan asukkaat huolehtivat myös toisistaan.

– He ovat huolissaan, jos joku voi huonosti. Kotipesässä on empaattisuutta ja yhteisöllisyyttä. Toki kun yhdessä ollaan jatkuvasti, välillä tulee myös ristiriitoja.

KATU EI OLE KOTI

Jotkut Kotipesän asukkaista ovat sairastuneet nuorena, toiset hieman vanhempana työelämässä ollessaan. Sisko Hietala on nähnyt, että kuka tahansa voi sairastua. Hänen mielestään on myönteistä, että nykyään puhutaan mielensterveydestä avoimemmin kuin ennen. Monet julkisuuden henkilöt ovat vähentäneet ennakkoluuloja kertomalla omista ongelmistaan.

– Ihmettelijöitä on edelleen, mutta jätän heidät omaan arvoonsa.

Sisko toivoisi, että Kotipesän kaltaisia paikkoja olisi enemmän tarjolla mielenterveysasiakkaille. Tuettu asuminen sopii sellaiselle kuntoutujalle, joka tarvitsee ohjausta elämisen taidoissa, mutta ei ole sairaalahoidon tarpeessa. Siskon mielestä jotkut mielenterveysasiukkaat ovat liiaksi oman onnensa nojassa, jopa kaduilla.

– Jokaisen pitäisi saada tuntee, että hänestä välitetään ja piderään huolta. Kaikilla pitäisi olla paikka, jossa tuntee olonsa turvalliseksi. Kun lääkehoito on retuperällä, voi tapahtua myös huonoja

JOKAISEN PITÄISI SAADA TUNTEA, ETTÄ HÄNESTÄ VÄLITETÄÄN JA PIDETÄÄN HUOLTA.

asioita. Jos harhoja ei saada lääkityksellä kuriin, ne voivat tehdä elämästä äärimmäisen raskasta.

Sisko on nähnyt, että kun sairaus on hallinnassa lääkityksen ja tuen avulla, elämä voi olla hyvää.

– Onnellisuuden kokemukseen vaikuttaa myös se, onko itse sinut sairautensa kanssa. Aika moni on. Sairauden hyväksyminen voi olla vaikeampaa omaiselle.

KAVERIKOIRA ILAHDUTTAA

Yhdentoista jälkeen pyykit pyörivät koneessa, lattiat on mopattu ja pölyt pyyhitty. Raila Säkkinen valmistaa keittiössä lihakeittoa. Muutama asukas on istahtanut olohuoneeseen odottamaan lounasta. Railan Riko-koira pötköttää olohuoneen lattialla. Se on tuttu vieras, jota kaikki pysähtyvät rapsuttelemaan ohi kulkiessaan. Riko nauttii olostaan vähintään yhtä paljon kuin rapsuttelijatkin.

Riko ei ole mikä tahansa sekarotuisen piski, vaan oikea kaverikoira. Se käy Kotipesän asukkaiden lisäksi ilahduttamassa vanhuksia eri yksiköissä. Rauhallisen luonteensa vuoksi Riko sopii kaveriksi kenelle tahansa.

– Kerran tapasin iäkkään rouvan, joka ei ollut puhunut puoleen vuoteen yhtään sanaa. Kun hän silitteli Rikoa, hän kysyi yhtäkkiä, onko tämä koira saanut vettä. Sen jälkeen hän alkoi puhua niin kuin ennen. Selvisi, että hoitokotiin muuttaessa hän oli joutunut luopumaan koirastaan ja hän kaipasi sitä kovasti, Raila kertoo.

Keiton tuoksu leijailee ruokasalin puolelle. Välillä lounas ja päivällinen tulivat muualta, mutta Kotipesässä palattiin vanhaan käytäntöön, että ruoat tehdään itse. Ohjaaja vastaa ruoan valmistamisesta, mutta asukkaat osallistuvat muun muassa perunoiden kuorimiseen, kattamiseen ja tiskaamiseen. Toisinaan leivotaan porukalla pullaa tai paistetaan lettuja.

– Ennen meillä oli perunamaa. Luovuimme siitä, mutta marjassa käymme edelleen, Raila kertoo.

– Raila tuo ruokakärryn saliin. Tunnelma on kodikas ja rauhallinen. Pöydän ääressä syntyy keskusteluja, niin kuin kotona yleensäkin.

OLEMME MONITOIMINAISIA

– Pankista voi nostaa käteistä vain yhteen asti. Sinne pitää ehtiä, Sisko Hietala sanoo lounaan jälkeen.

Aamupalaverissa sovittiin, että Sisko käyttää kolmea asukasta asioilla. Hän asettuu kuljettajan paikalle pakettiautoon ja hurauttaa Kuusamon keskustaan. Muut pitävät jaloittelu- ja tupakkatauton, kun yksi kyytiläinen käy pankissa. Kun hän palaa, Sisko yrittää käynnistää auton, mutta se ei onnistu.

– Eihän tästä loppunut diesel. Eilen iltavuorolainen oli yrittänyt tankata, mutta automaatti ei ollut hyväksynyt korttia. Polttoaineen pitäisi riittää, sillä mittari ei ole vielä punaisella, Sisko kertoo.

Yksi kyytiläisistä nousee autosta. Hän sanoo kävelevänsä takaisin kotiin sen jälkeen, kun on käynyt ystävänsä luona kylässä. Kun hän on lähtenyt, auto lopulta käynnistyy. ▶



Kotipesän tuttu vieras Riko-koira osaa ottaa rennosti. Se näyttää mallia muillekin.

Huoltoasemalla tankkaus ei kuitenkaan suju, sillä kortti ei edelleenkään toimi. Sisko päättää, että hän ajaa takaisin Kotipesään ja hakee oman auton. Hän pysyy koko ajan rauhallisena, eikä ketään muutakaan näytä stressaavan, toimiiko auto moitteetta perille asti.

Kotipesässä Raila on siivoamassa ruokailutilan lattiaa. Riko istuu uskollisesti televisiota katsovien asukkaiden vieressä.

– Pitää soittaa iltavuorolaiselle, Hilkkalle, että hakee kanisterilla polttoainetta. Olemme tällaisia monitoiminaisia ja teemme kaikkea, Raila kehuu.

Sisko hurauttaa omalla autollaan kaksi asukasta mukanaan takaisin keskustaan tapaamaan esimestään Sari Kalliota, joka työskentelee Coronarian toimistossa.

– Jos autoa ei saada kuntoon, voitte ottaa kotihoidosta auton. Yllättävät tilanteet kuuluvat tähän työhön. Aina löytyy ratkaisu, Sari sanoo.

Toimistoreissun jälkeen porukka ottaa suunnaksi ostoskeskittymän. Ensiksi ostetaan kengät ja sitten kalastustarvikkeita. Sisko kertoo, että asukkaat sopivat kaikista ostoksista oman ohjaajansa kanssa. Kotimatalla haetaan



Hilikka Määttä saa raportin aamuvuorosta Sisko Hietalalta.

vielä kalastuslupa Kuusamo-infosta.

Kotipesässä odottavat kahvit ja itse tehdyt leivonnaiset sekä Riko, joka käy tervehtimässä jokaista tulijaa. Kahvin jälkeen Sisko merkitsee ylös ostoksia tehneiden rahatilanteen.

Raila lähtee kotiin Riko mukanaan. Sisko antaa lyhyen raportin iltavuoroon tulleelle Hilikka Määttälle. Sen jälkeen Sisko alkaa tehdä lähtöä kotiinpäin, sil-

lä kolmelta loppuu hänen työvuoronsa. Huomenna on perjantai ja silloin Kotipesässä tehdään jotain kivaa yhdessä.

– Suunnitelmassa on laittaa piha kesäkuuntoon ja lopuksi juoda kahvit ulkona jäätelön kera. ■



Tänään töissä

KUKA

Sisko Hietala, 57, on kuusamolainen lähihoitaja, joka työskentelee Coronarian eri toimipisteissä. Reportaasipäivänä hän oli töissä 12-paikkaisessa mielenterveysasiakkaiden palvelukodissa.

OPINNOT JA TYÖURA

Aloitti työuransa puolison perheen maatilalla. Opiskeli lähihoitajaksi oppisopimuksella ja valmistui vuonna 1999. Suuntautui mielenterveys-, kriisi- ja päihdetyöhön. Työskennellyt Kotipesässä, kotihoidossa ja yli kymmenen vuotta kehitysvammaisten ryhmäkodissa. Tehnyt sijaisuuksia myös kaupungin eri yksiköissä.

PERHE

Mies, neljä aikuista lasta ja kuusi lastenlasta sekä Nasu-koira.

HARRASTUKSET

Kalastus, marjastus, leipominen, käsityöt ja pyöräily. SPR:n ystävöitymässä on tutustunut kahteen maahanmuuttajaperheeseen, joiden kanssa on yhteydessä säännöllisesti. On kahden erityisnuoren tukihenkilö. Aiemmin perheessä oli myös tukilapsia viikonloppuisin.

HAASTAVINTA TÖISSÄ

Jos töihin tullessa joku asukkaista on pahalla tuulella tai on sattunut juuri jotain yllättävää, pitää miettiä, miten alkaa purkaa tilannetta. Kun on nähnyt kaikenlaista, harvoin mikään tuntuu liian vaikealta.

PARASTA TYÖSSÄ

Työ on vaihtelevaa, koska vuoroja on eri toimipisteissä. Kotipesässä parasta on kodinomaisuus, ei ole laitostunutta ilmapiiriä. Asukkaat ovat mukana arjen askareissa.



PÄÄSYKOKKEET EIVÄT ETENE SUPERIN TOIVOMALLA TAVALLA

TEKSTI JUKKA JÄRVELÄ KUVA INGIMAGE

Soveltuvuuskokeiden tulo lähihoitajakoulutuksen opiskelijavalintoihin ei ole enää keskeisesti mukana opetus- ja kulttuuriministeriön suunnitelmassa. SuPerin toivomista kokeista keskustellaan ensi vuonna uudestaan.

Opetus- ja kulttuuriministeriö on käynnistänyt uudistuksen, joka koskee sosiaali- ja terveysalan opiskelijoiden soveltuvuuden arviointia. Tällä hetkellä suunnitelmassa eivät ole mukana karisivat soveltuvuuskokeet, vaan asiaa vietään eteenpäin niin sanottujen SORA-säännösten uudistamisen kautta.

SORA-säännösten myötä aiotaan varmistaa se, että terveydentilan tai toimintakyvyn puolesta soveltumattomia henkilöitä ei oteta sote-alojen koulutukseen.

SUPER EI LUOVUTA

SuPerin mukaan kaikkiin SORA-lainsäädännön piiriin kuuluviin tutkintoihin olisi otettava käyttöön pakolliset, eriyttävät soveltuvuuskokeet, jotta riittävän ajoissa huomataan hakijat, jotka ovat alalle soveltumattomia ja mahdollisesti tuen tarpeessa. Näin voidaan myös paremmin ennaltaehkäistä syrjäytymistä, mikä on sekä opiskelijan että yhteiskunnan etu.

Pääsykokeiden sijasta nyt ryhdytään ministeriön johdolla kehittämään SORA-lainsäädäntöä. Asiasta järjestetään kuulemiskierros ensi syksystä alkaen, ja SuPer ottaa SORA-suunnitel-

miin kantaa muiden mukana.

SuPerin puheenjohtajan Silja Paavolan mukaan soveltuvuuskokeiden siirtyminen suunnitelmassa sivuraiteelle vaikuttaa taka-asteleelta.

– Tosi huono juttuhan tämä on. Meidän pitää yhä olla hereillä asian kanssa.

– Olemme saaneet opettajilta, työpaikkaohjaajilta ja muilta ammatti-ihmisiltä lausuntoja, joiden mukaan oppilaiksi otetaan henkilöitä, joilla ei ole mitään edellytyksiä saada lähihoitajatutkintoa valmiiksi.

SuPerin viime vuonna tekemässä kyselyssä ilmeni, että alan työntekijät ovat lähes sataprosenttisesti sitä mieltä, että lähihoitajakoulutukseen tarvitaan pääsy- ja soveltuvuuskokeet.

RATKAISEEKO SORA ONGELMAT?

Opetusneuvos Anne Märtensson opetus- ja kulttuuriministeriöstä vahvistaa,

että pakollisia pääsykokeita ei lähdetä viemään eteenpäin tässä vaiheessa, ennen kuin SORA-lainsäädäntöä koskeva selvitys tehty.

Märtensson muistuttaa, että lähihoitajakoulutuksen opiskelijavalinnassa voidaan jo nykyisen ja tulevankin lainsäädännön mukaan järjestää pääsy- ja soveltuvuuskoe, jos oppilaitos niin haluaa.

Märtenssonin mukaan ministeriötasolla tiedetään ne ongelmat, jotka muun muassa lähihoitajakoulutuksen oppilasvalinnoissa esiintyvät.

– Näitä ongelmia voidaan ratkaista SORA-lainsäädäntöä koskevilla muutoksilla, jotka selkeyttävät ja tukevat lainsäädännön toimeenpanoa aikaisempaa paremmin.

Opetus- ja kulttuuriministeri Sanni Grahn-Laasonen pitää erittäin tärkeänä, että sote-alalla varmistetaan opiskelijoiden soveltuvuus. Ministerin mukaan nyt on tärkeä kuulla eri tahoja, jotka toimivat SORA-lainsäädännön parissa. ■

SORA-SÄÄDÖKSET

SORA-lainsäädäntö koskettaa ammatteja, joissa on vastuu toisten ihmisten terveydestä ja turvallisuudesta ja joissa ollaan tekemisissä haavoittuvassa asemassa olevien ihmisten kanssa. Lähihoitajatutkinto kuuluu SORA-tutkintoihin. Jos pääsy- ja soveltuvuuskokeista luovutaan, SORA-lainsäädäntö on ainoa keino puuttua tilanteeseen, kun huomataan, ettei opiskelijaksi hyväksytty henkilö olekaan alalle soveltuva. SORA koskee muun muassa opiskeluoikeuden peruuttamista ja palauttamista, opiskelijaksi ottamisen esteitä sekä huumausainetestausta ja kurinpitoa.

Siirtykö lähihoitajakoulutus yhä enemmän työpaikoille?

KOULUTUSUUDISTUKSESSA MONTA KYSYMYSMERKKIÄ

TEKSTI JUKKA JÄRVELÄ

Ensi vuonna toteutuva ammatillisen koulutuksen mittavin muutos vuosikymmeniin vaikuttaa lähihoitajaopiskelijoiden lisäksi superlilaisiin työntekijöihin ja hoidon laatuun. SuPer on huolissaan useista reformin tavoitteista.

Ammatillisen koulutuksen reformi on yksi hallituksen kärkihankkeista. Siinä uudistetaan ammatillisen koulutuksen rahoitusta, ohjausta, toimintaprosesseja, tutkintojärjestelmää ja järjestäjäre-kenteitä.

SuPer on aktiivisesti tavannut opetus- ja kulttuuriministeriön edustajia, jotta koulutusuudistuksessa ei tehtäisi asiakkaiden, potilaiden, alan opiskelijoiden eikä superilaisten työntekijöiden kannalta huonoja ratkaisuja. Silti uudistuksessa on huolestuttavia piirteitä.

– Näyttää siltä, että reformissa menään bisnes- ja rahavetoisesti, ei koulutus ja sivistys edellä, SuPerin puheenjohtaja Silja Paavola sanoo.

MISSÄ OPETUS JATKOSSA TAPAHTUU?

Koulutusreformin tuomat vaikutukset koskevat superilaisia lähivuosina. Etenkin se, että työpaikoilla tapahtuva oppiminen lisääntyy. Samalla lähihoitajan tutkinnon perusteet menevät uusiksi.

Opiskelijoille tehdään työpaikalla toteutettava koulutussopimus. Se sovitetaan aina tutkinnon osa kerrallaan. Koulutussopimus korvaa työssäoppimisen myös käsitteenä.

Opintojen pituus säilyy 180 opintopisteenä. Osaamisalojen määrä putoaa kymmenestä kahdeksaan, ja niiden sisältö muuttuu. Henkilökohtaistaminen korostuu eli opintoja suunnitellaan entistä enemmän opiskelijakohtaisesti.

Oleellisinta superilaisittain on, että uusi lähihoitajien koulutusjärjestelmä asettaa entistä korkeampia vaatimuk-

sia työpaikalla annettavalle ohjaukselle ja opetukselle sekä työpaikkaohjaajan ammattitaidon ajan tasalla pitämiseksi.

MINKÄ TAKIA REFORMI TEHDÄÄN?

SuPer on useaan otteeseen pyrkinyt vaikuttamaan koulutusreformin sisältöön ja tavoitteisiin. Liittoa huolestuttaa se, että uudistuksessa näytetään menevän säästöt mielessä, ei sivistys ja koulutus: koulutuksen laatu on suorassa yhteydessä asiakas- ja potilasturvallisuuteen sekä hoidon laatuun.

Koulutusreformin avulla tavoitellaan vuosittain noin 200 miljoonan euron säästöjä. SuPerin mukaan laadukkaan koulutuksen ja ammattitaidon turvaaminen tulevat pitkällä aikavälillä halvemmaksi kuin ammattitaidosta tinkiminen, koska koulutusuudistus heikentää lähihoitajien osaamista ja talouskasvun edellytyksiä.

”

OLEELLISINTA SUPERILAISITTAIN ON, ETTÄ UUSI LÄHIHOITAJIEN KOULUTUSJÄRJESTELMÄ ASETTAA ENTISTÄ KORKEAMPIA VAATIMUKSIA TYÖPAIKALLA ANNETTAVALLE OHJAUKSELLE JA OPETUKSELLE SEKÄ TYÖPAIKKAOHJAAJAN AMMATTITAIIDON AJAN TASALLA PITÄMISELLE.

Ammatillisen koulutuksen lainsäädännön uudistamista perustellaan sillä, että työelämän osaamistarpeet muuttuvat yhä nopeammin. SuPer korostaa, että työelämä on muuttumassa ennen kaikkea vaativammaksi. Siksi liitto vaatii, että lähihoitajakoulutus säilytetään laadukkaana, jotta hoidon laatu pysyy hyvänä ja asiakas- sekä potilasturvallisuus turvattuna myös tulevaisuudessa.

KUINKA SUJUU ROOLITUS?

Superilaisten työpaikoilla kiire ei helpeutu, mikäli koulutusuudistuksen tavoitteet työpaikalla tapahtuvan opetuksen määrän lisäämisestä toteutuvat. Liitto muistuttaa, että työpaikkaohjaaja ei ole opettaja.

Opiskelijalla on oltava riittävät perustiedot ja perustaidot hallussaan ennen työpaikalla tapahtuvaa oppimista. Pelkkä työn oppiminen käytännössä ilman työn teoreettista hallintaa ei takaa potilas- ja asiakasturvallisuutta.

Lisääntyvä ohjaus ja opetusvastuu kuormittaa jo nyt tiukalla olevia, pienipalkkaisia sosiaali-, terveys- ja kasvatustalan työntekijöitä. SuPer vaatiiikin, että koulutussopimustyöpaikoiksi hyväksytään vain sellaiset työpaikat, joilla on riittävä henkilökuntamitoitus ja koulutettu henkilökunta.

SuPer vaatii myös, että työssäoppimisjaksoista maksetaan kaikille niille työpaikoille, joilla on SORA-lainsäädännön piiriin kuuluvien tutkintojen suorittajia. Näin saadaan riittävästi resursseja ohjaamiseen.

Liitto muistuttaa vielä, että opiskelijoita ei saa laskea osaksi työpaikan henkilöstömitoitusta.

MITEN KÄY AMMATTI-IDENTITEETIN?

SuPerin puheenjohtajan Silja Paavolan mukaan koulutusreformi pistää superilaiset miettimään ammatti-identiteettiään. Miten käy potilasturvallisuuden? Entä voiko hoitaja olla myös opettaja?

– Nyt näyttää siltä, että superilaiset joutuvat työpaikkaohjaajina opettamaan opiskelijoita työpaikoilla. Hoitaja ei kuitenkaan ole opettaja.

Paavolan mukaan alan opiskelijoille on ehdottomasti annettava oppilaitoksissa vahva teoriapohja, ennen kuin he siirtävät käytännön opiskeluun.

– Ilman teoriatietoa ei ihmistä hoideta – ei vauvaa, ei vaaria.

Myös resursseissa näyttää raja tulevan vastaan. Työnantajan on Paavolan mukaan huolehdittava siitä, että hoidettavien määrä on uudessa järjestelmässä pienempi kuin normaalisti.

Työnantajat ovat toivoneet, että opiskelijoita voidaan käyttää työtehtävissä. Tämä ei onnistu ilman ohjaajaa.

Paavola ei pidä siitä, että yhteiskunta nipistää heikossa asemassa olevilta koulutusreformin kautta.

– Superilaisten työkenttä on siellä, missä on vähiten mahdollisuuksia puolustautua hallituksen kaavailemia muutoksia vastaan: pienet lapset, sairaat ihmiset, vanhukset, muistisairaat, kuolemaa odottavat. Tämähän on täydellistä hyvinvointiyhteiskunnan sikailua.

HEIKKENEEKÖ HOIDON LAATU?

SuPerin asiantuntija Sara Simberg muistuttaa, että on poliittinen tavoite siirtää yhä suurempi osa oppimisesta työpaikoille.

– Tämä asia ei ole missään laissa, vain hallitusohjelmassa. Työpaikoilla opiskelun määrää halutaan lisätä ja koulutuksen järjestäjiltä on viety todella paljon rahaa.

Jos oppilaitosten lähiopetus on kärsijänä, niin ovat myös työpaikat.

– Ottavatko työpaikat lisää opiskelijoita vastaan? Sitä eivät päättäjät voi päättää eikä siihen ole ammatillista koulutusta koskevilla laeilla velvoitettu.

Simberg pelkää, että työpaikoilla vaikeudet lisääntyvät.

– Lisääntynyt opiskelijamäärä työpaikoilla rasittaa jäseniämme, jos heille pitää opettaa kaikki alusta pitäen. Toinen pelko on, että opiskelijoille ei ole aikaa antaa ohjausta ja opetusta. Tämä on väärin kaikkia kohtaan.

TOIMIVATKO Uudet OPETUSMENETELMÄT?

Koulutusreformi tähtää opiskelun nykyaikaistamiseen. Luvasa on uusia digitaalisia opetusmenetelmiä ja oppimisympäristöjä. Sara Simberg ei vakuutu tästä kärkiprojektista.

– Tämähän ratkaisee opetuksen puutteen, että opiskelija menee nettiin ja opiskelee siellä itsekseen?

On myös väläytelty, että opettajatkin siirtyvät työpaikalle opettamaan. Simberg ei oikein vakuutu tästäkään.

– Työpaikalla ei voi opettaa kahdenkymmenen hengen ryhmälle yhtä aikaa esimerkiksi verenpaineen mittausta.

Simberg on huolissaan taakasta, joka uhkaa kaatua superilaisten niskaan. Työssä on kiire jo ennestään. Nyt työpaikalle saapuu lisää opiskelijoita entistä heikommin eväin. Oppi-

SUPERIN KOULUTUSTEESIT

- 1) Lähihoitajatutkinnon osaamisvaatimuksista ei saa tinkiä.
- 2) Opiskelijan soveltuvuus alalle on varmistettava.
- 3) Kouluissa on oltava opetusta.
- 4) Työpaikoilla on oltava riittävät resurssit työssäoppimiseen: henkilökuntamitoitus asiakkaiden tarpeita vastaavaksi.
- 5) Kansalaisilla on oikeus paitsi ammattiin, myös sivistykseen.



LUE TEESIEN KOKO SISÄLTÖ

laitoksilta tulee paineita hyväksyä heikoimmatkin suoritteet, koska hylätyistä opiskelijoita ei saa rahoitusta.

Työssäkäyvien jäsenten suurin ongelma on lisääntynyt kuormitus ja vaatimukset ajankäytöstä. Toisaalta oppilaitosten rahoitus on kiinni siitä, että mahdollisimman moni pääsee tutkinnon osista läpi. Opettajilta tulee painetta läpipäästämiseen, vaikka opiskelija ei osaisikaan sitä, mitä vaaditaan.

– Superilaisten on tässä tilanteessa pidettävä puoliaan ja sanottava asiat niin kuin ne ovat. Kertokaa esimiehille ja opettajille, jos ei ole resursseja ottaa oppilaita. Ja kertokaa, jos opiskelija ei osaa sitä, mitä näytössä pitää. Suoritus on uskallettava hylätä, vaikka opettajat jyräisivät takana läpimenon puolesta.

JÄÄKÖ VANHASTA TUTKINNOSTA MITÄÄN JÄLJELLE?

Lähihoitajatutkinnon uudistumisessa on sekä hyvää että miennin paikkoja, linjaa SuPerin asiantuntija Soili Nevala.

Vanhat tutkinnon perusteet poistuvat siirtymäajan jälkeen. Ensi vuonna lähihoitajakoulutuksensa aloittavat opiskelevat uusien perusteiden mukaan. Uudessa järjestelmässä on kaksi pakollista tutkinnon osaa vanhojen kolmen sijasta. Osaamisalojen määrä, nimet ja sisällötkin muuttuvat.

– Syksyllä 2018 uudet pykälät ovat käytössä. Työpaikkaohjaajilla riittää muutoksessa opiskeltavaa.

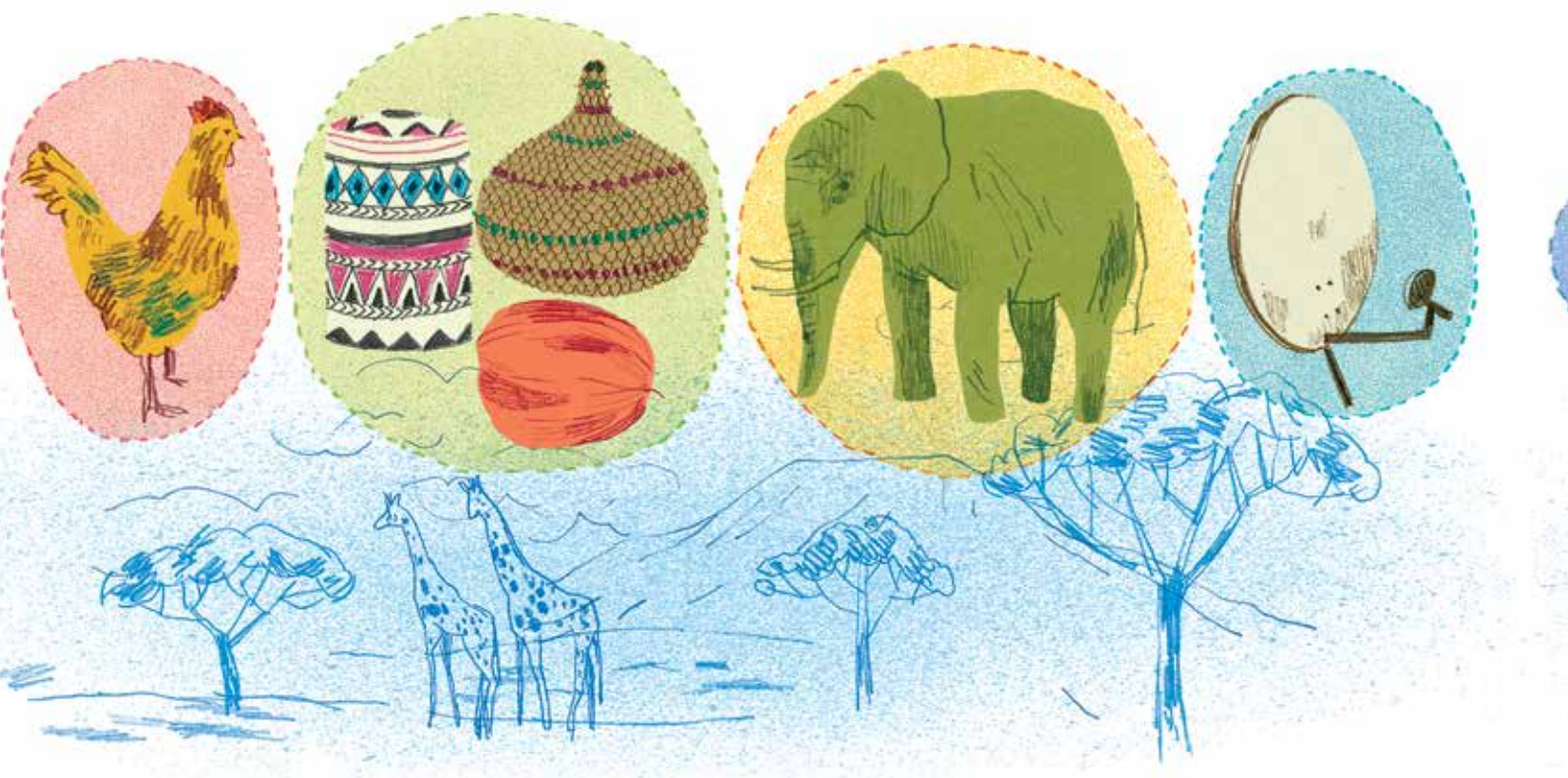
Nykyisessä lähihoitajatutkinnossa työssäoppimisesta on kerryttävä vähintään 30 opintopistettä. Uudessa tutkinnossa rajaa ei ole määritelty, sillä määrä vaihtelee opintojen henkilökohtaisen suunnittelun mukaan.

Kun ammatillisen koulutuksen lait muuttuvat, ei enää puhuta erikseen nuorten ammatillisesta peruskoulutuksesta ja aikuisten näyttötutkinnosta. Nämä yhdistyvät, ja kaikki opiskelevat yhden lain mukaisesti.

– Tämä varmasti helpottaa työelämässä, kun enää ei tarvitse tietää, kumpaan ryhmään opiskelija kuuluu. Sekin yksinkertaistaa ja joustavoittaa toimintaa, että arvioinnissa on enää kaksi edustajaa: opettaja ja joku toinen työpaikalta. ■



LISÄTIETOA KOULUTUSREFORMISTA



Tulevaisuuskuva kertoo
lasten elämästä juuri nyt

UNELMA-AMMATTEINA JALKAPALLOILIJJA, LÄÄKÄRI JA OPETTAJA

TEKSTI ANTTI VANAS KUVITUS SALLA PYYKÖLÄ

Yksi haluaa miljonääriksi Hollywoodiin, toinen suurperheen isäksi. Suomalaispoika haaveilee omasta fasisisesta vastarintaliikkeestään. Hanna Lammen lapsilla ja nuorilla piirrättämät tulevaisuuskuvat kertovat unelmista, toiveista ja peloista kolmella mantereella.



Se, mitä lapsi ajattelee tulevaisuudestaan, kertoo unelmien ja arvojen lisäksi paljon myös siitä, miten lapsi voi juuri nyt. Tulevaisuuskuvan piirtäminen nostaa Hanna Lammen mukaan esiin asioita, jotka eivät muunlaisissa tehtävissä paljastuisi.

Lampi teetti väitöskirjaansa varten yli 500 tulevaisuuspiirustusta tai miellekarttaa, tekijöinä Suomessa, Iso-Britanniassa, Intiassa, Tansaniassa ja Ghanassa ja asuvat lapset ja nuoret.

Tehtävänä oli kuvitella itsensä 40-vuotiaana: Minkä näköinen olet? Missä ja kenen kanssa asut? Mitä teet työksesi, mitä harrastat?

Lampi keskittyi tutkimuksessaan piirustusten ja avainkäsitteen ympärille kirjoitetuista tekstikuplista koostuvien miellekarttojen sisältöön, ei niiden psykologiaan tulkintoihin tai taiteelliseen tasoon.

– Piirtäminen on ilmaisuvälineenä mahdollisimman tasarovoinen: vain kynä ja paperia tarvitaan. Rikkaat, köyhät, lukutaidottomat ja vammaiset ovat kaikki samalla viivalla. Piirustuksia tutkiessa lapsen ääntä ei voi ohittaa: huomio keskittyy pakostakin siihen, mitä lapsella on sanottavana, mitä hän haluaa, ja mitä hän pohtii, Lampi perustelee.

Piirrosten teettäminen ei sujunut täysin ilman kulttuurisia kammelluksia, vaikka tutkija kokenut maailmanmatkaaja onkin.

– Pyytäessäni musliminuoria piirtämään kuvan itsestään en tullut ajatelleeksi, että muslimille on syntiä piirtää ihminen

tai mitään elävää. Intialaistyttöjä pyysin kirjoittamaan miellekarttaan tulevaisuuden asuinpaikkakuntansa – tyttöjä, joille vanhemmat järjestävät aviomiehen ja joiden tulevaisuus määräytyy täysin miehen valintojen mukaan.

JALKAPALLO YHDISTÄÄ

– Afrikkalaiset ja intialaiset piirsivät muita pyöreämpiä ihmishahmoja. Eurooppalaisten piirroksissa korostuivat kirjavat ammatti- ja harrastusunelmat. Ammateista suosituimpia olivat maanosaan katsomatta lääkäri, opettaja ja ammattilaisjalkapalloilija, Lampi summaa.

Jalkapallo nousi muutenkin eri kulttuureita yhdistäväksi tekijäksi: se liittyi tavalla tai toisella aineiston joka viidennen tulevaisuuskuvaan. Eläimistä suosituin oli koira, toiseksi suosituin oli kana.

Työ- ja harrastushaaveissaan sekä sukupuolirooleissaan nuoret olivat sangen konservatiivisia. Ghanalaisista lähes kaikki kuvittelivat itselleen elinkumppanin, suomalaisista niin teki vain reilu kolmannes.

Tutkituista kaksi kolmasosaa näki tulevaisuudessa oman lapsen, yleensä vain yhden. Suomalaispojat haaveilivat useammasta lapsesta kuin suomalaistyöt. Intialaisista kukaan ei halunnut yli kahta lasta.

– Intian kahden lapsen kampanja näyttää purevan. Yksikään intialaisnuorista ei haaveillut useammasta kuin kahdesta lapsesta. Poikalasten suosiminen on Intiassa nykyään lail- ▶

SE, MITÄ LAPSI AJATTELEE TULEVAISUUDESTAAN, KERTOO UNELMIEN JA ARVOJEN LISÄKSI PALJON MYÖS SIITÄ, MITEN LAPSI VOI JUURI NYT.

la kiellettyä, mutta nuorten piirroksista päätellen se valitettavasti elää edelleen.

Suomalaiset ja isobritannialaiset haaveilivat muita useammin muuttavansa ulkomaille.

Suomalaiset ja britit, erityisesti pojat, erosivat muista myös siinä, että he piirsivät tulevaisuuskuviinsa huomattavasti muita vähemmän luontoelementtejä.

Suomessa asuvat tummaihoiset olivat useimmiten värittäneet ihonvärensä näkyväksi, mutta afrikkalaiset eivät niin tehneet. Lampi uskoo eron johtuvan lasten taipumuksesta kuvata sitä, mikä on erottavuudessaan merkityksellistä. Tansanialais- tai ghanalaislapsilla oma ihonväri ei erotu muista.

– Vain harva lapsi piirsi tulevaisuuskuvaansa robotteja tai muita futuristisia kuvitelmia. Niin sanotut diginatiivitkaan eivät siis näyttäisi pitävän robotisaatiota erityisen olennaisena osana tulevaisuuttaan, niin paljon kuin asiasta julkisuudessa puhutaankin.

TALO, KAUNIS VAIMO - JA IKIOMA NATSIJÄRJESTÖ

Eräässä Lammen teettämässä miellekartassa 15-vuotias suomalaispoika haaveilee 400 neliön omakotitalosta Helsingissä, palvelijoista, pitbullista lemmikkinä, hyvännäköisestä vaimosta, kahdesta pojasta, kolmesta autosta, kahdesta moottoriyörästä ja veneestä.

Tämän lisäksi erityisluokalla opiskeleva poika unelmoi omasta kansallissosialistisesta vastarintaliikkeestään. Miellekartta on laadittu siistillä käsialalla ja yhdyssanat on kirjoitettu oikein.

”Vastustan Islamia, koska se ei hyväksy valkoista kulttuuria, uskontoa eikä rotua. Vastustan maahanmuuttajien / pakolaisten / muslimien roimasti lisääntyntä rikollisuutta ympäri maailmaa”, poika kirjoittaa.

– Kun pojan miellekarttaa katsoi tarkemmin, kansallissosialistisen aatteen rinnalta löytyi myös positiivisia asioita. Aika harva 15-vuotias poika esimerkiksi myöntää olevansa ylpeä, lojaali, tunteellinen ja rehellinen, Lampi pohtii.

Pojan erityisluokanopettaja uskoi, että nuorukaisen lahjat olisivat voineet riittää pitkällekin; erityisesti verbaalisilla kyvyillään hän päihitti opettajansakin. Lukioon poika ei kuitenkaan päässyt, sillä oppimistaitojen ei katsottu karttuneen erityisluokalla riittävän hyvin.

– Opettaja kertoi, että erityisluokilla on usein paljon avointa rasismia. Viikko toisensa jälkeen hän kuunteli kyseisen pojan ja hänen ystävänsä kokemuksia usnatsipiireistä ja lähiöistä, jonne poliisikaan ei uskaltanut mennä. Erityisluokalla voidaan sallia asioita, joita tavallisella luokalla ei sallittaisi.





TÄHTÄIMESSÄ KAIKKIEN KOULU

Tulevaisuuspiirustuksista ja käsitekarttoista saattaisi Lammen mukaan olla apua vaarallisille teille joutuneen nuoren auttamisessa.

– Yhteinen, lasta kuuleva keskustelu tulevaisuuskuvan piirtämisen jälkeen voi auttaa nuorta jäsentämään ajatuksia tulevaisuuden mahdollisuuksista, lisätä koulun henkilökunnan tietoa oppilaasta ja toimia jopa ennaltaehkäisevänä toimenpiteenä tuhoiselle käyttäytymiselle.

Natsiaatetta hautoneen pojan opettajat näkivät Lammen teettämän miellekartan vasta pojan jo jätettyä koulun.

Tutkija uskoo, että jos opettajat ja muut koulun aikuiset olisivat tutustuneet pojan tulevaisuudenkuvaan ajoissa, he olisivat voineet auttaa häntä.

Lampi on itse koulutukseltaan erityisopettaja, ja hänen väitöstutkimuksellaan on vahva kytkös inklusioon, ideaan kaikkien koulusta.

Tarkemmin määriteltynä inklusio tarkoittaa kaikkien lasten yhteistä opetusta, joka järjestetään asianmukaisin tukitoimin ja jossa huolehditaan siitä, että kaikki oppilaat ovat hyväksytyjä ja arvostettuja yhteisön jäseniä. Inklusion suhteen Suomi on ollut muita länsimaita jäljessä.

– Vuonna 2011 luodun kolmiportaisen tukijärjestelmän ansiosta jaon yleis- ja erityisopetukseen pitäisi olla jo historiaa. Työ oppilaiden yhdenvertaisuuden saavuttamiseksi ei kuitenkaan ole vielä ohi. Asennemuutosta tarvitaan myös harrastuksissa, asuinympäristöissä ja työpaikoilla. ■

HANNA LAMPI: AINA LIIKKEESSÄ – TULEVAISUUSKUVIA SUOMALAISILLA, TANSANIALAISILLA, INTIALAISILLA, GHANALAISILLA JA ISOBRIITANNIALAISILLA LAPSI- JA NUORILLA 2005–2015. HELSINGIN YLIOPISTO 2017.

 VÄITÖSTIIVISTELMÄ JA VÄITÖS LÖYTYVÄT TÄÄLTÄ

Mitä onnellisuus on?

Suomi on maailman viidenneksi onnellisin maa, kertoo YK:n uusin kestävä kehityksen raportti. Hanna Lammen tutkimista maista Iso-Britannia on YK:n onnellisuusrankingin 19., Intia 122. ja Ghana 131. valtio. Tansania on raportin mukaan planeetan kolmanneksi onnettomin maa sijaluvulla 153.

Onnellisuuden mittareina raportin tekijät käyttivät bruttokansantuotetta henkeä kohden, odotettavissa olevaa tervettä elinikää, vapautta, anteliaisuutta, sosiaalista tukea sekä korruptiosta vapaata hallintoa ja talouselämää.

Vakuuttavuudestaan huolimatta lista ei tavoita likimainkaan kaikkia onnellisen elämän osatekijöitä. Ongelma on rakenteellinen eikä se ratkea tilastomuuttujia lisäämällä, sillä onnellisuutta tai sen puutetta kokee aina yksilö, ei tilastoyksikkö.

Hanna Lammen väitöstutkimuksesta päätellen suomalaisten lasten ja nuorten onnellisuudessa on säröjä, jotka eivät näy kansantalouden tunnusluvista ja suurista kyselyaineistoista johdetuissa onnellisuustilastoissa.

– Suomalaislasten poikien tulevaisuuskuviissa ja miellekartoissa oli huolestuttavia piirteitä, jotka muiden mai-

den lasten piirroksista puuttuivat. Väkivalta, työttömyys ja yksinäisyys olivat suomalaisten kuviissa mukana selvästi muita maita vahvemmin, Lampi tuumii.

Eräs nuori suomalainen piirtäjä näki itsensä tulevana sosiaalitoimen asiakkaana. Toinen ei kyennyt näkemään itseään lainkaan 40-vuotiaana. Alkoholin käyttö seurauksineen nousi esiin ainostaan suomalaisten piirustuksissa.

– Osittain kyse oli varmaankin vit-sailusta, mutta siinäkin tapauksessa on syytä kysyä, miksi juuri näistä asioista haluttiin repiä huumoria. Onneksi joukossa oli myös paljon valoisia ja toivotunteisiä kuvia. ■

Työnantaja tarjosi koulutuksen:

VANHUSTYÖNTEKIJÄT LÄHIHOITAJIKSI

TEKSTI MARJO SAJANTOLA

Porvoon kaupunki järjesti viime syksynä apu-, perus- ja kodinhoitajilleen sekä lastenhoitajilleen mahdollisuuden osallistua oppisopimuksella lähihoitajatutkintoon valmistavaan koulutukseen ja tutkinnon suorittamiseen. Kesäkuun alussa työpaikoilla juotiin valmistujaiskahvit.

Porvoon kaupunki solmi Point Collegen kanssa oppisopimukset, joilla pitkään työelämässä olleet hoitotyöntekijät saivat mahdollisuuden täydentää ja päivittää tietojään sekä suorittaa lähihoitajatutkinnon. Tähän tilaisuuteen tarttui myös Johannisbergin vanhainkodissa työskentelevä Aira Wickström.

– Valmistuin perushoitajaksi vuonna 1995, joten tuntui vähän hassulta opiskella tuttuja asioita. Kertaus on kuitenkin aina hyväksi. Ei tutkinto elämäni muuttanut, mutta nyt se on ainakin hoidettu. Voi siitä olla tulevaisuudessa hyötyäkin, hän toteaa.

Hän jatkaa, että kaikki viisi näyttöä annettiin omalla työpaikalla ja ne sujivat hyvin. Ensimmäisen näyttösuunnitelman tekeminen oli kuitenkin haastavaa kaikkine perusteluineen. Hän sanookin nyt ymmärtävänsä opiskelijoita paremmin. Hän haluaa myös kannustaa kaikkia tarttumaan työnantajan tarjoamiin opiskelumahdollisuuksiin.

– Kun oppisopimuksella voi opiskella ja voi käyttää työaika opintoihin, niin mikä ettei. Kyse on ammattitaidon ylläpitämisestä. Vaikka asiat olisivatkin tuttuja, kertaus syventää osaamista.

SUJUVAA YHTEISTYÖTÄ

Terveydenhoidon lehtori Jaana Ägren kertoo, että kaikki opiskelijat olivat olleet työelämässä pitkään, jotkut jopa 30 vuotta. Jokaisen osaaminen kartoitettiin ja opinnot henkilökohtaistettiin.



Myös opiskelijoiden toiveita koulutuksen sisällöstä huomioitiin.

Opinnoissa perehdyttiin muun muassa vanhenemiseen ja toimintakyvyn tukemiseen kuntouttavan työotteen menetelmin sekä monipuolisesti vanhusten hyvinvoinnin edistämiseen. Koulutuksessa syvennettiin myös osaamista vanhusten yleisimmistä sairauksista, niiden hoidosta sekä ikääntyneiden lääkkehoidon erityiskysymyksistä.

Opiskelijat perehtyivät omalla työpaikalla asukkaiden hoito- ja palvelusuunnitelmiin sekä asiakaslähtöiseen kirjaamiseen peilaten niitä hyvän kirjaamisen kriteereihin. Myös tietotekniikan taidot kohenivat monilla.

– Tutkinnon lisäksi tavoitteena oli oman työn ja työelämän kehittäminen. Kun työpaikalta osallistui useampi kuin yksi työntekijä, syntyi teemoihin liittyvää keskustelua ja kehittämissideoita. Yhdessä pohdittiin myös oman työpaikan toimintatapoja, omaa työtä ja sen kehittämistä.

Ägren jatkaa, että opintoihin kuului kerran kuukaudessa työaikana järjestetty luentoiltapäivä, jolloin opiskeltiin keskeisimpiä teorioita ja käytiin reflektoivaa keskustelua opintoihin liittyen. Opiskelu oli monimuotoista, tehtävät olivat yksilö- ja ryhmätehtäviä. Tehtävät ja opitut asiat integroitiin työssäoppimisessa käytäntöön. Opiskelijat koki-

vat, että oli hyvä oppia uutta ja päivittää tietoja sekä saada myös vahvistusta siihen, että toimitaan oikein.

– Yhteistyö koulun, kaupungin ja työpaikkojen kanssa onnistui erinomaisesti. Koulutukseen osallistui kaikkiaan 30 työntekijää. Kun pienestä yksiköstä koulutukseen lähtee viisi, se vaatii hyvää käytännön järjestelyä. Kaikki sujui yllättävän mutkattomasti.

KOULUTUS INNOSTI

Kotihoidon palvelupäällikkö Ansa Lindqvist-Bergheim kiittelee työntekijöiden innokkuutta tarttua tähän koulutusmahdollisuuteen. Kun oppilaitoksen edustajat kertoivat informaatiotilaisuudessa, mistä oikein oli kyse, melkein kaikki tilaisuuteen osallistuneet työntekijät ilmoittautuivat mukaan.

– Työntekijöiden innostus koulutukseen oli hieno juttu, ja kotihoidon puolella on nyt kaikki koulutettu. Oli myös upea satsaus kaupungilta ja koululta, että tämä oli mahdollista toteuttaa. Mielestäni kaikki ovat tyytyväisiä koulutukseen.

– Hoitajat ovat iloisia, että suorittivat tutkinnon, vaikka olisivatkin tehneet tätä työtä jopa kolmekymmentä vuotta. Nyt he saivat uutta pontta työhön.

Lindqvist-Bergheim tietää, että koulutus vaati työntekijöiltäkin paljon. Työn ohessa opiskelu ja kirjallisten töiden määrä verottavat voimia. Jos edellisistä opinnoista on kauan, pitää ehkä opetella uudestaan, miten aineistoja pitää lukea ja miten kirjalliset työt tehdään.

Asumispalveluiden ja kotihoidon 18 uuden lähihoitajan valmistujaisilaisuus järjestettiin kesäkuun toisena päivänä. Silloin työyhteisöt saivat nauttia kakkukahveista, kuohuviinistä ja kukkasista.

– Oli iloa ja ilonkyyneleitä. Lähihoitajalupaus annettiin suomeksi ja ruotsiksi. Ihana tilaisuus. ■

Ääni on kasvattajan työväline

Huolla ääntäsi oikein

TEKSTI MINNA LYHTY

Päiväkodissa päivät ovat puhetta täynnä. Jos ääni väsyy, käheytyy ja katkeilee sekä kurkku kipeytyy, kyseessä saattaa olla hoitoa vaativa äänihäiriö.

Äänihäiriöistä kärsii lähes 40 prosenttia päiväkodin kasvattajista. Niille altistavat isot päiväkotiryhmät, jatkuva puhuminen voimistetulla äänellä, melu, puutteellinen akustiikka, pitkät viestintäetäisyydet ja sisäilmaongelmat.

Äänihäiriöstä on kyse, kun ääni ei riitä käyttötarpeisiin tai äänen laatu on poikkeava. Häiriön taustalla on yleensä jokin sairaus, joka vaatii hoitoa. Äänihäiriön syinä voivat olla myös puutteet äänielinten toiminnan säätelyssä, neurologiset häiriöt ja psyykkiset syyt. Foniatrian erikoislääkäri Eeva Sala kertoo tutkimuksesta, jossa selvitettiin päiväkodin työntekijöiden äänihäiriöitä.

– Elimellinen löydös todettiin 27 prosentilla. Havaitsimme, että henkilökunnasta 17 prosentilla oli kurkunpään tulehdus, joka voi liittyä infektioihin tai sisäilmaongelmiin. Äänihuulikyhyjä oli kuudella prosentilla ja alkavia äänihuulikyhyjä 10 prosentilla.

Sala kehottaa hakeutumaan äänihäiriöihin erikoistuneen lääkärin vastaanotolle, jos äänen tuottamisessa on ongelmia jatkuvasti.

– Pitää selvittää, mikä äänihäiriön on aiheuttanut. Tarjolla on lääketieteellisiä hoitoja ja ääniterapiaa. Puheterapeutin kanssa voi opetella oikeanlaista äänen tuottamistekniikkaa.

Äänihäiriö paranee yleensä sillä, että ääntä rasittavia tekijöitä karsitaan, jolloin elimistö pääsee toipumaan. Toisinaan tarvitaan sairauslomaa, mutta täydellistä hiljaisuutta ei määrätä koskaan. Äänihuulten limakalvomuutosten paraneminen on hidasta, joten toipuminen vaatii kärsivällisyyttä. Toisinaan apu saadaan leikkaushoidosta.

AAMUJUMPPAA ÄÄNELLE

Eeva Salan mukaan äänihäiriöitä voi ehkäistä huolehtimalla äänen kunnosta. Aamulla ennen töihin menoa kannattaa tehdä äänen avaus- ja rentoutusharjoituksia 5–10 minuutin ajan. Äänielimiä voi harjoittaa samoin kuin lihaskuntoa.

Haukottelu, huokailu ja samanlainen venyttely herättelevät koko kehoa. Hyräily, ärrän tärisyttäminen kielien kärjellä sekä rennosti lauleskelu ja puhelu lämmittävät äänentuottoon osallistuvat kudokset ja valmentavat lihakset äänen käyttöön. Säännöllisellä treenillä voi ehkäistä rasituseroita ja elimellisiä muutoksia.

Päiväkodissa on päivän aikana monia tilanteita, jotka rasittavat ääntä, kuten luku- ja lauluhetket, siirtymätilanteet, ulkoilu ja lasten nukuttaminen. Olosuhteet kannattaa suunnitella ääniergonomialtaan edullisiksi. Melutaso täytyy pitää mahdollisimman alhaisena.

Kun lapset ovat rauhassa paikallaan, kannattaa varmistaa, että kaikki tietä-

vät, mitä seuraavaksi tehdään. Eleillä ja ilmeillä voi osoittaa, milloin ääntä on liikaa.

Äänen voimistaminen rasittaa äänielimiä, joten puhuttaessa pitää mennä lähelle lasta. Ulkoilutilanteissa voi harkita pillin käyttämistä. Lukuhetkissä kannattaa välttää voimakkaalla äänellä lukemista, huudahduksia ja nopeaa lukunopeutta. Ergonomisten työskentelyasentojen muistaminen on tärkeää, sillä hyvässä asennossa ääni kulkee paremmin.

Sala neuvoa tekemään suunnitelman sellaisten päivien varalle, kun äänielimet tuntuvat rasittuneilta.

– Esimerkiksi laatikkoon voi kerätä materiaaleja tai listan tekemisistä, joissa tarvitaan vain vähän aikuisen äänenkäyttöä. Etukäteen voi miettiä, mitkä piirtämisleikit, askartelut tai äänimateriaalit sopivat tällaisiin hetkiin. ■







MUMMOJEN MAAILMA

TEKSTI ELINA KUJALA KUVAT MARJO KOIVUMÄKI

Ikääntyneet naiset ovat yhteiskunnan voimavara. 77-vuotias Vappu Taipale sanoo olevansa jo vanhenemisen kokemusasiantuntija.

– Mummot voivat olla ihan mitä vaan, sanoo Vappu Taipale painokkaasti ja siemaisee mustaa kahvia sinisestä, kultakirjailuista kahvikupista, jonka tytär on löytänyt isälleen Ilkalle akaalaiselta kirpputorilta lahjaksi. Helsinkiläisen omakotitalon puutarhassa kukkii ja linnut laulavat. 77-vuotias ministeri, pääjohtaja, lääkäri, neljän lapsen äiti ja seitsemän lapsen isoäiti haluaa puhua vanhenemisesta ja naisista. Mummoja on kaikkialla, mutta silti heidät ohitetaan helposti ja yritetään tyrkätä samanlaiseen, ahtaaseen muottiin.

– Mummot voivat tehdä mitä haluavat ja harrastaa ihan kaikkea. Olen kuullut lumilautailevista ja kiipeilevistä mummoista. Maailmanmatkaajamummoja tulee vastaan siellä sun täällä. Isoäidin rooli on väljempi kuin ennen.

Taipale huomauttaa, että kaikki mummot ovat erilaisia.

– Jokaisella ihmisellä on oma historiansa, perhehistoriansa, koulutushistoriansa ja terveyshistoriansa. Variaatio on ta-

vattoman laaja. Sen takia ei voi olla mitään ikäihmisten poliittista puoluetta, sillä emme me ole keskenämme samaa mieltä asioista.

Vappu Taipale julkaisi keväällä Isoäitikirjan. Kun Taipale rupesi kirjoittamaan kirjaansa, hän hämmästyi huomattavasti, että oli tullut tarrutuneeksi tuoreeseen aiheeseen.


– Isoäidit ovat voimakkaasti läsnä kaikkialla, mutta heistä on kirjoitettu ja aihetta on tutkittu kovin vähän, hän sanoo.

– Julkinen puhe ei anna oikeutta isoäideille. Suomessa on ikäryhjäntää, joskus ehkä tahatontakin. Talouspuhe tekee ikääntyneistä ihmisistä taakan, vaikka todellisuudessa yli 60-vuotiaat esimerkiksi kuluttavat enemmän kuin alle 20-vuotiaat. Silti mainonta on kohdennettu nuorille.

Isoäideillä on myös jotakin sellaista, mitä ei voi euroilla mitata tai taulukoilla ennustaa.

– Isoäidit ovat sosiaalisen pääoman, välittämisen, rakkauden ja huolenpidon tuottajia, mutta sitä ei yhteiskunnassa huomata.

Isoäitiys on suuri lahja, jota ei voi vaatia tai pyytää, eikä sen saamiseen voi itse vaikuttaa. Vaikka biologisia lastenlapsia ei saisikaan, maailmassa on kuitenkin paljon lapsia, jotka tarvitsevat aikuisen aikaa ja huolenpitoa. Mummoutta voi ▶



Vappu Taipaleen mielestä vanhenemisessä parasta on ymmärtämisen kasvaminen ja huumorin lisääntyminen.

toteuttaa monella tavalla ja jokainen löytää itselleen sopivimman.

MUMMOUS MUUTOKSESSA

Mummous on mullistunut viime vuosikymmeninä. Asuminen on siitä yksi konkreettinen esimerkki.

Nykyään vain kaksi prosenttia lastenlapsista asuu samassa taloudessa mummonsa kanssa, kun aiemmin etenkin maaseudulla yhteinen talous oli enemmän sääntö kuin poikkeus. Kun välimatkat ovat pitkiä, yhteydenpitoon käytetään uusia konsteja Sky-pestä sähköpostiin. Vappu Taipaleella-

kin on asiasta kokemusta.

– Minun seitsemän lastenlastani asuvat Pirkkalassa, Tukholmassa ja New Yorkissa. Kauimpana, New Yorkissa, asuva lapsi kävi mummolassa vappuna. Silloin pistettiin perunat maahan, vaikka satoi lunta.

– Täytyyhän lapsen tietää, mistä perunat tulevat!

Pohjoismaissa naiset ovat täysipäiväisesti työelämässä toisin kuin naiset monessa muussa maassa. Ihmiset elävät pidempään ja raihnaisen vanhuuden aika on lyhentynyt. Tämä näkyy myös isoäitiydessä. Mummot ovat kiireisiä. He eläköitytyvät hyväkuntoisina viettämään aktiivista eläkeläisen elämää.

DIGILOIKKIEN AIKAKAUDELLA TAIPALE USKOO, ETTÄ IHMISLÄHEISYYS ON TULEVAISUUDEN TRENDI.

Vappu Taipale sanoo, että vanheneminen ja vanhuus ovat arvostettavia asioita.

– Mummot ovat nykyään taloudellisesti itsenäisiä. Eläke voi olla pieni, mutta se on silti omaa rahaa. Täytyy kuitenkin aina muistaa, että Suomessa on köyhien eläkeläisten joukko, jota ei pitäisi olla olemassa.

– Elämme nyt monikulttuurisessa ja monisukupolvisessa maailmassa. Mummojen maailma on nykyään avarampi kuin ennen. Enää ei tarvitse istua huivi päässä kirkossa.

Maailma voi olla auki ja avara, mutta vieläkin on asioita, joilla ikääntyneet naiset voivat järkyttää ympäristöään.

– Mummojen rakkausjutut ja mummot ja alkoholi, sanoo Vappu Taipale. Hän kertoo kirjassaan herkkulisen jutun siitä, miten hänen iäkäs äitinsä kävi katsomassa sairaalaan muutamaksi päiväksi joutunutta sukulaistätiä. Potilas pyysi tuomisiksi naistenlehtien lisäksi pullon olutta, kun sitä teki mieli. Henkilökunta oli tyrmistynyt tavatessaan kahden iäkkään rouvan kilistelemästä.

– Jos alkoholi on mummolle ongelma, asia on tietenkin vakava ja surullinen. Keski-ikäiset juovat kuitenkin enemmän ja siitä pitäisi olla huolissaan.

Ihmisen eläkeiästä on sanottu, että se on elämän kruunu. On olemassa ilkeitä ja katkeria mummoja, mutta ehkä enemmän kuitenkin niitä hyväntahtoisia. Taipale sanoo, että vanhuus ja vanheminen ovat kunnioitettava ja arvostettava asia elämässä.

– Eräessä amerikkalaisessa yliopistossa oli tutkittu ihmisen elämänkaarta ja onnellisuutta, ja tultu kaikkien tutkimusten jälkeen siihen lopputulokseen, että ihminen on kaikkein onnellisimmillaan 74-vuotiaana, sanoo Taipale pilke silmäkulmassa.

IHMISLÄHEISYYTTÄ LISÄÄ

Vappu Taipaleen mielestä ihminen on vanhus silloin, kun hän tarvitsee apua ja hoivaa arjessa selviytymiseen. Sitä ennen voi puhua vaikka ikääntyneistä. Jokainen voi itse päättää, miten haluaa itseään kutsuttavan. Vappu Taipale sanoo olevansa mielellään ”vanha rouva”, sillä ikä antaa sekä työssä että kotona sellaista perspektiiviä, jota ei ilman pitkäa elettyä elämää voisi olla.

Taipale harmittelee, että vanhustyön kuva on niin kielteinen.

– Julkisuudessa kirjoitetaan pääasiassa negatiivisista asioista. Kiitok-

set eivät tule koskaan julki, mutta joku yksittäinen ikävä tapahtuma saa paljon huomiota. Vanhusten parissa tehdään kuitenkin antautuvaa, läheistä ja ammattimaista työtä, ja hoitajat tekevät työtänsä niin hyvin kuin se annetuilla resursseilla on mahdollista.

Taipale toivoisi, että vapaaehtoistyöntekijät otettaisiin vanhustyöhön aktiivisesti mukaan.

– Heitä tarvitaan harrastuksissa, kuljetuksissa ja yhdessäolossa. Alalla on tilaa kaikille.

Isoäitiys on muuttunut ja niin muuttuvat myös palvelut, joita vanhuksille tarjotaan tulevaisuudessa.

– Vaatimustaso on erilainen. Vanhempinen sukupolvi oli arkaa ja vaatimatonta, ja avunpyytäminen vaikeaa. Toivon, että itse en ole mikään kauhea tyranni. Mutta palvelujen variaatio kasvaa, se on selvä.

Ikääntyneiden naisten taitoja teknologian kanssa väheksytään ja aliarvioidaan usein, vaikka juuri naiset ovat aina ottaneet arjessa haltuunsa monenlaisia teknologioita pölynimurista mikroaaltouuniin ja ompelukoneeseen. Taipale on teknologiasta kiinnostunut, mutta ei usko että paljon puhuttuja hoivrobotteja nähdään lähitulevaisuudessa, jos koskaan.

– Olen ollut pitkään mukana vanhenemista ja teknologiaa seuraavassa työryhmässä, mutta vanhusteknologia ei kummoisesti ole kehittynyt sinä aikana. Samoista asioista puhutaan nyt ja jo parikymmentä vuotta sitten. Robotiikkaa voi tulla avustaviin, raskaisiin töihin, mutta ihmistä tarvitaan aina. Sellaista tilannetta ei tässä maailmassa tule, etteikö ihminen tarvitsisi toista ihmistä.

Digiloikkien aikakaudella Taipale uskoo, että ihmisläheisyys on tulevaisuuden trendi.

– Minä uskon, että ihmisläheisyys ja sen arvostaminen kasvavat tulevaisuudessa jonkinlaisena vastaiskuna digitalisaatiolle. Hoitoalalle tarvitaan lisää käsiä.

Omaan vanhenemiseensa Vappu Taipale suhtautuu rauhallisesti.

– Omasta mielestäni vanhenemisen parasta on ymmärryksen kasvaminen ja huumorintajun lisääntyminen. Raskainta on luopuminen. Tässähän alkaa olla itse jo vanhuuden kokemusasiantuntija! ■



Ihminen tarvitsee aina toista ihmistä. Hoitoala kaipaa lisää käsipareja.



Taipaleiden omakotitalon piha on täynnä puita ja kukkia, joista monet on saatu lahjaksi tai tuotu tuliaisina matkoilta.

VANHUUDEN ARVOSTUKSESTA

Sirkka-Liisa Kivelä
yleislääketieteen ja geriatrian erikoislääkäri



SUURET IKÄLUOKAT VANHENEVAT

Suuret ikäluokat ovat toisen maailmasodan jälkeisen suuren syntyvyyden tulos. Sotaa käyneiden maiden täytyi sopeutua rauhan innostamien kansalaisten perheiden koon kasvuun. Perheiden taloudellinen toimeentulo ja lasten terveydenhuolto sekä koulutus piti turvata. Kouluttautuneet, poliittisesti aktiiviset ja aikuistuneet suuriin ikäluokkiin kuuluvat tarvitsivat työpaikkoja. Niitä he saivat. Monet siirtyivät heti yliopistotai ammattikoulututkinnon jälkeen vaativiin yhteiskunnallisiin tehtäviin, ja työurat olivat pitkäkestoisia. Heidän syntymisensä ja kasvamisensa muuttivat länsimaita.

Mitä tapahtuu nyt, kun suuret ikäluokat ovat saavuttaneet eläkeiän? Yhdysvaltojen sosiaaligerontologian tutkijat ennustivat 70-luvulla, että suurten ikäluokkien aiheuttamat muutokset jatkuvat heidän vanhetessaan eli 2010-luvulla ja sen jälkeisenä kolmena – neljänä vuosikymmenenä. Tähän ikäpolveen kuuluvat ovat tottuneet saamaan paljon: koulutuksen, työpaikan ja valtaa. He eivät halua luopua vallastaan jäätyään eläkkeelle, vaan toimivat aktiivisesti, ryhtyvät ehdokkaiksi päätöksentekoon ja äänestävät toisiaan. Vallan painopiste siirtyy iäkkäille. Sitä, kenen hyödyksi he käyttävät valtaansa, on vaikea ennustaa. Vaatiko tämä sukupolvi vain itselleen?

Ovatko elämä ja ikääntyminen vähentäneet itsekeskeisyyttä niin, että he toimivat lasten, nuorten ja työikäisten hyväksi? Lopulta suuret ikäluokatkin kokevat todellisen vanhuuden ja tarvitsevat sosiaali- ja terveyspalveluita. Näin he jälleen muuttavat yhteiskuntaa.


Ennustus näyttää osittain toteutuneen. Suuriin ikäluokkiin kuuluvia on edustajina maamme valtuustoissa ja eduskunnassa. Näissä luottamuselimissä on ”nuoria iäkkäitä” enemmän kuin aikaisemmin. Suurten ikäluokkien aktiivisuus tulee esille heidän syntymäpäivähaastatteluissaan. Osa jatkaa aikaisemman työnsä tehtäviä tai toimii nuorempien konsulttina. Osa toimii vapaaehtoisena, osa kirjoittaa kirjoja ja osa on siirtynyt maalle remontoimaan vanhaa taloa ja viljelemään puutarhaa. Toimettomiksi he eivät halua jäädä ainakaan nykyisen ikäisinä.

Suuria ikäluokkia on moitittu itsekkääksi sukupolveksi. Vanhenemisen tutkijat ovat esittäneet nuorten, työikäisten ja iäkkäiden välisen konfliktin mahdollisuuden tämän sodan jälkeisen ikäpolven vanhetessa. VTT Hans Hämäläisen väitöskirja suurten ikäluokkien aikuisille lapsilleen ja vanhemmilleen antamasta avusta kumoaa tämän väitteen. He auttavat lapsiaan taloudellisesti ja hoitamalla lastenlapsiaan sekä tukevat vanhempiaan pankki- ja kauppa-asioissa, digipalveluissa ja muissa tehtävissä.

Itsekkyyttä ei osoita Valtion Taloudellisen Tutkimuskeskuksen tutkimuskaan. Suuriin ikäluokkiin kuuluvat ovat valmiita maksamaan kodissa tai palveluasumisyksikössä järjestettävistä hyvälaatuisista palveluista melko suuria euromääriä. Osa ajattelee myyvänsä asuntonsa rahoittaakseen palvelunsa. Palveluihin kohdistuvat laatuvaatimukset saattavat nousta, mutta tulevaisuudessa tarvittavien palveluiden kustannuksiin halutaan osallistua. ■



TYKKÄÄ SUPER-LEHDEN FACEBOOK-SIVUSTA JA VOITA HIENO TERMOSMUKI!



Käy tykkäämässä SuPer-lehden Facebook-sivusta, niin näet lehden tuoreimmat päivitykset uutisvirrassasi. Näin pysyt ajan tasalla siitä, mitä hoitoalalla tapahtuu.

**KAIKKIEN 18. ELOKUUTA MENNESSÄ
SUPER-LEHDEN FACEBOOK-SIVUSTA
TYKÄNNEIDEN KESKEN ARVOTAAN
KOLME KÄTEVÄÄ TERMOSMUKIA.**



Lehden Facebook-sivun löydät osoitteesta: www.facebook.com/superlehti/





Joonaksen puhaltamat saippuakuplat kruunasivat juhlan.

Pienissä hetkissä suuri ja kaunis elämä

TEKSTI JA KUVAT MARJO SAJANTOLA

Kukkien tuoksu, värien loiste, merituuli hiuksissa ja ystävä lähellä ovat asioita, jotka tekevät hetkestä hyvän Oskarinpuiston toimintakeskuksen asiakkaille.

Helsingin Kehitysvammautuki 57 ry järjesti iloisen kesäjuhlan 60-vuotisen taipaleensa kunniaksi Oskarinpuiston toimintakeskuksessa. Toimintakeskuksen väen lisäksi paikalla oli noin kaksisataa yhdistyksen jäsentä sekä yhteistyökumppaneita.

Toimintakeskuksen palvelunkäyttäjät olivat koristelleet tilat itsetehdyin paperikukkasin. Niitä oli leikattu ja liimattu

hartaasti. Ohjaajat Tanja Pyy ja Pia Solla kertoivat, että juhla oli odotettu innokkaasti jo monta päivää, ja nyt juhlapäivä oli vihdoin koittanut.

Molemmat ohjaajat olivat kiireisiä juhlaa edeltävässä tohinassa. Lepäämässä olleita palvelunkäyttäjää autettiin ylös, asuja kohennettiin, hiuksia siistittiin ja sitten siirryttiin pihalle. Juhlassa esiintyi myös Bengali Monê Mani -ryhmä, jossa myös Tanja soittaa.

– Toimintakeskuksessa jokainen toteuttaa työssään omia erityistaitojaan. Minulla on myös musiikkiterapeutin koulutus ja saan käyttää sitä ammatitaitoa täällä. Opiskelin lähihoitajaksi oppisopimuksella puoliksi ryhmäkodin ja puoliksi tämän toimintakeskuksen puolella. Siitä tulee jo 16 vuotta, hän kertoo.

Pia Solla on myös työskennellyt valmistumisestaan lähtien Oskarinpuiston toimintakeskuksessa. Toimintakeskus oli hänellä viimeinen työssäoppimispaikka ja nyt ollut mieleinen työpaikka jo kuusi vuotta.

– Täällä käy päivätoiminnassa 28 paljon tukea tarvitsevaa ihmistä. Osalla heistä on myös jokin vakava sairaus, kuten esimerkiksi epilepsia. Tässä työssä tarvitaan lähihoitajakoulutusta. Yhdistyksellä on sellainen linja, että työntekijät ovat koulutettuja. Vuosittain saamme tarvittavaa täydennyskoulutusta.

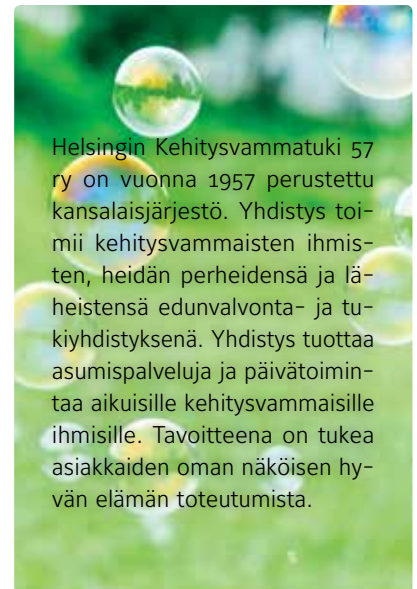
HYVIÄ HETKIÄ

Toimintakeskuksen piha alkoi täytyä kutsuvieraista. Monet olivat tuttuja jo vuosien takaa ja lämpimiä halauksia

riitti. Yhdistyksen Vaparit vastaanottivat vieraita, ohjasivat liikennettä ja pitivät vieraille seuraa. Erittäin haluttu tehtävä oli makkaranpaisto, mutta grillille eivät kaikki mahtuneet.

Vihdoin siirryttiin sisätiloihin ja juhlapuheiden jälkeen tuli odotettu hetki, oman singlen ensiesitys. Muusikko Olli Helenius on tuttu vieras ja esiintyjä toimintakeskuksessa. Hän teki yhteistyössä henkilöstön ja asiakkaiden kanssa kehitysvammaisten arjesta kertovan Hyviä hetkiä -singlen. Siitä tehty musiikkivideo kuvitettiin keskuksen palvelunkäyttäjien arjesta kertovilla kuvilla.

Kevään kestäneen projektin aikana keskuksessa pohdittiin, millaisia ovat ne hyvät hetket, joista itse kullekin tulee hyvä elämä. Palvelunkäyttäjät kertoivat esimerkiksi, millainen tuoksu, maku tai vaikkapa tunnustelupussi ilahduttaa heitä tai tuntuu hyvältä. Henkilökunta kirjoitti ajatuksia ja lausahduksia muistiin ja näiden tunnelmien pohjalta Helenius sanoitti ja sävelsi singlensä. Äänittäjä ja miksaaja Henrik Sirenin kanssa työstetyssä teoksessa kuuluu myös asiakkaiden ääni, naurua



Helsingin Kehitysvammatuki 57 ry on vuonna 1957 perustettu kansalaisjärjestö. Yhdistys toimii kehitysvammaisten ihmisten, heidän perheidensä ja läheistensä edunvalvonta- ja tukiyhdistyksenä. Yhdistys tuottaa asumispalveluja ja päivätoimintaa aikuisille kehitysvammaisille ihmisille. Tavoitteena on tukea asiakkaiden oman näköisen hyvän elämän toteutumista.

ja huudahduksia sekä tietenkin rytmiryhmän soitto. Musiikkivideo kuvitettiin toimintakeskuksen arjesta kertovilla kuvilla. ■

 KATSO MUSIIKKIVIDEO TÄSTÄ



Pia Solla, Tanja Pyy, Sarfaraz Hussein ja Tommy Westerhom odottavat juhlien alkamista.

Virtuaalisen kotihoidon asiakasmäärä kasvaa

TEKSTI SONJA KÄHKÖNEN KUVAT INGIMAGE JA ISTOCKPHOTO

Virtuaalinen kotihoito on kustannustehokas palvelu. Se sopii moneen tarkoitukseen ja monille, mutta ei kaikille.

Helsingin Vallilassa sijaitsevassa avokonttorissa on rauhallista. Vaimea puheensorina kuuluu yksittäisistä työpisteistä, joissa Helsingin Palvelukeskuksen työntekijät keskustelevat kotihoidon asiakkaiden kanssa virtuaalisesti. Täällä työskentelee 32 vakuista ja 60 tuntityötä tekevää palveluneuvojaa.

Yksi heistä, lähihoitaja Piia Salminen, istuu alas työpisteen ääreen, asettaa kuulokkeet päähänsä ja ottaa yhteyden 80-vuotiaaseen rouvaan. Kun Salminen klikkaa yhteyden auki, näyttö asiakkaan kotona avautuu.

Rouva seisoo pöydälle asetetun etälaitteen takana. Piia tiedustelee sokeriarvot ja sopii uuden yhteysajan puolen tunnin päähän. Silloin asiakas liittyy virtuaaliseen ruokailuhetkeen yhdessä viiden muun kotihoidon asiakkaan kanssa.

– Virtuaalista ruokailua varten meillä on ihan oma huone, jossa on ison televisioruudun kokoinen näyttö. Siinä näkyvät kaikki ruokailijat, joilla on myös mahdollisuus keskustella keskenään, Salminen kertoo.

ASIAKASMÄÄRÄ KASVAA

Kotihoidon asiakkaille suunnattu virtuaalipalvelu aloitettiin Helsingin palvelukeskuksessa vuonna 2011. Asiakkaita

Kotihoidon virtuaalipalvelu lyhyesti

- Virtuaalipalvelua ohjaa kotihoidon hoitosuunnitelma.
- Kotihoidon käynnin keskihinta on 40 euroa, virtuaaliyhteyden keskihinta 5 euroa.
- Perinteisessä kotihoidossa asiakaskäyntejä on työvuoron aikana 12–15 – Helsingin Palvelukeskuksen palveluneuvoja on työvuoronsa aikana yhteydessä 50–60 asiakkaaseen.
- Virtuaaliyhteyden kesto vaihtelee parista minuutista lähes puoleen tuntiin. Keskiarvo on 3,57 minuuttia.
- Nuorin asiakas viiden kuukauden ikäinen, vanhin 101-vuotias.
- Asiakkaan ei tarvitse koskea etälaitteeseen – yhteys avataan ja suljetaan Palvelukeskuksesta. Tarvittaessa asiakas huhuillaan laitteen äärelle.
- Palveluneuvoja ottaa yhteyden asiakkaaseen 95 prosentissa tapauksista. Myös asiakas voi ottaa yhteyttä Palvelukeskukseen.
- Virtuaalipalvelu on auki tällä hetkellä kello 7–22. Palvelua tarjotaan asiakkaiden tarpeen mukaan satunnaisesti myös tämän ajan ulkopuolella.



on nyt 634 ja tavoite vuoden loppuun mennessä on 900.

– Joiltakin alueilta lähes kymmenen prosenttia kotihoidon käynneistä korvataan virtuaalisesti. Alueiden välillä on eroja, mikä riippuu pitkälti siitä, miten palvelua on markkinoitu asiakkaille, yksikönjohtaja Riitta Laanala toteaa.

Virtuaalipalvelu tukee pääasiassa neljää hoidon osa-alueita. Yhteyksiensä aikana huolehditaan asiakkaan lääkityksestä, ravitsemuksesta, toimintakyvystä ja vahvistetaan turvallisuuden tunnetta. Yhteistyö kotihoidon kanssa on sujuvaa.

– Kotihoito huolehtii esimerkiksi lääkkeet etälaitteen viereen ja virtuaaliyhteyden aikana seuraamme, että asiakas ottaa ne. Myös kuntoutusta tehdään paljon eli voimme seurata, että asiakas tekee kotihoidon laatiman liikumissopimuksen mukaiset liikkeet, Piia Salminen kertoo.

PALVELU SOPII MONILLE, MUTTA EI KAIKILLE

Virtuaalipalvelua käyttää laaja kirjo asiakkaita, joista kaikki eivät ole kotihoidon piirissä. Nuorin asiakas on ollut viiden kuukauden ikäinen.

– Hänen vanhempansa saivat tukea vauvan lääkityksen vuoksi. Sairaanhoidtaja seurasi etänä, että lääke saatiin annettua, eikä perheen tarvinnut sitä varten lähteä terveysasemalle aikaisin aamulla, Riitta Laanala kertoo.

Joidenkin asiakkaiden kanssa ollaan yhteydessä kerran viikossa, toisten kanssa viisikin kertaa päivässä. Usein käytetään hybridimallia, jossa osa kotihoidon käynneistä korvataan virtuaalisesti.

Moni asiakas pitää palvelusta, eikä vaihtaisi sitä pois. Kaikille se ei kuitenkaan sovi. Ikäihminen voi olla esimerkiksi liian muistisairas. Jotkut asiakkaat kokevat, että heitä vakoillaan ja he peittävät laitteen. Lääkevastaiset asiakkaat puolestaan saattavat huijata ottavansa lääkkeet. Jos tämä käy ilmi, palveluneuvoja ilmoittaa kotihoitoon, ettei lääkkeitä ole otettu valvotusti.

– Yllättäen haasteita aiheuttavat myös aktiiviset ja paljon liikkuvat ikäihmiset. He saattavat olla sovittuna aikana esimerkiksi kaupassa eivätkä virtuaaliyhteyden päässä, Piia Salminen toteaa.

Digitalisaatio tuo terveyspalveluihin joustavuutta

Digitaaliset palvelut ovat kustannustehokkaita, tasalaatuisia ja edistävät potilaslähtöisyyttä. Niiden avulla voidaan myös motivoida ja kannustaa potilasta sairauteen liittyvissä elämäntilanteissa, sanoo yliopistollisten sairaanhoitopiiriin yhteisen Virtuaalisairaala 2.0 -hankkeen hankkejohtaja Sirpa Arvonen HUS:sta.

Hänen mukaansa digipalvelut edistävät palvelujen saatavuutta ja säästävät niin hoitohenkilökunnan kuin potilaan aikaa.

– Esimerkiksi reumapotilaan tilannetta seurataan klinikalla usein 3–12 kuukauden välein. Jatkossa potilas voi tehdä oirearvion digikanavalla, ja voinnin ollessa hyvä, hän voi tavata lääkärin videovastaanotolla ilman klinikakäyntiä.

Aikaa säästyy, vaikka potilas tulisi klinikalle, koska oirearvio on jo tehty sähköisesti ja lääkärin ei tarvitse haastatella potilasta alusta asti.

– Näin on mahdollista tarjota joustavammin vastaanottoaikoja niille potilaille, joiden tilanne edellyttää klinikalla käyntiä.

Arvonen kertoo, että on myös järkevää automatisoida osa ammat-

tilaisten osaamisesta. Asiantuntija saattaa toistaa saman ohjeen potilaille kymmenenkin kertaa päivässä. Silloin on tehokkaampaa, että ohjeet videoidaan digikanavalle.

Nykyresurssilla on mahdotonta tarjota potilaille riittävästi psyykkistä tukea yksilöllisesti. Helposti monistetavat digitaaliset verkkovalmennukset ovat kuitenkin tutkitusti tuottaneet tuloksia. Esimerkiksi nettiterapia on toiminut hyvin, samoin lihavuuden hoitoon kytketty valmennus.

Kuinka pitkälle palvelut sitten voidaan digitalisoida? Sirpa Arvonen toteaa, että kaikille sähköiset palvelut eivät sovi. Ei ole välttämättä tarvittavia välineitä, eikä osaamista. On myös tarkkaan selvitettävä palveluiden turvallisuus ja luotettavuus vaikkapa etämonitoria käytettäessä.

– Digipalvelut ovat yhä enemmän apuna hoidossa, mutta ne eivät koskaan korvaa hoitohenkilökuntaa. Myös potilasmäärien kasvu ja haaste saada osaavaa työvoimaa pitävät tästä huolen. ■



ERIKOISSAIRAANHOIDON VERKKOPALVELU TERVEYSKYLÄ.FI
TARJOAA TIETOA JA TUKEA
POTILAILLE SEKÄ TYÖKALUJA
AMMATTILAISILLE

TÄSSÄ SAADAAN MERKITTÄVIÄ SÄÄSTÖJÄ ILMAN LAADUN HEIKENTYMISTÄ.

VIRTUAALIPALVELU ON TULLUT JÄÄDÄKSEEN

Piia Salminen tuli Helsingin Palvelukeskukseen työkokeiluun viime lokakuussa ja aloitti sijaisuuden vuoden alussa. Hän joutui jättämään entisen työnsä kotihoitossa fyysisten vaivojen vuoksi.

– Palvelukeskuksessa teen tavallaan samaa työtä kuin kotihoitossa, mutta ilman fyysistä kuormitusta. Pidän työstäni täällä.

Salmisen mukaan lähihoitajan koulutus tukee hyvin palveluneuvojan työ-

tä. Työhön sisältyy paljon kuntoutusta ja lääkehoitoa – ja lääkelupien on oltava kunnossa.

Riitta Laanala uskoo, että virtuaalipalvelu osana kotihoitoa on tullut jäädäkseen. Kustannukset ovat vain murto-osa perinteisestä kotihoitokäynnistä.

– Tässä saadaan merkittäviä säästöjä ilman laadun heikentymistä. Uskon, että jatkossa voimme palvella yhä laajemmin myös muita asiakasryhmiä, esimerkiksi sairaalasta kotiutuvia leikkauspotilaita tai päihdekuntoutujia. ►

Virtuaalitodellisuus tukee ikäihmisen kognitiivisia kykyjä

Virtuaalitodellisuus tuo luontoelämyksen myös niiden ikäihmisten ulottuville, joiden liikkuminen on rajoitettua. SuPer-lehti seurasi helsinkiläisen Kyläkallion hoivakodissa, millaisen vastaanoton virtuaalitodellisuus kuntoutusmenetelmänä sai.

Kognitiiviset kyvyt ovat tärkeitä päivittäisessä elämässä. Ne vaikuttavat tiedon käsittelyyn, muistiin, arviointikykyyn, ongelmanratkaisuun ja esimerkiksi puheen tuottamiseen. Iän myötä kognitiiviset kyvyt heikentyvät, mikä alentaa ikäihmisten elämänlaatua. Tutkimuksen mukaan kognitiivisten kykyjen kehittäminen onnistuu kuitenkin myös seniori-ikäisenä, kertoo geriatriaan erikoistunut lääkäri Bei Wana.

Kognitiivisia kykyjä voidaan ylläpitää ja kehittää eri tavoin. Wanan mukaan näitä keinoja ovat muun muassa aktiivinen sosiaalinen kanssakäyminen, hyvästä ravitsemuksesta huolehtiminen, sydänterveys sekä fyysinen harjoittelu.

VIRTUAALIMATKA RENTOUTTAA

Bei Wana toimii neuvonantajana startup-yrityksessä BetterDay Innovation,

Älyvaate kertoo loukkaantumisriskistä

Älyvaatteen avulla voidaan tunnistaa Parkinsonin taudin ensioireita, arvioida loukkaantumisriskiä ja nopeuttaa leikkauksesta kuntoutumista.

Lihasten aktivaatiota mittaava älyvaate kertoo tarkkaan, mitä kehossa tapahtuu. Vaatteeseen integroitujen sensoreiden avulla voidaan seurata lähes kaikkia pintalihaksia niskasta pohjelihakseen. Myontecin kehittämä ratkaisu otettiin keuhkokuoliin sairaalassa kesäkuun alussa. Aiemmin sitä on hyödynnetty pääasiassa huippu-urheilussa ja työterveyshuollossa.

– Älyvaatteen avulla olemme voineet tarkkaan mitata, miten työntekijän lihakset kuormittuvat – toistuuko työssä kenties joku väärä liike, onko kuormitusta liikaa tai pitäisikö työtä rytmittää eri tavoin, kertoo Myontecin toimitusjohtaja Janne Pylväs.

Hänen mukaansa lihasten tilaa selvittämällä voidaan ennaltaehkäistä leikkauksia, sairauspoissaoloja ja jopa työkyvyttömyyseläkeitä. Esimerkiksi jalkapalloilijoiden lihaksia seuraamalla on voitu ker-

toa, kuka on vastikään ollut leikkauksessa ja kuka todennäköisesti joutuu leikkaukseen seuraavaksi.

– Vaatteisiin integroitujen sensoreiden avulla tunnistamme lihasten kireyttä ja eroja lihasten aktiivisuudessa kehon eri osissa. On tärkeää myös nähdä, miten lihakset rentoutuvat, sillä jatkuva kireys johtaa tuiki- ja liikuntaelinvammoihiin.

Suomalaisen yrityksen kehittämästä älyvaatteesta on tehty paljon tieteellistä tutkimusta. Itä-Suomen yliopistossa tehdyssä tutkimuksessa älyvaatteen avulla havaittiin Parkinsonin taudin ensioireet. Tutkimuksissa on myös osoitettu, että huippu-urheilijoiden kuntoutus nopeutuu älyvaatteen ansiosta jopa neljällä viikolla. Kuntoutus voidaan aloittaa heti leikkauksen jälkeen ja kuntoutusohjeet voidaan lisätä mobiilisovellukseen. Älyvaate puolestaan välittää tiedon siitä, kohdistuvatko kuntouttavat liikkeet juuri oikeisiin lihaksiin.

– Jos saman voisi tehdä kaikille leikkauksista toipuville kansalaisille, sillä olisi suuri kansantaloudellinen merkitys, Pylväs huomauttaa. ■



joka kehittää ikäihmisille suunnattua sovellusta. Tavoitteena on luoda kolmiulotteinen virtuaaliympäristö, jossa ikäihmiset voivat liikkua virtuaalilasien avulla. Rauhallisessa järvi- tai metsämaisemassa liikkuminen lieventää parhimmillaan stressiä ja rentouttaa vanhusta. Tieteellistä tutkimusta on tehty paljon, ja virtuaalitodellisuutta hyödynnetään tänä päivänä esimerkiksi kipu- ja pelkotilojen hoidossa.

– Virtuaaliympäristö mahdollistaa sen, että heikosti liikkuvat ja paljon sisätiloissa aikaa viettävät ikäihmiset voivat lähteä matkalle luontoympäristöön. Ratkaisumme tarjoaa siis tietynlaista vapautta silloin kun sairaus tai ikä rajoittaa liikumista, kertovat BetterDay Innovationin perustaja Yina Ye ja yhtiökumppani Jaana Heinonen.

Ye ja Heinonen tekevät tuotekehitystä vahvasti kohderyhmän eli ikäihmisen kanssa. Eri hoivakodeissa tehdyissä työpajoissa luonto on noussut esiin kaikille ikäihmisille läheisenä elementtinä. Siksi virtuaaliympäristöä rakennetaan nyt tämän teeman ympärille.

KANNUSTAA FYYSISEEN AKTIIVISUUTEEN

Sen lisäksi, että virtuaalitodellisuus tarjoaa uuden tavan kokea asioita, sen avulla voidaan kannustaa ikäihmisiä kevyeen liikuntaan.

– Virtuaalitodellisuudessa ikäihminen voi lähteä esimerkiksi järvelle soutamaan. Kun hän istuu veneeseen ja hänelle annetaan virtuaaliset aivot käteen, voi muistisairaskin alkaa tehdä soutuliikettä täysin intuitiivisesti, Jaana Heinonen kertoo.

Virtuaaliympäristöön voidaan myös lisätä tehtäviä, jotka auttavat ylläpitämään ikäihmisen kognitiivista kykyä.

– Tehtävissä voidaan esimerkiksi kulkea tietty reitti vaikkapa kauppaan, jossa ikäihminen tekee valintoja eri tuotteiden välillä, Heinonen kuvailee. ■

SEN LISÄKSI, ETTÄ VIRTUAALITODELLISUUS TARJOAA UUDEN TAVAN KOKEA ASIOITA, SEN AVULLA VOIDAAN KANNUSTAA IKÄIHMISIÄ KEVYEEN LIIKUNTAAN.

Kyläkallion hoivakodin raadin palaute virtuaalitodellisuudesta

PIRJO REHVONEN, ASUKAS

”Oli hienot maisemat. Tunsin itseni lasien kanssa aluksi vähän hölmöläiseltä. En tiennyt, mihin suuntaan menisin. Voisin tehdä jatkossakin tällaisia harjoituksia. Haluaisin nähdä luontoa, vaikka vettä – meri voisi olla mukava ympäristö. Olin nuorena kova reissaamaan. Rakastin vuoria, vaeltelin ja olin onnellinen.

Kuntoillakin voisin. Liikkuessa tykkään mennä eteenpäin. Mielellään rajua menoa, kovia liikkeitä, juoksen tai hypin. Ei mitään löllöä. Nuorena olin kaikissa liikuntaryhmissä mukana, mentiin oikein lujaa.

Musta tää oli hyvä harjoitus, tämmönen sopi mulle. Maisemaa katsoessa heräsi hyviä tunteita. Teki mieli nousta ylös ja lähteä kävelemään sinne maisemaan. Voisin joka päivä tehdä tämmöistä. Mullahan ei ole muuta kuin aikaa. Tulisi hyvä kuntokin. Nyt harjoituksen jälkeen olo on hyvä.”

TOINI KIRJONEN, ASUKAS

”Tuntui ihan hyvältä pitää laseja päässä. Maisema oli rauhallinen ja levollinen. Olo on nyt ihan hyvä, ei tullut pahoinvointia. Lasien kautta näkyi erilaisia maisemia ja laiva. Haluaisin nähdä enemmän vettä ja metsää – puutarhan ja erilaisia kukkia. Voisin myös ottaa askeleita. Jos olisi rollaattori apuna, niin voisin tehdä kyykkyliikettä.

Voisin harjoitella virtuaalilaseilla useamminkin, vaikka kerran kuukaudessa. Fysioterapia ja kotijumppa minulla on jo kerran viikossa.

Lauluharjoitusta olisi kiva tehdä virtuaalisesti. Pysyisi laulutaito yllä. Voisi olla lauluharjoitus ryhmässä, kuoro on siihen tarkoitukseen jo vähän liian iso.”

LAURA LINNA-BANGURA, LÄHIHOITAJA

”Haluaamme tarjota ikäihmisille ennen kaikkea elämyksiä – emme mene teknologia edellä. Esimerkiksi televisio on hyvin passivoiva elementti. Ikäihmisille on tärkeää, että teemme ja koemme asioita yhdessä.

Näen virtuaalitodellisuudessa kuitenkin paljon mahdollisuuksia. Miellyttävä kokemus ikäihmiselle voisi olla esimerkiksi virtuaalinen musiikkituokio kirkkoympäristössä, jossa istutaan tukevasti paikoillaan. Toki hyväkuntoisille asukkaille sopivat myös liikunnalliset tehtävät luonto- maisemassa. Jos virtuaaliympäristö on hyvin turvallinen ja rauhoittava, ei syväkään muistisairaus estä virtuaalitodellisuuden hyödyntämistä kuntoutuksessa. Voisin kuvitella, että virtuaaliympäristö voi parhaimmillaan rauhoittaa ja rentouttaa levotonta asukasta, ja toisaalta harjoitukset voivat myös piristää ikäihmisiä.

Toki lähtisin kaikista mieluiten asukkaan kanssa ulos aitoon ympäristöön. Mutta jos ikäihminen ei syystä tai toisesta voi lähteä ulkoilemaan, olisi tämä hyvä vaihtoehto tuoda elämyksiä arkeen.”



KATSO VIDEO, MITEN VIRTUAALIYMPÄRISTÖÄ TESTATTIIN KYLÄKALLION HOIVAKODISSA



Meeri Nuottonen, Leila Kantanen, Mari Salonen ja Eero Saari toivovat, että Vuosaaren kotihoidossa tehty kehitystyö voisi olla esimerkkinä muillekin kotihoidoille. Kyselyjä Vuosaaren-mallista on tullut ympäri Suomen.

La Carita -tunnustuspalkitut työyhteisöt todistavat Laadukasta vanhustyötä tehdään edelleen

TEKSTI JA KUVAT MINNA LYHTY

Millaista on työskennellä työyhteisössä, joka on palkittu hyvästä vanhustyöstä? Vuosaaren kotihoito ja Katrinkoti Kuusamosta saivat tänä vuonna La Carita -tunnustuspalkinnon. Näiden työpaikkojen työntekijät eivät lannistu haasteiden edessä, vaan he etsivät jatkuvasti uusia luovia ratkaisuja.

La Carita -säätio jakaa yhteistyössä SuPerin kanssa vuo-

sittain tunnustuspalkinnon hyvää vanhustyötä tekeville työryhmille. Palkinnon saamisen kriteerinä on se, että työyhteisö on kehittänyt uudenlaisia toimintamalleja arjen rikastuttamiseksi ja vanhusten yksilöllisen hoidon turvaamiseksi.

La Carita -säätion tavoitteena on edistää ikääntyvien hyvinvointia, nostaa vanhustyön arvostusta ja tukea gerontologista hoitotyötä ja tutkimusta.

Vuosaaren kotihoito taltutti kiireen

Helsingissä Vuosaaren kotihoidossa asiakaskäyntien määrä kasvoi, mutta henkilökuntaa ei palkattu lisää. Kiire työssä kuitenkin väheni. Tämä onnistui uudella työvuorosuunnittelulla ja jakamalla työtehtävät tasaisemmin koko viikolle.

Vuosaaren kotihoidon asiakas on onnekas. Tänään suihkun jälkeen hoitaja ehti rasvata ihon, laittaa papiljotit ja lakata kynnet. Hänellä oli aikaa jopa keittää kahvit lopuksi ja istahtaa itsekin hetkeksi juttelemaan.

Tällaiseen ei monen kotihoidon työntekijän aikataulut taivu. Ei tähän ole aina aikaa Vuosaarssakaan, mutta työntekijöiden perustunne on se, että työt voi tehdä hyvin ilman kiirettä.

Ennen meininki oli samanlainen kuin monessa kotihoitossa: Hoitajan mielessä pyöri, ehtiikö tehdä päivän pakolliset työt. Varsinkin aamuvuorot juostiin paikasta toiseen, pestiin, puettiin, annettiin lääkkeet ja aamupala sekä suoritettiin hoitotoimenpiteet. Aamutyöt venyivät, jolloin omasta lounastauosta tingittiin. Keskipäivän aikaan jokainen oli kaikkensa antanut ja iltapäiväkin piti vielä jaksaa.

– Minulla oli jatkuvasti huono eettinen omatunto. Kun aamutyötä oli paljon, jotkut asiakkaat saivat aamupalan myöhään ja liian lyhyen ajan päästä jouduin antamaan jo lounasta. Nyt asiakkaiden ateriatilat ovat paremmat, lähihoitaja Leila Kantanen kertoo.

VAIN PAKOLLISET AAMUTYÖT

Vuosaaren kotihoidon lähipalvelualue 1 päätti etsiä ratkaisun kiireeseen. Työyhteisö ilmoittautui mukaan Helsingin kaupungin sosiaali- ja terveystieteiden Voima-hankkeeseen, jossa resursseja työhön etsittiin ravistelemalla vanhoja toimintamalleja. Vuoden kestänyt hanke alkoi helmikuussa 2015.

Vuosaaren kotihoidon ohjaaja Mari Salonen alkoi uudistaa työvuorolistoja. Hoitajat miettivät, miten asiakastyötä voisi tehdä eri tavalla.

– Mietimme, mitkä työtehtävät ovat sellaisia, jotka ovat välttämättömiä tehdä heti aamulla. Sellaiset tehtävät, jotka eivät olleet pakollisia, siirsimme iltapäivään ja alkuiltaan, Salonen sanoo.

Iltapäivän työlistoille laitettiin muun muassa haavanhoitot, kauppatilausten tekemiset sekä kävelytykset ja jummat. Tapana oli ollut hoitaa myös suihkutukset aamuisin. Yhdellä hoitajalla saattoi aamuvuoron aikana olla kolmekin pestä-



Vuosaaren kotihoitossa asiakkailla on henkilökohtainen liikuntasuunnitelma. Sirkka Arolan liikuntasuunnitelmassa on kävelyä, tuoli- ja kuminauhajumpaa sekä ulkoilua. Lähihoitaja Leila Kantanen on tänään jumppakaverina.



90-vuotias Hilka Forsman on tyytyväinen Vuosaaren kotihoidon palveluihin. Lähihoitaja Leila Kantanen on tuttu vieras hänen kotonaan.

vää asiakasta. Ne tekivät aamuvuoroista fyysisesti raskaita.

– Suihku oli sovittu esimerkiksi kello kymmeneksi keskiviikkona. Emme edes miettineet, että siinä olisi jotain omituista. Olimme jymähtäneet tiettyihin asioihin, eikä kukaan osannut kiistää niitä. Nyt ajattelempa, miksi ihmeessä suihku olisi tuohon aikaan keskellä kiireisimpiä aamutoimia.

Nykyään kaikki suihkuavut annetaan iltapäivällä ja alkuillasta. Pesuja tehdään viikon jokaisena päivänä, jolloin hoitajan työlistalla on vuoron aikana yleensä vain yksi suihkut. Asiakkaat olivat tottuneet tiettyyn viikkorutiiniin, joten heidän kanssaan jouduttiin neuvottelemaan uusista aikatauluista. Suurin osa suostui muutoksiin mielellään. Jotkut jopa ilahtuivat, kun heti herättyä ei tarvinnut mennä suihkuun.

– Eräällä rouvalla on pakottava tarve lähteä ulkoilemaan aamupäivisin, ja hän rauhoittuu vasta iltapäivällä. Hän suostuu suihkuun vasta neljän jälkeen. Ennen olisimme sanoneet hänelle, ettemme suihkuta siihen aikaan.

RUOTSISTA MALLIA

Kun monia työtehtäviä siirrettiin iltapäivään, sinne tarvittiin lisätyövoimaa.

– Totesimme, että kotihoidon työvuoro, kello 7.30–15.30, oli liian lyhyt. Jos iltapäivään tulisi lisää tehtäviä,

työn hallinnan tunne ei säilyisi, Mari Salonen kertoo.

Salonen perehtyi ruotsalaiseen 3+3-malliin, jossa tehdään 12 tunnin työvuoroja kolme peräkkäin, minkä jälkeen on kolme vapaapäivää. Oli selvää, etteivät näin pitkät työvuorot soveltuisi kotihoitoon eikä siihen taipuisi kunnallinen työehtosopimus, KVTES.

Hankkeen aikana kokeiltiin kymmenen tunnin työvuoroa, mutta se todettiin liian pitkäksi. Avaimet piti antaa iltavuorolaiselle, eikä neljän jälkeen enää ollut voimavaroja RAI:n ja hoitosuunnitelmien tekemiseen. Sopivaksi työpäivän pituudeksi havaittiin yhdeksän tuntia.

– Olen kokenut tämän työajan hyvänä. Enää ei ole sellaista tunnetta, että työt jäisivät kesken, lähihoitaja Eero Saari kehuu.

Ennen iltavuoro alkoi kello 14.30 ja asiakaskäynneille lähdettiin neljältä. Nyt työvuoro alkaa kello 12.30–13.30 ja käynneille mennään heti. Iltapäivän tunnint on saatu tehokkaaseen käyttöön. Silloin ehditään tehdä asiakkaiden kanssa myös sellaisia asioita, joista ennen vain haaveiltiin.

– Menemme asiakkaan kanssa ulkoilemaan, ruokakauppaan herkkuja hakemaan tai vaikkapa saatamme kampaajalle. Iltapäivisin toteutetaan myös liikumissopimukset, jotka on laadittu yksilöllisesti asiakkaille. Kun ennen oli kiirettä, kävelytykset ja jumput jäivät

väliin. Nyt ne tehdään aina. Asiakkaat pysyvät toimintakykyisempinä ja tyytyväisempinä, Leila Kantanen kertoo.

TERVEMPIÄ TYÖNTEKIJÖITÄ

Koska työvuorot pitenevät, koko työvuorosuunnittelu piti uudistaa. Mari Salonen suunnitteli kuuden viikon kiertävät listat. Nykyään jokainen tietää vuoronsa ennakkoon usean kuukauden päähän. Hoitajat ovat tyytyväisiä, koska oman elämän suunnittelu helpottui.

Kolmen viikon listassa vapaapäiviä on kaksi enemmän kuin ennen pitkien työvuorojen vuoksi. Pääsääntöisesti hoitajat ovat töissä 2–4 päivää, jonka jälkeen vapaita on 2–4. Yhden päivän vapaista on luovuttu kokonaan, ellei joku toivo sellaista poikkeuksellisesti oman menonsa vuoksi.

– Entisessä työpaikassani saattoi olla seitsemän päivän työputki, yksi vapaa ja viisi päivää työtä. Tämä on tuntunut puoliksi lomalta siihen verrattuna, Eero Saari sanoo.

Aikaisemmin yksi hoitaja päivysti kotona viikonloppuaamuisin, hälytetäänkö hänet työvuoroon. Nykyään jos joku on poissa, hänen työtehtävänsä pystytään jakamaan paikalla oleville, koska viikonloppuvuoroissa on enemmän työntekijöitä kuin ennen.

Salosen mukaan työntekijöiden sairauspoissaolot ovat vähentyneet. Vaikka päivät ovat pitkiä, ylimääräiset vapaapäivät, kohtuulliset työputket ja työvuoron aikana pidetyt tauot edistävät terveyttä ja ehkäisevät uupumista.

– Hoitajat sanovat, ettei paluuta entiseen enää ole. Lähes kaikki ovat tähän tyytyväisiä. Emme ole pakottaneet ketään pitkiin työvuoroihin, vaan edelleenkin on mahdollisuus tehdä normaalimittaista työpäivää. Pari työntekijää on niin halunnutkin oman elämäntilanteensa vuoksi, Salonen kertoo.

Kiire ei talttunut Vuosaassa itseltään. Se on vaatinut ajattelutapojen muutosta ja innostunutta mieltä kokeilla uutta. Vaativan kehitystyön jälkeen La Carita -palkinnosta on osattu iloita.

– Kotihoidolle ei ole paljon tällaisia palkintoja myönnetty. On hienoa olla esimerkkinä muille. Kotihoidossa ei ole kaikkea vielä menetetty, Eero Saari pohtii. ■



LUE LISÄÄ VOIMA-HANKKEESTA

Katrinkodissa luovuttiin liiasta ammatillisuudesta

Kuusamossa Katrinkodissa hoitajat ovat kuntoutujia varten. Kaikessa tekemisessä lähtökohtana on se, mikä on asiakkaalle parasta.

Amunvirkku iäkäs kuntoutuja herää kello viisi aamulla. Hän ei pääse itse sängystä aamupesulle ja pukeutumaan, vaan joutuu odottamaan seitsemältä töihin saapuvaa hoitajaa, joka ensiksi käy kuuntelemassa raportin yöhoitajalta. Tämä on monen ikäihmisen arkea, mutta ei Kuusamon Katrinkotiin saapuvan kuntoutujan.

– Yöhoitaja tai kuudeksi saapuva aamuvuorolainen auttaa aamupesuissa ja tarjoaa kahvit. Ei kukaan halua maata montaa tuntia hereillä sängyssä, lähihoitaja Arja Riecki sanoo.

Katrinkodissa kaikki toiminta mietitään asiakaslähtöisesti. Työvuorojen ajat on muutettu kuntoutujien tarpeita vastaaviksi. Aamuvuoroon tullaan porrastetusti.

Työvuorolistaan on merkitty etukäteen, mistä asioista kukin on vastuussa. Esimerkiksi aamuvuorossa on työntekijä, jo-

ka miettii, ketkä kuntoutujista voisivat lähteä ulkoilemaan tai käymään vaikkapa apteekissa iltapäivällä. Hän katsoo heille vaatteet valmiiksi. Yhdelle iltavuorolaiselle on koodattu työvuorolistaan ulkoilutus. Hän voi tulla töihin ulkovaatteissa ja lähteä saman tien kuntoutujien kanssa liikkeelle.

Työvuorolistaan on merkitty muun muassa lauluhetken vetäjä, kuntosalin ohjaaja ja palaverin sihteeri. Tehtäviä jaetaan hoitajien vahvuuksien mukaan.

– Tykkään askarrella ja lukea runoja. Marja-Liisa osaa laulaa, tanssia ja jumpata. Kaikki saavat tehdä itselleen omimpia asioita, Riecki kuvailee.

Kun päivän työtehtävistä on sovittu etukäteen, aikaa ei mene siihen, että vuoron alussa sovitaan, kuka tekee mitäkin. Aikaa säästyy myös sillä, että yksikössä on siirrytty hiljaiseen raportointiin.

KUKAAN EI PIILUUDU

Katrinkoti on 18-paikkainen vuorohoitoyksikkö, jossa kuntoutujat viiptyvät parista päivästä jopa vuoteen asti. Kuntou- ▶

Veijo Kurvinen käy kuntoutusjaksoilla Katrinkodissa. Lähihoitaja Arja Riecki kuvailee häntä sisukkaaksi mieheksi, jolle sairaus ei ole este, ainoastaan hidaste.



tujat ovat iältään viidestäkymmenestä lähes sataan vuoteen. Jotkut tulevat omaishoitajan vapaan ajaksi, toiset sairauden tai leikkauksen jälkeiseen kuntoutukseen.

Katrinkodissa arvioidaan myös, pärjääkö asiakas kotona kotihoiton avulla vai haetaanko pitkäaikaishoitopaikkaa. Lisäksi kuntoutusjaksoilla käy veteraaneja, mielenterveysasiakkaita ja päihderiippuvaisia. Hoitajien ammattitaidon täytyy olla laaja.

– Monesti emme edes tiedä kuntoutujan taustoja. Kohtaamme ihmisen ihmisenä, emme esimerkiksi alkoholistina. Emme leimaa ketään toivottomaksi tapaukseksi, lähihoitaja Marja-Liisa Räisänen sanoo.

– Puhuttelemme jokaista aina kohteliaasti, ystävällisesti ja asiallisesti. Kerromme myös lääketieteelliset faktat rehellisesti, Arja Riekkä jatkaa.

Lähihoitajat korostavat sitä, että he ovat samanarvoisia kuntoutujien kanssa. Se näkyy esimerkiksi siinä, etteivät hoitajat vetäydy omiin tiloihin kahvi- ja ruokatauoille, vaan syövät yhdessä kuntoutujien kanssa. Samalla voidaan jutella kaikesta asioista.

– Ennen kun pidimme tauon toimistossa, aina joku hälytti, eikä koskaan ollut rauhallista ruokailuhetkeä. Nyt kun syömme yhdessä ja joku meinaa pyytää apua, toinen kuntoutuja sanoo hänelle, että anna hoitajan syödä rauhassa, Riekkä kertoo.

Katrinkodin hoitajat eivät kätkeydy ammatillisten roolien taakse. Hoitotyössä voi antaa jotain myös itsestään.

– Jokainen tekee työtä omalla persoonallaan ja valitsee oman avoimuutensa. Saatan sanoa kuntoutujille, että lähden vapaalle ja huomenna menen tansseihin. Kun tulen seuraavan kerran töihin, he saattavat kysellä, oliko tansseissa paljon po-

MEILLÄ EI OLE JUORUILEVAA KULTTUURIA, EMMEKÄ KOSKAAN PUHU PAHAA SELÄN TAKANA.

Eeva-Liisa Liikanen odottaa Katrinkodissa pysyvää paikkaa. Lähihoitajat Marja-Liisa Räisänen ja Arja Riekkä kertovat, että jotkut haluaisivat jäädä vuorohoitoyksikköön pysyvästi.



rukkaa, Räisänen kertoo.

Räisäsellä on aina ollut periaatteen kohdata jokainen ihminen aidosti. Hän kertoo esimerkin hieman yli kymmenen vuoden takaisista opinnoistaan.

– Kun olin työharjoittelujaksolla, muut hoitajat varoittivat minua. He sanoivat, että uuvun, jos menen niin lähelle potilasta. Koen, että asia on päinvastoin. Saan siitä voimaa, kun en tee lasiseinää itseni ja muiden välille.

KINESTETIIKKA VIE LÄHELLE

Katrinkodin hoitajat ovat sitoutuneet käyttämään työssään kinestetiiikan oppeja. Kinestetiiikassa huomioidaan ihmisen luonnolliset liikemallit ja aistitoiminnot sekä kohdataan ihminen kunnioittavasti. Kaikissa avustustilanteissa otetaan käyttöön kuntoutujan omat voimavarat.

– Olemme itse kokeilleet, miten lattialta voisi nousta, jos vaikka toinen käsi tai jalka ei toimi. Pitää miettiä, mikä toimii, Marja-Liisa Räisänen kertoo.

Lähihoitajien mukaan ennen ajateltiin, että hoitotyössä kaiken pitää tapahtua nopeasti. Katrinkodissa on opeteltu rauhallista asennoitumista. Esimerkiksi kun joku kaatuu, yleensä ei ole kiire nousta ylös.

– Ensin katsotaan, menikö mikään rikki. Jos ei mennyt, voin todeta, että tämäpä mielenkiintoista. Rauhoittelen kuntoutujaa sanomalla, että nyt et enää tipu mistään ja haen tyynyn päälle. Sitten mietimme, miten lattialta pääsisi ylös. Saatan sanoa, että yritä kontata lähimpään paikkaan, mistä pääset ylös, Arja Rieikki kuvailee.

Kun kuntoutuja pääsee ylös, hän yleensä kiittelee hoitajia, vaikka he eivät olisi edes koskeneet häneen. Kuntoutuja saattaa hämmästyä, kun hän tajuaa nousseensa itse. Tällaisesta kokemuksesta on hyötyä, jos kuntoutuja kaatuu joskus kotona.

Kinestetiiikka on opettanut hoitajille lähelle menemistä ja koskettamista. Tärkeää on kunnioittaa kuntoutujaa ja koskettaa vain sallittuihin kehonsosiin. Halailukin kuuluu Katrinkodin arkipäivään.

– On paljon ihmisiä, joita ei ole koskettu jopa vuosiin. Miten ihanalta kosketus voi heistä tuntua, Rieikki pohtii.

Jos tilanne vaatii, kuntoutuja otetaan vierihoidon.

– Joskus kun joku ei ole saanut nu-



Taimi Koutaniemi on kuntoutusjaksolla. Hän hakee kuu-
delta aamulla tuoreet munat
Katrinkodin kanalasta.

kuttua, olen mennyt pötköttämään viereen. Hän on joko nukahtanut tai sanonut hetken päästä pärjäävänsä yksin, Rieikki jatkaa.

PURNATTU MUTTA ONNISTUTTU

Katrinkodin hoitajat ja esimies ovat muuttaneet arjen rutiineja ja opetelleet paljon uutta. He eivät aio jäädä aloilleen.

– Kun olemme oppineet jotain, emme voi ajatella, että teemme tästä lähtien aina näin. Yritämme kehittää jatkuvasti työtämme, etteivät muutostavoitukset tulisi ylhäältä päin saneltuna, Arja Rieikki kertoo.

Ideat ovat harvoin suoraan toteuttamiskelpoisia. Ne vaativat yleensä kehittelyä.

– Emme tykkää kaikista muutoksista ja purnaamme usein. Välillä on myös it-

etty. Emme kuitenkaan jatka purnausta pitkään, vaan teemme asioille jotain, Rieikki jatkaa.

Marja-Liisa Räisänen uskoo, että heidän työyhteisönsä yksi voimavaroista on se, että asioista puhutaan suoraan. Hoitajat kohtelevat myös toisiaan kunnioittavasti.

– Meillä ei ole juoruilevaa kulttuuria, emmekä koskaan puhu pahaa selän takana. Voin luottaa työkaverihini, jos kerron heille jotain henkilökohtaista, Rieikki kertoo.

Kun lähihoitajat saivat kuulla saaneensa La Carita -säätöön tunnustus-palkinnon, se yllätti.

– Kun kuulin asiasta, ihokarvat nousivat pystyyn. Palkinto on tunnustus työstämme. Vaikka olemme purnanneet, olemme onnistuneet, Rieikki sanoo. ■

Auttaa juonittelematta

Jenni Siikaluoma, 102, on Kuusamon vanhin asukas. Hän asuu Kiviharjun palvelutalossa Mäntylän ryhmäkodissa.

Kauanko olette asunut palvelutalossa?

Noin kolme vuotta. Asuin ennen kotona ja luonani kävivät kodinhoitajat, mutta he tulivat milloin sattui. Halusin tänne, koska täällä on hoitaja paikalla aamusta iltaan. Tämä on hiljainen paikka, ei rähinää kuulu. Ennen yksi mummo hiippasi yöllä, mutta hän on poissa jo.

Millainen on hyvä hoitaja?

Sellainen, joka auttaa juonittelematta. Luonteeltaan pitää olla auttavainen. Puhuakin täytyy, ei voi olla mykkänä. Täällä on eräs hoitaja, joka hoitaa kuin äiti lastaan. Sellainen hoitaja on mieluinen.

Millaisia kokemuksia teillä on hoitajista?

Sairaalassa olen nähnyt hyviä ja huonoja hoitajia. Jotkut ovat kiukkuisia. Kun kysyin kelloa, hoitaja näytti sormilla vastauksen, vaikka en ole kuuro ja mykkä. Taistelin kipujen kanssa ja tuntui pahalta, kun sain tuollaista kohtelua. Ei sairaalassa lystikseen makaa. En pidä myöskään siitä, että minua revitään kädestä, kun nousen ylös. Haluan, että otetaan kiinni hartioista.

Tuleeko hoitajien kanssa juteltua?

Hoitajat tykkäävät, kun kerron vanhoista tavoista ja miten ennen elettiin. Elintaso on muuttunut.

Ovatko hoitajat kiireisiä?

He moittivat, etteivät kerkeä yhtä aikaa kaikkeen. Ymmärrän sen, koska on monta hoidettavaa. Jotkut soittavat hoitajan paikalle, vaikka eivät ole suuressa hädässä. He haluavat vain seuraa toisesta.

Mikä on pitkän ikänne salaisuus?

En voi sanoa muuta kuin geenit. Vanhempani elivät 90-vuotiaiksi ja serkkuni 99-vuotiaaksi. En kehu ruokaa, sillä se oli ennen yksipuolista. Pääravintona oli leipä, kala ja liha. Kalaa syötiin paljon, ei ollut lisäaineita siinä.

Mitä haluatte sanoa kaikille hoitajille?

Olkaa auttavaisia. Älkää vaatiko liikaa oma-aloitteisuutta, sillä vanhalla ei ole aina voimaa.

KIVIHARJUN PALVELUTALON MÄNTYLÄ-RYHMÄKODISSA ASUU SEITSEMÄN VANHUSTA OMISSA HUONEISSAAN. AAMU- JA ILTAVUOROSSA ON YKSI HOITAJA. ÖISIN ASUKKAAT SAAVAT TARVITTAESSA APUA YÖPARTIOLTA.

TEKSTI JA KUVA MINNA LYHTY



Huonotuloinen kuolee turhaan



Huonotuloinen kuolee hyvätuloista useammin sellaisiin kuolemansyihin, jotka olisivat olleet vältettävissä oikea-aikaisella ja laadukkaalla hoidolla.

Epäoikeudenmukaisuus oli suurempaa erikoissairaanhoidon keinoin vältettävissä olevissa kuolemissa, mutta myös perusterveydenhuollon keinoin estettävissä kuolemissa havaittiin epäoikeudenmukaisuutta.

Hyvätuloisilla esiintyi myös erityisen vähän astma-, diabetes- ja epilepsiakuolemia verrattuna huonotuloisiin.

Asiaa on selvitelty Sonja Lumme väitöstutkimuksessaan. ■

Suomalainen ei liiku tarpeeksi

Vain joka viides suomalainen liikkuu päivittäin vähintään puoli tuntia.

Herbalife Nordicin teettämässä tutkimuksessa selvisi myös, että 36 prosenttia vastaajista katsoo päivittäin yli kaksi tuntia televisiota ja että 25 prosenttia kansalaisista käytti yli kaksi tuntia aikaa verkossa surffailuun.

Tutkimus paljasti liikkumattomuudesta muitakin karuja lukuja: suomalaisista 7 prosenttia ei liikkunut koskaan yli puolta tuntia päivässä. Yksi neljäsosa kertoi liikkuvansa vähintään 30 minuutin ajan kerran viikossa tai harvemmin.

Yli puolet vähän tai ei ollenkaan liikkuvista mainitsi syyksi motivaation puutteen. Sen lisäksi syiksi liikkumattomuuteen nimettiin vammat tai liikunnan estävät sairaudet sekä pelko vammojen syntymisestä. Vähän liikku-



vista suurin osa kertoi, ettei vain ollut kiinnostunut liikunnasta, tai se ei ollut heidän kiinnostuksensa kärjessä.

Suomessa oli alueellisia eroja. Eniten liikuntaa harrastivat itä- ja pohjoissuomalaiset, laiskimpia olivat Etelä-Suomessa asuvat. ■

Sirkka-Liisa Kivelälle apuraha

SuPer-lehden kolumnistille, professori emerita Sirkka-Liisa Kivelälle on myönnetty Suomen Apteekkariliiton 50 000 euron juhla-apuraha.

Turun yliopiston yleislääketieteen emeritaprofessori ja Helsingin yliopiston geriatrisen lääkehoidon dosentti

Sirkka-Liisa Kivelä tutkii omaishoidon lääkitysturvallisuutta Helsingin yliopiston tutkimusryhmän kanssa.

Tutkimuksessa kartoitetaan omaishoitajien ja apteekkien henkilökunnan näkemyksiä lääkitysturvallisuuden kehittämiseksi omaishoidossa. ■



JOOA JOO...

”Sata vuotta on touhuttu sitä perinteistä ammatti-liittojuttua. Nyt muusikot ovat alkanee ajatella, että meidän pitäisi ehkä enemmän edistää asioita kuin vastustaa niitä.”

SUOMEN MUUSIKKOJEN LIITON
PUHEENJOHTAJA AHTI VÄNTTINEN

YLE RADIOUUTiset 6.6.2017

Vertailu

ELOKUU

Maailmassa on

415 000 000

diabeetikkoa.

Suomessa

diabetesta

sairastaa

500 000

ihmistä.



DUODECIM

Tähtihetki Petäjäkodissa Petäjävedellä. Eva-Lea Roppola käyttää kiky-sopimuksen lisätunnin mielekkäaseen yhdessäoloon Erkkö Salmisen kanssa. Erkkö nauttii tähtihetkestä, teestä ja kääretortusta.



Vanhusten tähtihetki syntyi kiky-tunneista Petäjävedellä

TEKSTI JUKKA JÄRVELÄ KUVA PETTERI KIVIMÄKI

Kikyn merkityksestä hoitoalalle on väännetty kättä. Petäjäveden Petäjäkodissa ryhdyttiin tuumasta toimeen ja rakennettiin kiky-tunneista asukkaiden tähtihetki.

Kun Petäjäkodin hoitajan kolme viikon työlistassa on tiettyssä kohtaa erikoismerkintä, hoitaja tietää, että täsmälleen tuolloin hän voi tarjota omalle asukkaalleen juuri sellaista tekemistä kuin asukas haluaa.

Asukkaalle pyhitetty kiky-aika voi olla mitä vaan: ulkoilua, laulamista, leipomista, sukulaisivierailu tai kaupassa käynti. Tai vain rauhallista läheistä yhdessäoloa.

Lähihoitaja Kati Avikainen kertoo mihin hän on tähtihetkeä käyttänyt.

– Oli sateinen päivä. Meillä on kannettava viihdeläppäri. Sieltä sitten seurattiin porukalla norppa-liveä. Norppaa kosketeltiin ruudulla ja se synnytti monenlaista keskustelua muistisairaiden joukossa eläimistä muutenkin. Muisteltiin joukolla, millaisia lemmikkejä kullakin on ollut.

Avikainen on kiky-tähtihetkenään vienyt omia asukkaitaan muun muassa ostoksille.

– Voinnista, halusta ja päivän kun-

nosta riippuen voidaan myös vain olla paikallaan ja muistella yhdessä. Tai lähteä ystävän luokse kylään.

Tähtihetki työlistassa antaa aikaa suunnitteluun.

– Kun näen, että esimies on merkanut kiky-hetken listaan tunnin tarkkuudella vaikkapa kahden viikon päähän, voin alkaa ennakoidusti suunnitella tekemistä.

Avikaisen mukaan henkilökohtainen hetki ei sinänsä poikkea talon hoitokulttuurista. Kuntouttava työote, välittäminen, kuunteleminen, yksilöllisyys ja asiakaslähtöisyys ovat hoitajien perustyötä.

– Kiky-tunti on kiva ekstralisä. Hoitajalle tämä hetki on erilainen, kun saa käyttää rauhassa aikaa asiakkaan kanssa ja muut työntekijät tietävät, että minulla on nyt se kiky!

Lähihoitaja Eva-Lea Roppolakin pitää hyvänä, että työlistaan on merkitty erikoishetki asukkaan kanssa, vaikka työnteko ei sinänsä muutu.

– Tulepa varmasti käytettyä tämä aika vanhuksen ja oman hoidettavan

hyväksi. Kiky tuskin nostaa Suomea jaloilleen, mutta asukkaille on hyvä saada näitä tähtihetkiä sen varjolla.

Roppola itse on käynyt sähköpyörätuolilla liikkuvan kanssa elokuvissa jopa omalla ajallaan ja ottanut työtunnit sopivassa kohdassa takaisin. Pitkille yhteislenkeillekin on ollut aikaa.

Vastaava sairaanhoitaja Anne Toivola-Mäkinen kertoo, että aluksi työnantajan kanssa piti neuvotella kiky-tuntien käytöstä. Tunteja aiottiin kohdistaa pyhien työaikoihin. Yhteisymmärryksessä ne lopulta päätettiin sijoittaa vanhuksiin.

– Kiky-tähtihetkistä olemme saaneet paljon kiitosta omaisilta, vanhuksilta ja hoitajilta.

– Työntekijät ovat saaneet voimaa työntekoon, kun rauhassa asukkaan kanssa vietetty hetki on tuonut onnistumisen tunteita. Henkilökohtaiseen hetkeen on voinut paneutua hyvällä omallatunnolla vailla muita työkiireitä.

Petäjäkodissa on 42 tehostetun palveluasumisen paikkaa. Työntekijöitä on 34. Omahoitajaparilla on yhdestä kolmeen omaa asukasta hoidettavana. ■



ONKO SINUN TYÖPAIKALLASI KÄYTÖSSÄ JOKIN ITSE KEHITETTY NIKSI, JOKA AUTTAA ARJEN TYÖSSÄ? VINKKAA SIITÄ LEHELLE SÄHKÖPOSTILLA SUPER-LEHTI@SUPERLIITTO.FI. KIRJOITA VIESTIN VIITEKENTTÄÄN "MEIDÄN JUTTU".

Valmistautukaa työsopimusrumbaan!

TEKSTI JUKKA JÄRVELÄ

Yksityisellä puolella työskentelevä superilainen joutuu usein tekemään uuden työsopimuksen työnantajan vaihdoksen tai jonkun muun syyn vuoksi. Ennen allekirjoitusta kannattaa ehdottomasti varmistaa, mistä asioista on tekemässä sopimusta.

SuPerin yksityissektorin neuvottelupäällikkö Pia Zaerens muistuttaa, että työsuhteen ehdot eivät tulevaisuudessa välttämättä ole niin stabiileja kuin ne tällä hetkellä ovat. Perusehdot kuten työajat, vuosilomat ja sairausajan palkat voivat muuttua, samoin itse palkka.

– Sote ja valinnanvapaus hyvin todennäköisesti merkittävät sitä, että yksityisen sektorin rooli palvelujen tarjoajana kasvaa. Julkiselta sektorilta siirtyy iso määrä superilaisia yksityissektorin palvelukseen.

Valinnanvapauden myötä kilpailuttaminen lisääntyy entisestään. Yksi seuraus tästä on, että hoitoalan työntekijöiden työnantajat ja työehtosopimukset vaihtuvat. Lisäksi uusi työnantaja haluaa kirjoituttaa uudet työsopimukset.

Perehdy sopimukseen. Kun työnantaja tuo uuden työsopimuksen allekirjoitettavaksi, sitä ei pidä hyväksyä saman tien. Paperiin tulee perehtyä. Tarvittaessa apuna kannattaa käyttää luottamusmiestä tai liittoa.

– Työntekijän ei ikinä pidä kirjoittaa nimeään yhteenkään paperiin heti. Aina on mahdollisuus tarkastuttaa, soittaa ja kysyä. Tällaista pika-allekirjoittamista tapahtuu kuitenkin koko ajan.

– Usein työnantaja jopa sanoo, että esimerkiksi uusi työsopimus on allekirjoitettava saman tien. Ei tarvitse.

Työntekijällä on siis oikeus ottaa aikalisä ennen sopimuksen hyväksymistä. Tämän aikalisän pituutta ei ole määritelty missään, mutta ajan on oltava kohtuullinen. Periaate on, että sopimuspaperin pitää saada luetuttua luottamusmiehellä.

Luottamusmies lähiapuna. Zaerensin mukaan olennainen henkilö sopimusrumbassa on luottamusmies.

– Heitä pitäisi valita riittävästi yksityisellekin puolelle.

Luottamusmiehen perustehtäviin kuuluu olla tietoinen siitä, mitä yrityksessä tapahtuu. Samoin luottamusmiehen tulisi kertoa työntekijöille tulevista muutoksista.

Luottamusmiehen yhteystiedon pitäisi työpaikalla löytyä ilmoitustaululta. Ainakin isoilla yrityksillä nimi löytyy myös firman sisäisiltä verkkosivuilta.

Aina luottamusmies ei löydy ihan läheltä.

– Luottamusmies voi olla monen sadankin kilometrin päässä, jos yrityksessä on sovittu alueellisesta luottamusjärjestelmästä.

Sudenkuoppia. Työntekijälle sopimuksen allekirjoittaminen voi olla uusi juttu, jota pidetään rutiinitoimenpiteenä.

– Ehkä ei tiedetä tai ymmärretä, miten isosta asiasta sopimuksen allekirjoittamisessa on kyse. Joku myös saattaa pelätä työnantajaa. Tätä ei tarvitse tehdä, Zaerens korostaa.

Tarkkana pitää silti olla.

– Pahimmillaan uuden työsopimuksen kautta sitoutuu heikompiin ehtoihin kuin aikaisemmin. Jälkikäteen ei enää voi mennä työnantajalle selittämään, että ei tiennyt, että allekirjoituksen myötä esimerkiksi työaikamuoto muuttuu yleistyöajasta jaksotyöksi.

Iso yllätys työntekijälle voi uuden työsopimuksen myötä olla myös se, että työntekopaikka muuttuu.

– Aiemmin vaikkapa sairaalan tai hoivakodin osastolla töissä ollut joutuukin uudessa työsopimuksessa olemaan töissä koko konsernin tai koko maakunnan alueella.

– Tämän jälkeen työntekijää voidaan siirrellä paikasta toiseen sieltä vanhalta tutulta osastolta. Kyseessä on äärettömän iso muutos ja tällaisia sopimusyllätyksiä tapahtuu jatkuvasti. Liittokaan ei näissä tapauksissa voi tehdä mitään, jos nimi jo on paperissa, eikä työnantaja noustu muuttamaan sopimusta, Zaerens sanoo. ■

SELVITÄ ENNEN ALLEKIRJOITTAMISTA

- palkka
- työaika
- työntekopaikka
- vuosiloma
- työehtosopimus

Influenssarokotus on otettava ensi vuonna

Hoitoalalla työskentelevän on otettava influenssarokote ensi vuonna, jos haluaa pitää työpaikkansa.

Tartuntatautiin ehkäisemisen vuoksi sosiaali- ja terveydenhuollon henkilöstö joutuu ottamaan vastaan rokotukset. Uusi tartuntatautilaki tuli voimaan viime maaliskuussa, ja se velvoittaa työnantajan huolehtimaan työntekijöiden rokotuksista, jos nämä työskentelevät riskiryhmien parissa tai läheisyydessä. Määräystä perustellaan potilas-turvallisuudella.

Rokotusmääräykset tulevat voimaan 1.3.2018. SuPer vastusti rokotuspakkoa STTK:n kautta.

Miksi terveys- ja sosiaalialan ammattilaisten kannattaa ottaa influenssarokote?

- Suojaat itseäsi influenssalta ja sen aiheuttamilta jälkitaudeilta.
- Suojaat ikääntyneitä ja sairaita, joilla influenssarokotusten teho jää selvästi vaillinaiseksi.
- Suojaat niitä, joiden vastustuskyky on heikentynyt sairauden tai sen hoidon takia.
- Henkilökunnan rokotukset vähentävät kuolleisuutta etenkin pitkäaikaislaitoksissa ja ikääntyneiden vuode- sekä vanhainkotosastoilla.
- Et tartuta influenssaa läheisiisi tai työtovereihisi.
- Autat pitämään yllä riittävää henkilöstön määrää myös epidemian aikana.

Joka vuosi noin puoli miljoonaa ihmistä sairastuu Suomessa influenssaan. Sairastua voi kuka hyvänsä – myös terveydenhuollon ammattilainen. Sinulla on merkittävä riski saada tartunta, jos epidemian aikana hoidat tartuttavassa vaiheessa olevia influenssapotilaita.

Noin 20 prosenttia ihmisistä saa

influenssainfektiön vuosittain. Valtaosa infektiön saaneista on oireettomia tai vähäoireisia, ja voi siksi levittää influenssaa eteenpäin tietämättään. Osalla oireet ovat lieviä, joten ne voi sekoittaa flunssaan eli nuhakuumeeseen. Voit myös tartuttaa virusta eteenpäin jo ennen kuin omat oireesi ovat alkaneet. Kun et saa tartuntaa, et levitä virusta eteenpäin – edes tietämättäsi.

Suomalaisessa tutkimuksessa terveydenhuoltohenkilöstön rokottaminen tuotti 0,4 päivän säästön poissaoloihin. Eli kun rokotetaan kymmenen henkilöä, säästetään neljä työstä poissaolopäivää.

Edellä mainituista syistä johtuen SuPer kehottaa superilaisia ottamaan työnantajan tarjoamat rokotteet, myös influenssarokotteen.

Influenssarokotuksen saavat ilmaiseksi kaikki potilaiden ja asiakkaiden välittömään hoitoon tai hoitoon osallistuvat henkilöt:

- Sairaalaosastojen henkilökunta
- Kotipalvelun ja kotisairaanhoidon henkilökunta
- Vanhusten hoivakotien ja vanhainkotiin henkilökunta
- Pitkäaikaislaitosten, myös vammaisalan yksiköiden henkilökunta
- Terveyskeskusten henkilökunta
- Potilashuoneissa ruuan jakeluun ja siivoukseen osallistuvat työntekijät
- Päiväkotien ja ryhmäpäiväkotien henkilökunta, myös perhepäivähoitajat
- Lääkehuollon henkilöstö, erityisesti asiakastyössä toimiva apteekkihenkilöstö
- Kaikkia vastaavia töitä tekevät opiskelijat.

Rokote on ilmainen sekä julkisen et-

tä yksityisen sektorin työntekijöille.

Influenssarokote on turvallinen. Kaikilla rokotteilla voi olla haittavaikutuksia, mutta niitä esiintyy vain pienellä osalla rokotetuista.

Influenssarokotuksen jälkeen rokotuskohta saattaa punoittaa ja aristaa. Joskus rokotetuille tulee lihas- ja nivelkipua, päänsärkyä tai lämpöä. Nämä oireet menevät ohi parissa päivässä ja voit hoitaa niitä kuume- ja kipulääkkeillä. Muut haittavaikutukset ovat harvinaisia.

Influenssarokotteen teho vaihtelee eri vuosina. Influenssarokote saa terveillä henkilöillä aikaan paremman vasta-ainetuotannon kuin kroonisia sairauksia potevilla. Työikäisillä rokotteen antama suoja oireista influenssaa vastaan vaihtelee 70–90 prosenttia. Rokotettujen influenssaan sairastuneiden oireet ovat yleensä lievempiä kuin rokottamattomien.

Kansallisen rokotusohjelman kausi-influenssarokotetta on valmistettu samalla menetelmällä jo 70-luvulta lähtien. Rokotteita on käytetty satoja miljoonia annoksia. Vakavia haittoja on ilmennyt vain harvoin.

Influenssavirus muuntaa pintarakenteitaan välttääkseen elimistön puolustusmekanismeja. Eniten tautitapauksia aiheuttavat virukset ovat vähän erilaisia joka vuosi, joten tästä syystä joka vuosi tarvitaan uusi influenssarokote.

Rokotteesta kieltäytyminen voi antaa työnantajalle irtisanomisperusteen.

Näin voi käydä, jos työnantajalla ei ole tarjota työtä, jossa ei joudu tekemisiin riskipotilaiden kanssa.

EIJA KEMPPAINEN
TYÖYMPÄRISTÖASiantuntija

Uusi tartuntatautilaki on astunut voimaan

Uusi tartuntatautilaki, 1227/2016, tuli voimaan maaliskuun alussa. Sen tavoitteena on ehkäistä tartuntatauteja ja niiden leviämistä. Käytännössä tehokkaimta tartuntojen ja tautien ehkäisyä ovat riittävä rokottaminen, huolehtiminen hyvästä käsihygieniasta, varhainen tautien toteaminen ja nopea hoito tautien leviämisen estämiseksi.

Kenellä on vastuu? Uudella lailla lisättiin kunnan tartuntataudeista vastaavan lääkärin vastuuta päätöksenteossa. Nimetyllä virkälääkärillä on valtuudet ja velvollisuus tehdä päätös ja ryhtyä nopeisiin toimiin heti. Lailla korvattiin vuonna 1986 annettu ja moneen kertaan muutettu tartuntatautilaki. Lain päivitys käynnistyy pian kuitenkin uudelleen: sote- ja maakuntaudistuksen myötä työnjako täytyy muuttaa uuteen järjestelmään sopivaksi.

Keskeisin sisällöllinen muutos on se, että sekä terveyden- että sosiaalihuollon toimintayksiköt ovat vastuussa hoitoon liittyvien infektioiden ja mikrobilääkeresistenssin torjunnasta. Niiden tulee seurata tautitaakkaa mikrobitasolla, riskitekijöitä ja antibioottien käyttöä sekä huolehtia niin asukkaiden, potilaiden kuin työntekijöidenkin tartuntojen torjunnasta.

Uudessa tartuntataudeista annettussa valtioneuvoston asetuksessa määritellään, mitkä taudit ja mikrobit kuuluvat yleisvaarallisiin, mitkä valvottaviin ja mitkä muuten ilmoitettaviin tauteihin tai löydöksiin. Hoitohenkilökunnan rokotuksia, infektioiden seurantarjestelmiä sekä tiedonsaantimahdollisuuksia epidemian selvittämisen yhteydessä laajennettiin lakiuudistuksen yhteydessä.

Riskiryhmään kuuluvat henkilöt. Joilekin potilasryhmille rokotuksilla ehkäistävissä olevat tartuntataudit aiheut-

tavat tavallista suuremman vaaran. Näitä niin sanottuun riskiryhmään kuuluvia ovat henkilöt, joilla on jokin puolustusjärjestelmää merkittävästi heikentävä tekijä – esimerkiksi syöpälääkkeet tai immuunivasteenmuuntajat – raskaana olevat, imeväisikäiset eli alle 1-vuotiaat sekä yli 65-vuotiaat. Heidän suojaamiseksi lain 48 pykälässä säädetään, että heidän lähellään tapahtuvaan työskentelyyn asiakas- ja potilastiloissa saa 1.3.2018 alkaen vain erityisistä syistä käyttää henkilöä, jolla on



puutteellinen rokotussuoja. Vakaville seuraamuksille alttiuden arvion tekee lääkäri lääketieteellisillä perusteilla.

Pykälä 48:n velvoite koskee sosiaali- ja terveydenhuollon toimintayksiköitä, jotka tarjoavat sairaala- tai laitoshoidtoa sekä potilaiden kuljetuksia. SuPerin tulkinnan mukaan velvoite ei säännöksen sanamuodon perusteella koske kotihoitoa, palveluasumista eikä varhaiskasvatusta. Päivähoito ei enää vuoden 2013 alusta lähtien ole ollut osa sosiaalihuolltoa eikä sosiaalihuoltolain mukainen sosiaalipalvelu, vaan se kuuluu opetus- ja kulttuuriministeriön hallinnonalalle.

Asiakas- ja potilastiloilla ja työskentelyllä potilaiden kuljetuksissa tarkoitetaan asiakas- ja potilashuoneita, sairaankuljetuksessa käytettäviä kulku-

neuvoja sekä näihin verrattavia tiloja, joissa on mahdollisuus tartunnalle tai sen leviämiseksi asiakkaisiin tai potilaisiin. Esimerkiksi sairaaloiden odotus- ja käytävätiloja pidetään tässä tarkoitettuina tiloina. Oleellista on, että tiloissa on mahdollisuus tartunnalle tai sen leviämiseksi.

Erityisenä syynä rokottamattoman henkilön käyttöön voisi olla esimerkiksi se, että ei ole käytettävissä muuta ammattitaitoista henkilökuntaa, rokotettavan yliherkkyys tai hänen muu ominaisuutensa tai esimerkiksi se, että uusi työntekijä on saatava nopeasti töihin.

Työterveyshuolto arvioi, soveltuuko työntekijä työskentelemään tiloissa, joissa hoidetaan tartuntatautien vakaville seurauksille alttiita asiakkaita tai potilaita. Vastaava velvollisuus suojautua tartuntataudeilta on säädöksessä säädetty opiskelijoille, jotka voivat työharjoitteluun liittyvän potilastyön aikana levittää tartuntoja. Velvollisuus huolehtia rokotusten antamisesta on opiskeluterveydenhuollolla.

Lähtökohta kuitenkin on, että **riskiryhmään kuuluvia potilas- ja asiakasryhmiä hoitava ja heidän läheisyydessään työskentelevä henkilökunta tulee rokottaa tartuntatauteja vastaan.** Rokotusta ei tarvita, jos henkilöllä on aiemman rokotuksen tai sairastetun taudin antama suoja jo olemassa. Tarvittaessa rokotussuojan olemassaoloa voidaan selvittää laboratoriotutkimuksilla.

Työnantajan vastuut. Työnantajan tehtävänä on ennen ensi maaliskuuta määrittää tilat, joissa hoidetaan tartuntatautien vakaville seurauksille alttiita asiakkaita tai potilaita. Viimeistään ensi maaliskuussa näiden asiakkaiden ja potilaiden parissa työskentelevillä on oltava joko sairastetun taudin antama suo-

ja tai riittävä rokotussuoja tuhkarokkoa ja vesirokkoa vastaan, sekä rokotuksen antama suoja influenssaa vastaan. Imeväisikäisiä hoitavilla tulee olla edellä mainitun suojan lisäksi vielä rokotussuoja hinkuyskää vastaan.

Työnantaja vastaa siitä, että hoitohenkilökunta on asianmukaisesti rokotettua. Työnantaja myös kustantaa työntekijöille muun muassa influenssarokotuksen ja aikuisten vesirokkorokotuksen.

Kansalliseen rokotusohjelmaan kuuluvat rokotukset kustannetaan valtion varoista. Kansalliseen rokotusohjelman mukaisissa rokotuksissa työntekijällä on oikeus käydä työajalla, jos se ei ole vaikeudetta mahdollista muuna aikana. SuPer katsoo, että samaa linjaa tulee noudattaa myös tartuntatautilain 48 pykälän tarkoittamissa rokotuksissa.

Työntekijä toimittaa itse työnantajalle selvityksen rokotussuojastaan, ja sen toimittaminen on vapaaehtoista. Selvitys tuhka- ja vesirokosta on kertaluonteinen, hinkuyskästä määrävällein annettava ja kausi-influenssasta vuosittainen. Rokotussuojaansa koskevas- ta selvittämisestä kieltäytyvä työntekijä ei voida käyttää riskiryhmään kuuluvien potilaiden tai asiakkaiden hoitamisessa.

Rokotusten ottaminen on vapaaehtoista työntekijöille, mutta rokotattamaton työntekijä ei voi työskennellä tiloissa, joissa hoidetaan tai joissa oleskelee riskiryhmään kuuluvia potilaita tai asiakkaita.

Jos työntekijän työsopimuksen mukaisina työtehtävinä on hoitaa riskiryhmään kuuluvia potilas- ja asiakasryhmiä, eikä työnantajalla ole tarjota hänelle muita työtehtäviä, voidaan rokotus- ta kieltäytymistilanne tai rokotussuojasta selvityksen antamatta jättämistilanne rinnastaa työstä kieltäytymiseksi. Työnantajalle saattaa tämän johdosta syntyä oikeus irtisanoa työntekijän työsopimus, jos työntekijä ei varoitukseenkaan saatu-

aan muuta menettelyään tai jos muuta työtä ei ole tarjolla.

Liitto kehottaa ottamaan rokotukset.

SuPer vastusti tartuntatautilain valmisteluvaiheessa sosiaali- ja terveydenhuollon henkilöstön velvollisuutta ottaa rokotussuoja tiettyjä tartuntatauteja vastaan. Koska säännös vastustuksesta huolimatta tuli lakiin ja kun sen seurauksena rokotuksista kieltäytymisestä voi äärimmillään seurata työntekijän työsuhteen päättäminen, **SuPer kehottaa jäseniään ottamaan työnantajan tarjoamat rokotteet. On hyvä muistaa sekin, että asianmukaisella rokotussuojalla työntekijä suojaa niin itseään kuin läheisiään terveydelle vaarallisilta tartuntataudeilta, joille he altistuvat työssään monia muita ammattiryhmiä enemmän.**

Muita uudistuksia. Lain 52 pykälän mukaan terveydenhuollon ammattihenkilöillä on oikeus ilmoittaa toteamastaan tai epäilemästään rokotteen tai rokotuksen haittavaikutuksesta salassapitosäännösten estämättä Lääkealan turvallisuus- ja kehittämiskeskus- sille Fimealle.

Tartuntatautilain nojalla tartuntatautia sairastava henkilö voidaan eristää, asettaa karanteeniin tai määrätä olemaan pois ansiotyöstään. Tältä ajalta hänellä on oikeus saada tartuntatautipäivärahaa. Sama oikeus on alle 16-vuotiaan lapsen huoltajalla, jos lapsi on edellä mainituista syistä määrätty pidettäväksi kotona ja huoltaja on sen vuoksi estynyt tekemästä ansiotyötään.

Korvaus vastaa henkilön menettämää ansiota täysimääräisenä. Tartuntatautipäiväraha määräytyy sen palkan perusteella, jonka vakuutettu saisi, ellei häntä olisi määrätty olemaan poissa ansiotyöstään, eristettäväksi tai karanteeniin. Päivärahaa maksetaan arkipäiviltä.

Tartuntatautietuudessa ei ole oma- vastuu-aikaa. Päivärahaa on haettava

kahden kuukauden kuluessa siitä päivästä, josta alkaen etuutta halutaan saada eli päivästä, josta alkaen työntekijä on määrätty olemaan poissa ansiotyöstään, eristettäväksi tai karanteeniin tartuntataudin leviämisen estämiseksi.

MERJA HYVÄRINEN
LAKIMIES

 KYSYMYKSIÄ JA VASTAUKSIA
UDESTA TARTUNTATAUTILAISTA



TYÖNANTAJAN SUUSTA

”Ei hoitovapaan aikana keikkaa tekeväälle palkkaa makseta, kun tulee vapaaehtoisesti töihin.”

EDUNVALVONTAYKSIKÖN YHTEYSTIEDOT

Päivystys ma-pe kello 9-13
kuntapuolen sopimusasioissa
numerossa 09 2727 9160 ja yksityis-
sektorilla työskenteleville 09 2727 9171

Sähköposti edu@superliitto.fi.
Henkilökohtaiset sähköpostit muotoa
etunimi.sukunimi@superliitto.fi

Postiosoite: Suomen lähi- ja
perushoitajaliitto, Edunvalvontayksikkö,
Ratamestarinkatu 12, 00520 Helsinki
Fax: 09 2727 9120

Edunvalvontayksikkö huolehtii SuPerin jäsenten sosiaalitaloudellisesta edunvalvonnasta valtakunnallisesti ja paikallisesti. Yksikön vastuualueeseen kuuluvat virka- ja työehtosopimusneuvottelutoiminta, lainsäädäntö sekä eläkeasiat ja muu sosiaaliturva. Myös yhteistoiminta- ja työturvallisuusasiat ovat edunvalvontayksikön vastuulla. Huolehdimme jäsenten oikeusturvasta työhön liittyvissä erimielisyyksissä. Järjestämme edunvalvontakoulutuksen ja -tiedotuksen sekä annamme neuvontaa edunvalvonta-asioissa.

SUPERRISTIKKO

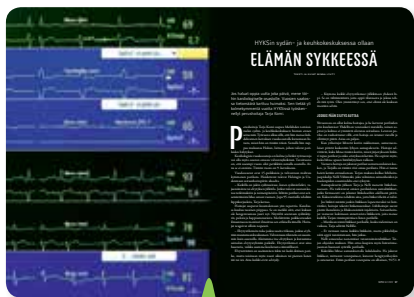
Tuuli Rauvola

				PÖLJÄ ERNST HANKKIA KA-ZAN POL-VESSA									
MAL-JALLE													
SODAN-JUMALA													
7													
ÄITI													
EIVÄT YLÄKAUTTA													
RAHA													
KALA													
SVETOGORSK YHTIO													
MAM-MA													
SHA-RON													
NUI-JII													
5													
SUOMI-NEN OPITUT													
PEKKA-RINEN													
JOSKUS NAA-MOILLA YKSIN?													
TYNNI													
HARHA													
RAAKA KOI-VET													
10													
KÄ-SIN													
MUSIIK-KIA KAS-VEJA													
4													
KOU-LUSSA													
VAU-VAL-LA													
3													
LUMELLA POI-KIA													
KÄDE-TÖN ONNI													
8													
KAA-TO-PAIK-KA													
MAR-CELLO													
-SUOLI													
LAUK-KA EIVÄT MUIDEN													
Super-laisia?													
JU-MA-LA													
9													
MINÄ MINÄ													
KAATU-NEET VILJÄT													
KEI-TOISSA													
1													
SÄULIN ISÄ													
2													
PORU													
ANDER-SEN													
TULETKO VAIMOK-SENI?													
NYT-KIN													
TOR-VIN													

Voit osallistua ristikkokisaan 17. elokuuta mennessä joko lähettämällä koko ristikkosivun kuudessa tai pelkän ratkaisurivin postikortilla osoitteeseen SuPer-lehti, Ristikko, Ratamestarinkatu 12, 00520 Helsinki. Muista yhteystietosi! Voit myös lähettää ratkaisurivin ja yhteystietosi sähköpostitse osoitteeseen super-lehti@superliitto.fi. Muista kirjoittaa sähköpostin aihekenttään "Ristikko".

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Ratkaisijan nimi _____
 Katuosoite _____
 Postiosoite _____



Työ kardiologisella osastolla kiinnosti

Heinä-elokuun lehden parhaimmaksi jutuksi äänestettiin Tänään töissä -sarjan Elämän sykkeessä. Se kertoo Tarja Komin työpäivästä kardiologisella osastolla. Toiseksi tuli Antti Vanaksen Näkymätön vanhus, joka avaa lukijoille Jari Pirhosen gerontologian väitöstutkimusta. Kolmanneksi valittiin Elina Kujalan juttukooste Rakkautta, rakkautta vain. SuPer-lehden termosmukin voitti Tuula Marttila Raumalta.

Hyvä työpaikka, missä saa hyödyntää kaikkea osaamistaan!

ELÄMÄN SYKKEESSÄ S. 16

Työ on arvokasta ja vaativaa.

ELÄMÄN SYKKEESSÄ S. 16

Isoissa sairaaloissa oppii työt laidasta laitaan.

ELÄMÄN SYKKEESSÄ S. 16

Hyvä vihje!

VAELLUKSELLE VÄLIPALAKSI
KUIVATTUJA HEDELMÄÄ S. 14

Totta! Oma auto työvälineenä tulee kalliiksi.

LUKIJALTA S. 40

Usein väärin leimataan perhe, jos kuuluu lastensuojelunpiiriin.

TAVOITTEENA ON AINA
LAPSEN PARAS S. 29

”Asennetta” vanhusten hoitoon, ihminen ihmiselle.

NÄKYMÄTÖN VANHUS S. 24

Otan haasteen vastaan ja toivon, että muutkin lukijat ottaisivat!

TÄÄ EI KUULU MEILLE S. 69

Päivittäin puheena aiheena työpaikallani kotihoidossa.

LUKIJALTA S. 40

Näin se usein on. Intressant läsning.

RAKKAUTTA,
RAKKAUTTA VAIN S. 42

Työtä tehdään vanhusten parissa nopeasti hoidon tasa-arvoisuuden nimissä.

NÄKYMÄTÖN VANHUS S. 24

Uusia näkökantoja ja mielenkiintoisesti kirjoitettu.

PIENIKIN KAIPAA S. 38

Kaikki tarvitsevat rakkautta. Ilman sitä ei ole mitään.

RAKKAUTTA,
RAKKAUTTA VAIN S. 42

Tätä päivää, ikävä kyllä.

NÄKYMÄTÖN VANHUS S. 24

Selkeää faktatietoa.

OSATYÖKYKYISEN
TYÖNTEKIJÄN ASEMA S. 60

Kunpa päättäjätkin tämän ymmärtäisivät ja nostaisivat henkilömitoitusta.

ARVOKKAINA ON ASUKKAAN ELÄMÄNLAATU S. 50

Paras juttu?

Kerro meille, mikä mielestäsi on paras juttu tässä SuPer-lehdessä. Lähetä vastauksesi **17. elokuuta mennessä**. Kaikkien määräaikaan mennessä vastanneiden kesken arvotaan SuPer-lehden termosmuki.

LEHDEN 8/2017 PARAS JUTTU OLI: _____

_____ SIVULLA: _____

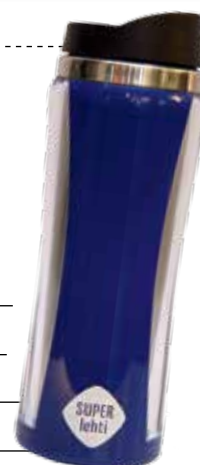
MIKSI? _____

NIMI _____

OSOITE _____

OLEN IÄLTÄNI ALLE 20 20-30 31-45 46-60 YLI 60

Voit osallistua myös sähköpostitse: super-lehti@superliitto.fi. Kirjoita sähköpostin aihekenttään "Paras juttu?" ja tekstikenttään mielipiteesi perusteluineen.



Vastaanottaja maksaa postimaksun

SUPER-LEHTI
Tunnus 5005172
00003 Vastauslähetys



LUONTO HOITAA HOITAJAA

TEKSTI MINNA LYHTY KUVAT ISTOCKPHOTO

Menetkö metsään? Kyllä ainakin kannattaisi. Luonnosta saa roppakaupalla terveyttä ja hyvinvointia.

Raskas työ vaatii raskaat hovit. Näin sanottiin ennen. Hoitotyön kuormittavuudesta kannattaa mieluummin palautua keveämmillä huveilla, esimerkiksi menemällä metsään tai veden äärelle. Tampereen yliopiston psykologian professori Kalevi Korpelan mukaan luonto on niin tehokas keino palautumiseen, että sitä pitäisi määrätä reseptillä.

– Jos on stressaantunut ja menee luontoon, fysiologia reagoi nopeasti. Rentoutuminen näkyy sydämen sykkeen ja verenpaineen laskuna sekä lihasjännitysten vähenemisenä. Kun kuluu 10–15 minuuttia, ihmiset alkavat tunnistaa mielialassa rauhoittumisen ja piristymisen tunteita. Samalla ärtyneisyys, vihaisuus ja surumielisyys vähenevät.

Kun luonnossa viipty hiukan enemmän kuin piipahduksen verran, kognitiiviset kyvyt elpyvät.

– Tarkkaavaisuus, keskittymiskyky ja työmuistin toiminta tehostuvat. Lisäksi arkipäivän huolet saattavat unohtua, jolloin mieli vapautuu, täyttyy positiivista ajatuksista ja ongelmiin löytyy ratkaisuja.

Jos ulkoilee säännöllisesti, stressistä palautuu helpommin eivätkä paineet pääse kasautumaan.

– Tutkimuksissa on havaittu, että luonnossa aikaa viettävillä on pienempi riski sydän- ja verisuonitauteihin kuin kaupunkiympäristössä pysyvillä. Vihreämmässä asuinympäristös-

sä kuolleisuus on pienempää. On myös todettu, että ahdistuneisuushäiriöt ja depressio ovat vähäisempää alueilla, joissa on enemmän viherympäristöjä.

Ei ole täysin selvää, miksi luonnosta saa niin paljon terveysvaikutuksia. On esitetty, että ympäristön lumo, puhtaus, vihreys ja hiljaisuus vaikuttavat suotuisasti. Luonnossa tulee myös liikuttua ilman, että kokisi kuntoilevansa, joten liikunnan terveysvaikutukset saa lähes huomaamatta. Jos on liikkeellä yhdessä läheistensä kanssa, sosiaaliset suhteet elvyttävät voimavaroja. Myös luontoyhteyden kokeminen on eheyttävää.

LÄHIPUISTOON VAI ERÄMAAHAN?

Entä miten kauaksi metsään pitää mennä, jotta saa positiiviset terveysvaikutukset: puistoon, lähimetsään vai kansallispuistoon asti?

– Lähipuisto ja kaupunkien metsäpuistot riittävät useimmille. Toki yksilöiden välillä on eroja. Omat lapsuuden muistot ja kokemukset vaikuttavat siihen, millaisen ympäristön kokee elvyttävänä. Myös persoonallisuuksien välillä on eroja. Toiset ovat luontohakuisempia kuin toiset. Luontoihmiset menevät kauempana sijaitseville suuremmille retkeilyalueille. Jonkin verran vaikuttaa myös meluherkkyyks. Jos melui-



sa ympäristö häiritsee helposti, kaupunkien puistot eivät ole elvyttäviä, Kalevi Korpela kertoo.

Korpela on ollut mukana Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen, Metsäntutkimuslaitoksen ja Tampereen yliopiston tutkimuksessa, jossa selvitettiin viheralueiden fyysisiä ja psyykkisiä vaikutuksia. Koehenkilöt oleskelivat ja kävelivät 45 minuuttia Helsingin keskustassa, Linnanmäen kupeessa sijaitsevassa Alppipuistossa ja keskuspuistossa.

– Keskustassa koehenkilöiden elinvoimaisuus laski ja negatiiviset tunteet lisääntyivät. Alppipuistossa ja keskuspuistossa oleskelun jälkeen oli havaittavissa positiivisia vaikutuksia. Verenpaine aleni ja sydämen syketaajuus oli suotuisampi. Yllättävää oli se, että melko pieni Alppipuisto ja keskuspuisto, joka on kaupunkimetsä, olivat yhtä elvyttäviä.

Suomalaisten suhde luontoon on säilynyt kaupungistumisesta huolimatta. Metsät ja vesistöt ovat edelleen meitä lähellä ja niiden äärelle mennään rentoutumaan. Luonnonvarakeskuksen tutkimuksen mukaan reilut kaksi kolmesta suomalaisesta ulkoilee luonnossa viikoittain. Puolet suomalaisista asuu enintään 200 metrin päässä lähimetsästä.

– Ennen ehkä ulkoitiin enemmän keräämällä marjoja ja sieniä. Nykyään monet harrastavat luonnossa liikuntaa, kuten polkujuoksua, maastopyöräilyä ja kiipeilyä. Tavallisin liikuntamuoto on kuitenkin kävely. Myös luontomatkaileu ja eräretkeily ovat suosiossa.

LUONTO EI HYLKÄÄ

Metsään, joen, järven tai meren rantaan voi mennä yksin rauhoittumaan. Se on erityisen tärkeää hoitajalle, koska hoitotyö on sosiaalisesti kuormittavaa. Stressistä auttaa elpymään se, ettei ole muiden käytössä jatkuvasti.

Parhaimmillaan luontokokemus on jopa terapeuttinen. Psyykinen huonovointisuus syntyy yleensä muiden ihmisten parissa. Jos on kokenut hyväksymättömyyttä, riittämättömyyttä ja torjuntaa, myönteiset luontokokemukset auttavat toipumisessa, sillä ihmiset usein kokevat, ettei luonto petä, hylkää eikä torju.

Kalevi Korpelan mukaan myös hoitokotien ja palvelutalojen asukkailla pitäisi olla mahdollisuus päästä luontoon.


– Olisi tärkeää, että asukkaita vietäisiin mahdollisuuksien mukaan ulos. On eri asia mennä itse

pihalle tai puistoon kuin katsella vaikkapa luonto-ohjelmaa televisiosta. Ikääntyneet saavat luonnosta terveysvaikutuksia samalla tavalla kuin kaikki muutkin.

Korpela puhuu muistisairaiden hoitokotien viherpihojen puolesta.

– Ulkoilu ja esimerkiksi kukat tuoksuineen vaikuttavat mielialaan edullisesti, joten asukkailla on vähemmän ärtyneisyyttä ja aggressiivisuutta. Piha täytyy suunnitella siten, ettei kukaan eksy ja lähde harhailemaan.

MYÖNTEISET LUONTO-KOKEMUKSET AUTTAVAT TOIPUMISESSA, SILLÄ IHMISET USEIN KOKEVAT, ETTEI LUONTO PETÄ, HYLKÄÄ EIKÄ TORJU.



Luonto toimii lääkkeenä myös masentuneille. Korpela teki yhdessä Tampereen päihde- ja mielenterveysyksikön johtavan psykologin Eija Stengårdin kanssa tutkimuksen, jossa depressiokoulun kahdeksasta tapaamiskerrasta neljä pidettiin luonnon äärellä ja lisäksi tehtiin luonto- ja mielipaikka-harjoitteita.

– Luontokerrat lisäsivät elinvoimaisuutta, rentoutumista, rauhoittumista ja arjen huolien unohtamista. Näiden kokemusten kautta ryhmän jäsenet kokivat, että he pystyvät ratkaisemaan ongelmia, jaksavat tehdä asioita ja saavat elämänsä eteenpäin. Potilaat kokivat, että tällainen depressiokoulu vähensi oireita.

LUONTOA RESEPTILLÄ

Kun ihmisiltä kysytään, missä on heidän mielipaikkansa, useimmat kertovat sen olevan luonnossa. Se voi olla metsässä, veden äärellä tai peltojen keskellä. Mieltymykset ovat yksilöllisiä. Karkeasti ihmiset voidaan jakaa joko metsässä tai veden äärellä rentoutuviin. Jotkut haluavat ympärilleen molemmat, sinivihreän maiseman.

Kalevi Korpelan mukaan osa ihmisistä on immuuneja kaikenlaiselle terveysvalistukselle. He eivät noudata terveys- ja liikuntaohjeita, eivätkä halua säädellä syömistään.

– Olen esittänyt, voisivatko hoitajat ja lääkärit määrätä tällaisille ihmiselle mielipaikkareseptejä. Resepti ohjaisi käymään säännöllisesti omassa mielipaikassa. Koska useimpien mielipaikka on luonnon keskellä, tulee siellä käydessä liikuntaa huomaamatta.

Korpela toivoo, että ihmiset miettivät tietoisemmin ympäristön vaikutuksia hyvinvointiinsa. Kun jokin paikka tuntuu miellyttävältä, sinne kannattaa hakeutua usein.

– On myös masentavia paikkoja, joita yritämme välttää ja kiertää. Miten tällaisessa paikassa oleskelu vaikuttaa itseen ja mistä se johtuu? Tällaisen pohdinnan avulla voi tunnistaa enemmän rakennetun ja fyysisen ympäristön laatua.

Professorilla itsellään on kaksi kotia: Tampereella ja Helsingissä. Hänen omat mielipaikkansa ovat kaupungissa luonnon keskellä.

– Tampereen kodin ikkunoista näkymä on vihreä. Voin pysähtyä katse-

lemaan pensaita ja puita. Pyynikki on aikanaan ollut minulle tärkeä paikka. Myös Helsingissä löydän mielipaikkani läheltä. Aamulenkki Arabianrannan merenrantoja pitkin antaa voimia koko päiväksi. ■

RETKEILYVINKKEJÄ NETISTÄ

- Useimmat kunnat ovat koonneet verkkosivuilleen tietoja lähiretkeilykohteista. Kannattaa kurkata!
- Retkeily- ja ulkoiluvinkkejä saat osoitteesta: suomenlatu.fi. Suomen ladulla on 199 jäsenyhdistystä, jotka ovat laji- tai aluekohtaisia. Jäsenyhdistykset järjestävät muun muassa ohjattuja luontoretkiä.
- Ajantasaiset tiedot kansallispuistoista ja Metsähallituksen retkeilykohteista löydät osoitteesta: luontoon.fi.

Nimi: _____

Jäsennumero: _____

Henkilötunnus: _____

MAKSUTON PALAUTUSOSOITE:

SUPER RY / Jäsenyksikkö

Tunnus 5005173

00003 VASTAUSLÄHETYS

TILAUS:

Tilaan jäsenmaksuviitteet alkaen (pvm) _____ . _____ . _____

Tilaan ammattimerkin: lähihoitaja (12,50 €) perus- tai apuhoitaja (20,00 €) muu koulutus (8,40 €) (Hintoihin lisätään postikulut.)

Tilaan jäsenmaksun perintävaltakirjoja: _____ kpl

Tilaan liittymislomakkeita: _____ kpl

Tilaan uuden jäsenkortin

MUUTOS:

TOIMIVA, HENKILÖKOHTAINEN SÄHKÖPOSTIOSOITE ON ERITTÄIN TÄRKEÄ!

Sähköpostiosoitteeni: _____

Postitusosoitteeni: _____

Sukunimeni: _____

TYÖSUHDETIETONI:

VOIMASSA OLEVAT TYÖSUHDETIEDOT ERITTÄIN TÄRKEITÄ EDUNVALVONNALLISISTA SYISTÄ!

Työnantajani (virallinen nimi): _____

Työpaikkani: _____

Työsuhteeni on voimassa:

Toistaiseksi alkaen _____ . _____ 20_____ Määräaikaisesti ajalla _____ . _____ 20_____ - _____ . _____ 20_____

ILMOITUS:

Olen ajalla _____ . _____ 20_____ - _____ . _____ 20_____

jatko-opiskelija työlomalla ulkomailla yrittäjänä muu, mikä _____

vanhuuseläkkeellä alk. _____ . _____ 20_____. (jään liiton eläkeläisjäseneksi, 10 €/vuosi, mutta työttömyyskassan jäsenyyteni päättyy)

haluan säilyttää eläkeläisjäsenenä työttömyyskassan jäsenyyden (90 €/vuosi)

eroan SuPer-liitosta ja Super työttömyyskassasta alk. (pvm) _____ . _____ 20_____

Eroamisen syy (ei pakollinen): _____

JÄSENMAKSUVAPAUTUS:

Haen jäsenmaksuvapautusta ajalle _____ . _____ 20_____ - _____ . _____ 20_____ koska olen

palkattomalla sairausvapaalla kuntoutustuella kokoaikainen työkyvyttömyyseläke

palkattomalla äitiys- tai isyysvapaalla hoitovapaalla/kotihoidontuella

ollut työttömänä (Kelan työttömyyskorvaus). Ilmoita työttömyysjakso takautuvasti.

TERVEISET SUPERILLE:

YHTEYDENOTTOPYINTÖ:

Haluan, että minuun otetaan yhteyttä.

Sähköpostitse. Sähköpostiosoite: _____

Puhelimitse. Puhelinnumero: _____

Asiani liittyy (esim. jäsenyysasiat, työsuhteasiat, ammattiosastoasiat jne.): _____

Allekirjoitus: _____ Päiväys: _____ . _____ 20_____



SUN PERIAATE VAI MUN ELÄMÄ?



Maaliskuun alusta astui voimaan uusi tartuntatautilaki. Lain muutos on herättänyt paljon keskustelua. Joillekin potilasryhmille rokotuksilla ehkäistävissä olevat tartuntataudit aiheuttavat tavallista suuremman vaaran. Esimerkkejä elimistön puolustusjärjestelmää merkittävästi heikentävistä tekijöistä ovat esimerkiksi potilaan vakava sairaus sekä syöpälääkkeet ja immuunivasteenmuuntajat, raskaus ja alle 12 kuukauden sekä yli 65 vuoden ikä. Sen lisäksi, että työnantajan on jatkossa kiellettyä käyttää rokotamatonta henkilökuntaa riskiryhmiä hoidettaessa, on sillä myös lupa siirtää rokotamaton henkilö toisiin tehtäviin tai pahimmillaan jopa irtisanoa.

Sangen moni on noussut tässä asiassa vahvasti puolustuskannalle. Rokotukset koetaan uhkana, pakkona ja itsemääräämisoikeuden loukkauksena. Monelle rokotteesta kieltäytyminen on myös periaatekysymys. En ota kantaa sen enempää mikä on hyvä syy kieltäytyä rokotteesta, mutta haluan kertoa asiasta sen toisen näkökulman. Sen, miltä tuntuu kuulla immuunipuolustukseltaan heikompana ihmisenä se, että oma periaate on tärkeämpää kuin toisen ihmisen henki.

Sairastuin 2009 koviin vatsakipuihin ja vuoden lääkäriltä toiselle tuloksetta ravanneena lopulta olin melkein 300:n tulehdusarvoilla ensiavussa. Kohdalleni osui onneksi gastroenterologi joka totesi, että Crohnin taudilta näyttää. Crohnin tauti on krooninen tulehdus suolistossa. Se aiheuttaa muun

muussa verenvuotoa suolistosta, ripulia, kipuja, ravintoaineiden imeytymättömyyttä ynnä muuta. Erittäin vakava sairaus, jopa hengenvaarallinen. Vuoden päästä minua pauskattiin toisellakin diagnoosilla. Se oli selkärankareuma. Lääkityksissä oli pakko siirtyä kaikkein hurjimpiin komboihin. Käytössäni on nyt kaksi eri lääkettä, joilla lamataan omaa virheellisesti toimivaa immuunijärjestelmää. Siitähän autoimmuunisairauksissa on kyse, että oma immuunipuolustus alkaa hullutella ja hyökkää itseään vastaan saaden aikaan sisäsyntyisen pahan tulehdustilan.

Molemmat näistä ovat sairauksia, joita en valinnut, en aiheuttanut itse elämäntavoillani tai muutenkaan. Ja hienosti olen niin työssä kuin vapaa-ajallakin pärjännyt, mutta totta kai se vaatii myös ekstrahyvää suojautumista tautiaikoina ja tarkkaavaisuutta monissa asioissa.

Moni on kysynyt, että miksi potilaat eivät sitten itse rokottaudu jos keran niin tartuntoja pelätään. On epäilty rokotteita tehottomiksi, kun hoitajatkin pitää väkisin rokottaa vaikka hoidettavat olisivat rokotteensa saaneet. Valitettavasti meille immuunivasteeltaan heikommille ei saada millään rokotteilla täydellistä suojaa, vaikka olisimme kuinka tunnollisia piikillä kävijöitä. Omalla kohdallani muistelen suojan olevan vain 60-70 prosenttia siitä, mitä terveelle saadaan. Silloin, jos itse joutuu sairaalahoitoon näillä diagnooseilla ja lääkityksillä, voi vain toivoa, että hoitaja ja muut ympärillä olevat ovat ajatelleet muutakin kuin periaatetta. Moni menee vielä pidemmällekin ajatuksiinsa. Ei haluta rokotetta mutta ei liioin siirtoa muihin tehtäviin, vaikka rokotamattomana voi olla ihan todellinen hengenvaaran aiheuttaja toiselle ihmiselle.

Mietin, onko ihan oikeasti esimerkiksi pienten lasten kanssa tai vaikkapa syöpätautien osastolla työskentelevän yksilön oma periaate kieltäytyä rokotteesta ja siirrosta muihin tehtäviin tärkeämpää kuin vaikkapa syöpää sairastavan lapsen henki? Kestääkö rokotetas-

taisen ihmisen omatunto sen, että sairastuttuaan influenssaan, vesirokkoon tai hinkuyskään, tartuttaa heikossa kunnossa olevan ja katsoo vierestä kun tämä pahimmassa tapauksessa kuolee? ■



LISÄÄ HANNAN AJATUKSIA Löydät hänen blogistaan

[HTTP://WWW.LILY.FI/BLOGIT/RUN-BABE-RUN](http://www.lily.fi/blogit/run-babe-run)



JOODAS VÄÄNÄNEN

Loppuivatko Kelan päivät?

TEKSTI SIRKKA RYTINKI KUVA JANNE HARJU

Pitkän sairausajan aikana Kelan sairauspäivärahaot-
keus saattaa päättyä sairauspäivärahan enimmäisajan
täytyttyä.

Jos sairausloma edelleen jatkuu, henkilölle voi tulla oikeus
työttömyyspäivärahaan. Päivärahan edellytyksenä on, että
työkyvyttömyyseläkehakemus on vireillä tai hylätty ja henki-
lö on työnhakijana työ- ja elinkeinotoimistossa ja hakee ko-
koaikatyötä.

Jos työsuhde on voimassa, tarvitaan lisäksi työnantajan
todistus siitä, että työnantajalla ei ole tarjota henkilön ter-
veydentila huomioiden sopivaa työtä. Todistuksen saaminen
edellyttää useimmiten työkyvyn arvioin-
ti- tai vastaavaa tilaisuutta. Jos työnantaja
tarjoaa sopivaksi katsottua työtä, ei oikeut-
ta päivärahaan ole, jos henkilö kieltäytyy.

Päivärahan määrän laskentaa varten
työttömyyskassa tarvitsee palkkatodistuk-
sen vähintään 26 sellaisen kalenteriviikon
ajalta, jolta on maksettu täyttä palkkaa tai
täyttä sairausajan palkkaa. Jos työnanta-
ja on maksanut sairausloman ajalta vajaa-
ta sairausajan palkkaa, ei kyseistä palkkaa
huomioida päivärahan määrän laskennassa. Vajaan palkan ai-
kaa on esimerkiksi sellainen KVTES:n mukainen aika, jolta
työnantaja on maksanut palkkaa kaksi kolmasosaa.

Vajaan palkan aika ilmoitetaan palkkatodistuksen lisätie-
tokohdassa, samoin palkattomat poissaolot ja syy miksi on
ollut palkatonta.

Palkkatodistuksen lisäksi työttömyyskassalle pitää toimit-
taa kopio voimassaolevasta lääkärintodistuksesta.

Jos työnantaja on päättämässä työsuhdetta pysyvän ja olen-

naisen työkyvyttömyyden perusteella, henkilö voi halutessaan
pyytää tuekseen luottamusmiehen. Samoin, jos henkilö itse
pohtii työstä eroamista terveydellisin perustein.

KARENSSIN MÄÄRÄÄMINEN

Vaikka irtisanoutuminen useimmissa tapauksissa johtaakin
työ- ja elinkeinotoimiston määräämään karenssiin, saattaa
terveydellisistä syistä irtisanoutunut välttyä karenssilta.

Näyttää siltä, että lääkärintodistuksella on merkittävä roo-
li henkilön irtisanoessa työstään terveydellisiin syihin vedo-
ten. Työ- ja elinkeinotoimisto on monissa tilanteissa jättä-
nyt karenssin määräämättä, jos lääkärin-

todistuksesta selkeästi ilmenee, ettei hen-
kilö terveydentilastaan johtuen voi tehdä
omaa tai siihen verrattavissa olevaa työtä.
Karenssin määräämisestä tai määräämättä
jättämisestä ratkaisun tekee kuitenkin aina
työ- ja elinkeinotoimisto, eikä työttömyys-
kassalla ole asiassa päättävävaltaa.

Päiväraahakemuksen voi tehdä joko
kirjallisesti tai sähköisesti osoitteessa net-
tikassa.supertk.fi. Ensimmäistä kertaa päi-

värahaa haetaan ansiopäiväraahakemuslomakkeella ja myö-
hemmin jatkohakemuksella. Ensimmäisen hakemuksen voi
lähettää vähintään 2–3 viikon ajalta siten, että viimeinen päi-
vä on sunnuntai. Jatkohakemukset lähetetään vähintään nel-
jän täyden kalenteriviikon ajalta. Päivärahaa voi hakea myös
kalenterikuukausittain ja näin aina, jos henkilölle on myön-
netty osatyökyvyttömyyseläke. Eläkkeen myöntäminen il-
moitetaan työttömyyskassalle heti kun tieto on saatu ja pää-
tös toimitetaan kassalle. ■



Miten käy aktiivimallin?

Hallituksen lakimuutos niin sanotusta aktiivimallista on leh-
den painoon mennessä vielä auki. Kassa tiedottaa muutok-
sista nettisivuilla heti, kun tiedotettavaa on. Muutoksen to-
teutuessa riskinä pidetään sitä, että siitä tulisi etuusleikku-
ri, joka koskisi nimenomaan vaikeimmin työllistyviä. Kassoja
huolestuttaa myös se, ettei muutos huomioi alueellisia eikä
alakohtaisia eroja työllistymismahdollisuuksissa.



HAKEMUSTEN POSTITUSOSOITE:

Super työttömyyskassa, PL 117, 00521 HELSINKI

Käyntiosoite Kellosilta 3

Fax 09 278 6531, www.supertk.fi

Toimisto avoinna arkisin klo 8.30–15.00

Palvelunumero arkisin klo 9.00–13.00

09 2727 9377

Sähköinen asiointi: nettikassa.supertk.fi

TYÖTURVALLISUUS JA HYVINVOINTI TARVITSEVAT TEKIJÄNSÄ.

Vuoden 2018 alussa aloittavat työsuojeluvaltuutetut valitaan ensi syksyn vaaleissa. **Vaikuta ja asetu ehdolle.**

Epäkohtia voidaan oikoa vain, jos ne tunnetaan. On tärkeää, että työpaikoilta löytyy superilaisia työsuojeluvaltuutettuja, jotka osaavat kertoa arjestaan esimiehille ja päättäjille. Asetu ehdolle – valtuutettuna vaikutat siihen, miten työpaikallasi voidaan.

Nykyisten työsuojeluvaltuutettujen ja asia-miesten toimikausi päättyy tämän vuoden lopussa. Uudet valtuutetut valitaan vaaleilla loka–joulukuussa. Heidän kautensa on kunta-alalla neljä vuotta (2018–2021) ja yksityissektorilla kaksi vuotta (2018–2019).

VALTUUTETTU:

- edustaa henkilöstöä työsuojelun yhteistoiminnassa
- osallistuu yksittäisen henkilön työsuojeluasian käsittelyyn
- osallistuu työsuojelua koskeviin tarkastuksiin
- perehtyy työpaikan olosuhteisiin, työympäristön ja työyhteisön tilaan sekä työsuojelusäännöksiin
- neuvoo ja ohjaa työntekijöitä.

VALTUUTETULLA ON OIKEUS:

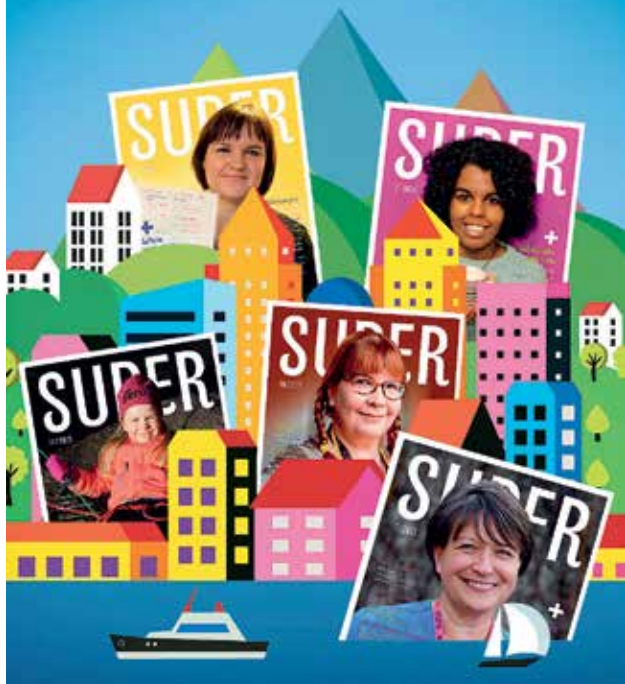
- saada vapautusta työtehtävistä valtuutetun tehtäviin
- saada korvausta ansionmenetyksestä
- saada koulutusta
- keskeyttää vaarallinen työ
- korostettuun irtisanomissuojaan
- saada käyttöönsä asianmukainen toimitila ja työvälineet.

LUE LISÄÄ: www.superliitto.fi



JOKO LUET SÄHKÖISTÄ SUPER-LEHTEÄ?

AVAA LEHTI OSOITTEESSA
WWW.SUPERLIITTO.FI/SUPER-LEHTI



Superilainen, käytä jäsenetusi!

Kirjautu osoitteessa www.jasenedut.fi
ja hyödynnä etusi yli 150 liikkeeseen.

Lähdössä matkalle? **Hotel Express International** on superilaisille räätälöity varausjärjestelmä, jolla voit säästää majoituksissasi jopa 50 prosenttia. Järjestelmä kattaa yli 140 000 kohdetta eri puolilla maailmaa. Rekisteröidy: ho.hotel-express.com/superliitto.

Ilmoittaudu nyt syksyn kursseille!

Ammattiosastojen toimijoille tarkoitettuihin syksyn 2017 järjestökoulutuksiin varaat paikkasi netissä: www.superliitto.fi > Kirjautu jäsensivuillesi > Kurssit > Kurssitarjonta.

Aktiivinen ammattiosasto I

19.–20.9.2017 Vantaa
viim.ilm.pv. 13.8.2017

Aktiivinen ammattiosasto II

5.–6.10.2017 Helsinki
viim.ilm.pv. 27.8.2017

Aktiivinen ammattiosasto II

15.–16.11.2017 Helsinki
viim.ilm.pv. 8.10.2017

Yhdysjäsen on ykkönen

1.11.2017 Helsinki
viim.ilm.pv. 24.9.2017

Yhdysjäsen on ykkönen –jatkot

28.11.2017 Kuopio
viim.ilm.pv. 22.10.2017

Tehoa taloudenhoitoon

29.9.2017 Helsinki
viim.ilm.pv. 28.8.2017

Tehoa paikalliseen vaikuttamiseen

10.10.2017 Joensuu
viim.ilm.pv. 3.9.2017

Etevä esiintyjä

24.–25.10.2017 Helsinki
viim.ilm.pv. 17.9.2017



SUPER

point college

Tervetuloa syksyn 2017 koulutuksiin!

Työnohjaajakoulutus 60 op, hinta 2350 €, kesto n. 2 vuotta
Seksuaaliohjaajakoulutus 10 ov, 280 €, kesto 10 kuukautta
Muistihoitaja 15 ov, 495 €, kesto n. 1 vuosi

Toteutus monimuoto-opetuksena.
Opinnot on mahdollista suorittaa osittain verkossa.

Ilmoittautuminen: ilmoittautuminen@pointcollege.fi

Lisätiedot koulutuksista: www.pointcollege.fi/aikuiskoulutus
Jaana Agren, jaana.agren@pointcollege.fi, puh. 044 737 2488
Teija Simonsson, teija.simonsson@pointcollege.fi, puh. 044 737 2426

Porvoo International College, Aikuiskoulutus, WSOYTALO
Mannerheiminkatu 20, 06100 Porvoo, Puh. 019 574 0700, www.pointcollege.fi

Vaihda vapaalle -seminaari

Helsinki, Sokos Hotel Presidentti
8.11.2017

Tilaisuuteen voivat osallistua noin vuoden sisällä eläkkeelle jäävät superilaiset. Seminaaripäivänä käsitellään eläkkeelle siirtymiseen liittyviä asioita, kuten Suomen eläkejärjestelmää, eläkkeen karttumista ja eläkkeen hakemista. Lisäksi kuullaan terveyden ja hyvinvointiin liittyviä luentoja. SuPer maksaa matkakulut, tarjollut ja tarvittaessa ansionmenetyksen.

Keskiviikko 8.11.2017

09.00–09.45 Ilmoittautuminen ja kahvi
9.45–10.00 Päivän avaus, järjestöasiantuntija
Paula Soivio, SuPer

Rinnakkaisluennot klo 10–12

10.00–12.15 Ajankohtaista eläkkeelle siirtymisestä
kuntasektorilla, eläketiedottaja Hannele
Kantanen, Keva
10.00–12.15 Ajankohtaista eläkkeelle siirtymisestä
yksityissektorilla, tiedottaja Kimmo
Kontio, Eläketurvakeskus
12.15–13.15 Lounas
13.15–14.00 Superilaisena myös jatkossa. Mitä
työelämän jälkeen? Paula Soivio
14.00–14.30 Näin aloitin uuden vaiheen elämässäni,
SuPerin eläkeläisjäsen Marja Nieminen
14.30–14.45 Kahvi
14.45–15.45 Onnellista elämää myös eläkkeellä
psykologian professori (emeritus),
tietokirjailija Markku Ojanen
15.45–16.00 Päivän päätös, Paula Soivio

Ilmoittautumiset viimeistään 24.9.2017 www.superliitto.fi
> Kirjautu jäsensivuille > Ilmoittaudu kursseille tai marianne.ronkainen@superliitto.fi (muistathan mainita erikoisruokavalios). Mukaan mahtuu 50 osallistujaa ilmoittautumisjärjestyksessä. Ilmoittautuneet saavat tarkemmat ohjeet vahvistuskirjeessä noin kuukausi ennen tilaisuutta.



JÄSENTEN KOULUTUS- MATKA SZOLNOKIIN UNKARIIN 21.–24.8.2018

TULE MUKAAN superilaiseen porukkaan! Tutustumme koulutusmatkalla unkarilaiseen sosiaali- ja terveydenhuoltoon, vierailemme sairaalassa, vanhainkodissa ja dementiayksikössä. Lisäksi tutustumme terminaalivesien hoitaviini vaikutuksiin.

MATKAN HINTA on 890 euroa, joka sisältää lennot Helsinki–Budapest–Helsinki ja kuljetuksen Szolnokiin, majoituksen 2 hengen hotellihuoneissa, vierailut, luennot, materiaalit ja luentojen tulkaukset sekä ohjelmassa mainitut ruokailut. Mukana on 2 matkanjohtajaa.

KYSY TYÖNANTAJALTASI, voitko käyttää matkaa täydennyskoulutuksena. Matkan voi maksaa erissä.

TIEDUSTELUT JA OHJELMA: leena.kaasinen@superliitto.fi.

**Etelä-Karjalan, Pohjois-Karjalan ja Etelä-Savon
SuPerin nuoret 18–35-vuotiaat jäsenet**

SUKELLA SUPERIIN
30.9.–1.10.2017 Lappeenranta

**Koulutuksessa tutustutaan letkeästi
ja käytännönläheisesti SuPerin
toimintaan sekä jäsenyyteen,
yhdessäoloa unohtamatta.**

Koulutus on tarkoitettu SuPerin varsinaisille 18–35-vuotiaille jäsenille, jotka ovat juuri valmistuneet tai eivät ole aikaisemmin osallistuneet SuPerin järjestökoulutukseen. Koulutus on osallistujalle maksuton, myös matkakulut korvataan.

Lauantai-iltaa vietämme vauhdikkaasti yhdessä raksanuorten kanssa. Luvassa on siis taattua SuPerRaksa-meininkiä.

Ilmoittaudu mukaan WebLyytin kautta viim. 27.8.2017:
www.superliitto.fi/jasenyys/koulutukset

Lisätiedot: Tanja Oksanen, tanja.oksanen@superliitto.fi
p. 09 2727 9192



Saattohoito- koulutus

5.10.2017

Savon ammatti- ja aikuisopisto,
Presidentinkatu 3, 70100 Kuopio

- | | |
|-------------|--|
| 9.00–9.30 | Ilmoittautuminen ja aamukahvi |
| 9.30–10.15 | Lähihoitajan rooli saattohoidossa (hoitokulttuurin merkitys) |
| 10.15–11.30 | Ryhmätyöskentelyä lähihoitajan ammatti-identiteetistä ja toiminta-edellytyksistä erilaisissa hoitoyhteisöissä saattohoidossa (hoitopolun merkitys) |
| 11.30–12.15 | Kuolevan ihmisen ja hänen perheensä sekä läheistensä kohtaaminen |
| 12.15–13.15 | Lounas |
| 13.15–14.15 | Mitä oirehoidosta on hyvä tietää: käsittelyssä muun muassa kipu ja hengenahdistus |
| 14.15–15.00 | Kuolevan ihmisen hoitamiseen liittyviä hoitotyön erityispiirteitä |
| 15.00–15.15 | Illtapäiväkahvi |
| 15.15–16.00 | Harjoituksia ja keskustelua potilastapausten valossa |
| 16.00–16.15 | Päivän päätös ja yhteenveto. |

Ohjelma on alustava, ja SuPerilla on oikeus muutoksiin. Luennoitsijoina toimivat ylilääkäri, LL Juha Hänninen ja sairaanhoitaja Miia Salonen Terhokodista.

Koulutukseen otetaan mukaan max 2 henkilöä/työnantaja. Paikkoja on rajoitettuihin ja ne täytetään ilmoittautumisjärjestyksessä. Koulutuspäivän hinta on 60 euroa. Sitovat ilmoittautumiset osoitteessa: <https://my.surveypal.com/SaattoKuopio>

Lisätietoja:

asiantuntija Soili Nevala,
soili.nevala@superliitto.fi
Puh. 09 2727 9157

sihteeri Raili Nurmi,
raili.nurmi@superliitto.fi
Puh. 09 2727 9172



Saattohoito- koulutus

19.10.2017

Saimaan ammattiopisto Sampo,
Pohjolankatu 10, 53100 Lappeenranta

- | | |
|-------------|--|
| 9.00–9.30 | Ilmoittautuminen ja aamukahvi |
| 9.30–10.15 | Lähihoitajan rooli saattohoidossa (hoitokulttuurin merkitys) |
| 10.15–11.30 | Ryhmätyöskentelyä lähihoitajan ammatti-identiteetistä ja toiminta-edellytyksistä erilaisissa hoitoyhteisöissä saattohoidossa (hoitopolun merkitys) |
| 11.30–12.15 | Kuolevan ihmisen ja hänen perheensä sekä läheistensä kohtaaminen |
| 12.15–13.15 | Lounas |
| 13.15–14.15 | Mitä oirehoidosta on hyvä tietää: käsittelyssä muun muassa kipu ja hengenahdistus |
| 14.15–15.00 | Kuolevan ihmisen hoitamiseen liittyviä hoitotyön erityispiirteitä |
| 15.00–15.15 | Illtapäiväkahvi |
| 15.15–16.00 | Harjoituksia ja keskustelua potilastapausten valossa |
| 16.00–16.15 | Päivän päätös ja yhteenveto. |

Ohjelma on alustava, ja SuPerilla on oikeus muutoksiin. Luennoitsijoina toimivat ylilääkäri, LL Juha Hänninen ja sairaanhoitaja Miia Salonen Terhokodista.

Koulutukseen otetaan mukaan max 2 henkilöä/työnantaja. Paikkoja on rajoitettuihin ja ne täytetään ilmoittautumisjärjestyksessä. Koulutuspäivän hinta on 60 euroa. Sitovat ilmoittautumiset osoitteessa: <https://my.surveypal.com/SaattoLPR>

Lisätietoja:

asiantuntija Soili Nevala,
soili.nevala@superliitto.fi
Puh. 09 2727 9157

sihteeri Raili Nurmi,
raili.nurmi@superliitto.fi
Puh. 09 2727 9172

VARMISTA, ETTÄ YHTEYSTIETOSI OVAT OIKEIN

Valvomme SuPerissa etujasi. Jotta voisimme auttaa Sinua jatkossakin mahdollisimman hyvin, julkaisemme tänä vuonna uuden sähköisen jäsenpalvelujärjestelmän. Varmista, että Sinulla on SuPerin jäsenrekisteritiedoissa käytössä oleva henkilökohtainen sähköpostiosoite ja matkapuhelinnumero. Niillä pääset kirjautumaan uuteen järjestelmäämme, ja varmistat tiedon sekä avun saannin — kaiken sote-myllerryksen keskelläkin.

KIRJAUDU SIVULLA www.superliitto.fi tietoihisi.

KIRJAUDU JÄSENSIVUILLE 

Sisäänkirjautuminen

Käyttäjätunnus

Salasana

KÄYTTÄJÄTUNNUS ON jäsennumerosi, joka löytyy esimerkiksi jäsenkortistasi. Salasanasi on se, mikä olet valinnut palveluun ensimmäistä kertaa kirjautuessasi. Jos et ole koskaan kirjautunut, salasanasi on henkilötunnuksesi, jonka jälkeen järjestelmä pyytää vaihtamaan salasanan. *Jos olet unohtanut salasanasi, klikkaa tästä* -painikkeesta saat tarvittaessa uuden sa-

lasan. Kun olet kirjautunut, klikkaa *Lisää/korjaa sähköpostiosoitteesi* ja sen alta *Päivitä*.

 Päivitä tietojasi »  **Omat tiedot** 

Päivitä yhteystietojasi

VOIT ILMOITTA SÄHKÖPOSTISI myös verkkolomakkeella: Jäsenyys> Jäsentietojen päivitys tai sähköpostilla: jasenrekisteri@superliitto.fi



Suosittele SUPERIA

...ja mainitse samalla mainiosta Jäsenedut.fi -palvelusta. SuPerin jäsenet saavat alennusta 150 huippuhyvästä palvelusta rekisteröitymällä osoitteessa: www.jasenedut.fi.

www.jasenedut.fi – etuja lähes joka lähtöön!

KATSO OHJEET SUOSITTELUUN:

www.superliitto.fi > Jäsenyys
Suosittele SuPeria 2017
tai skanna koodi.



 #supertekkehyyvaa
#suosittelesuperia



SUPER-
ammattilainen
tekee
hyvää!

Uusi varsinainen jäsen saa tervetuliaislahjaksi monitoimikaulanauhan sekä arvokkaan ammattimerkin.

KUULUMISIA

Lue, mitä superilaisille sattuu ja tapahtuu
Koonnut Marjo Sajantola



JUSSI SALO

Varsinais-Suomen ammattiosastot olivat 24. toukokuuta keväisellä piknik-risteilyllä edunvalvonnan merkeissä. Aiheena oli, kuinkas muuten, tuleva sote-muutos ja miten siihen pitää edunvalvonnan maakunnassa varautua.

Alustajina olivat SuPerin kehittämisjohtaja Jussi Salo, varapuheenjohtaja Jaana Dalén ja Tyksin ao 607:n puheenjohtaja Mika Rönnholm. Mukana oli mahtava joukko ammattiosastojen aktiiveja ja alueen osastot olivat lähes sataprosenttisesti edustettuina. Asiosta käytiin vilkasta keskustelua. Tapaamme säännöllisesti aktiivien kesken ja tahti varmasti vielä tiivistyy muutoksen edetessä. Kotimatalla oli ohjelmassa aurinkoisia ja rentoa yhdessäoloa buffetista ja SuPer-seurasta nauttien.

JAANA DALEN

Lahden ao 403:n jäsenretki 24.–27. toukokuussa Berliinissä oli mahtava ja viihdyimme loistavasti. Kiitokset kaikille matkalle osallistuneille! Kuvasta puuttuvat kuvaajat Sari Leinonen ja Marjut Hakala.



Nawa Bhattarai on vuoden kysiläinen

KYSin työntekijät äänestivät perushoitaja Nawa Bhattarain vuoden kysiläiseksi 18. toukokuuta, jolloin vietetään KYS-päivää. Puheenjohtaja Arja Korhonen ja pääluottamusmies Kaija Rätty veivät hänelle KYS:n ammattiosaston onnittelut 5. kesäkuuta. Nawa oli aidosti ja iloisesti yllättyneenä muistamisesta. Hän kertoi, että kaikki saivat hänet ajattelemaan, että hän on tehnyt jotakin oikein ja hyvää, koska häntä näin muistetaan. Hän kertoi myös olevansa tyytyväinen ammattiosaston myötävaikutukseen vakituisen työpaikan saamiseksi.

KAIJA RÄTTY

Sisäilmaongelmia?

Kansanedustajien sisäilma-ryhmä kokoaa ihmisten käytännön kokemuksia sisäilmaongelmista ja sisäilma-ongelmista sairastumisista. Jos haluat kertoa oman tarinasi, sähköpostiosoite on sisailma.tarinat@gmail.com

Kiitos

Sain yllätyspostia SuPerista. Vielä eläkeläisiäkin muistetaan liitosta, näin lämpimästi. Lämmitti sydäntä ja jatkossa sormia. Suuret kiitokset tuosta muistamisesta. Kun on aihetta kiittää, kiitetään. Hyvää kesää SuPerilaisille.

AUNE KIVI

Lue, mitä superilaisille sattuu ja tapahtuu
Koonnut Marjo Sajantola

Isokoskelonaaraalla tauon paikka



Risto Kauppinen kertoo, että Jyväskylän SuPer-illassa arvottu lahjakortti mahdollisti hänen valokuvausreissunsa Virolahdelle, missä tämä kuva on napattu. Siksi hän haluaa jakaa kuvan kaikkien superilaisien kanssa. Keski-Suomen keskussairaalaasta 40 vuotta kestäneestä apu- ja perushoitajan työstä ansaitulle eläkkeelle lähtenyt innokas luontokuvaaja onnistui päivän odottelun jälkeen ikuistamaan kamerallaan, kun isokoskelonaaras lähti hautomispuuhista ruokatauolle. Hän toteaa, että eläkkeellä on aikaa odotella täydellistä kuvaushetkeä.



Korpilahden ja Muuramen ao ratkoi mysteereitä Mysteeri-illassa 18. toukokuuta Jyväskylässä ja sen jälkeen tarjolla oli hyvää ruokaa Passion Foodissa.

TEIJA HITONEN

Kutsut

- **AHJ OPIJAKSO 80.** Valmistumistamme tulee joulukuussa kuluneeksi 30 vuotta. Tapaamme sen merkeissä perjantaina 11.8. klo 16.00 alkaen Hotelli Tornin kattoterassilla ja klo 18.00 ruokailu ravintola Astorissa. Ilmoittautumiset Maaritille 040 513 3673 tai Eijalle 0400 333 519.
- **AMMATTIOSASTOJEN 410, 413 JA 417** yhteinen Rhea-risteily 17.8. klo 18.30–22.00. Laiva lähtee klo 19.00. Risteilyllä mukavaa seuraa, kesäpöydän antimet ja marjapiirakkakahvit. Tarkempia ohjeita olet saanut oman ammattiosastosi ilmoituksesta. Ilmoittautu oman ammattiosastosi yhteyshenkilölle: Korpilahti-Muurame 410 jaana.tirkkonen@jkl.fi tai 040 531 8735, Jyväskylä 413 mirja.ojala@jkl.fi tai 044 533 1289, Palokka 417 tiina.toi-vari@gmail.com.
- **NOKIAN AO 629** ylimääräinen ammattiosaston kokous 21.8. klo 17.00 terveyskeskuksen neuvotteluhuoneessa, entisen työterveyden yläpuolella. Aiheena varapäälähtämismiehen valinta. Jos haluat asettautua ehdolle, ota yhteyttä puheenjohtajaan. Ilmoittautumiset viimeistään 10.8. super629@superliitto.fi tai Whatssappin kautta. Kahvitarjoilu. Tervetuloa!

Kuulumiset

Lähetä ammattiosaston kuulumiset osoitteeseen: super-lehti@superliitto.fi syyskuun lehteen 14.8. mennessä ja lokakuun lehteen 13.9. mennessä.

SuPer-lehden Facebook-tykkääjien kesken arvotut termosmikit saavat Anne Mäkinen, Tarja Rantanen ja Jaana Tikander.

LÄHIHOITAIA KÄHÖNEN



RISTIKKORATKAISU 6-7/2017

	PALA	RIPEIN
	IMARRE	ASLA
	PIET	KULTTI
	ENSI	ARMIAS
OKASET	SATO	O
LEMU	IITTI	OASIS
ASFALTTI	IHO	TUMMA
VÄITE	SITEN	RIAS
I	KIEL	ESIOPIT
OSAKAS	ESTIN	O
LILY	MATO	LISTAT
KNALLI	KIOTO	K
A	NÄITÄ	OSTIITIT
TAATA	ÄSSÄ	ATOMI
J	TINA	TAATI
KUKKAKETO	LAVAT	
UREA	OTTO	NIVOJA
VIATON	UNTO	ALAT
ATTE	INUA	TITATA

R P Y I J E S A M N

Kesä-heinäkuun ristikkokisan voitti
Maiski Aitta Espoosta.
Lämpimät onnitellut!

Kuka saa jäädä?

Porilaisen Rakastajat-teatterin näytelmä Karkotetut on paikallisuuden ja maahanmuuton ytimessä. Se kertoo ihmisistä, jotka joutuvat karkotetuiksi sekä heistä, virkamiehistä ja poliiseista, jotka päätöksiä tekevät ja toteuttavat.

Ihmiskohtalot koskettavat katsojaa liikutukseen asti, mutta tiukan tutkiskelun alle, näytelmän teemaksi, nousee jäykkä ja järjetön järjestelmä, joka raskaiden rattaiden tavoin pyörii eteenpäin ja unohtaa inhimillisyyden. Ihmiset palautetaan lähtömaahan, josta he todennäköisesti joutuvat taas kohta lähtemään uudelleen. Maahan luvattomasti jäävät paperittomat päätyvät piileskelemään, eivätkä pääse osallisiksi yhteiskuntaan ja työelämään, vaikka haluaisivat.

Karkotettujen aihe on vakava ja raskas, mutta näytelmän ote on kevyt ja humoristinen. Osa näytelmän teksteistä pohjautuu aitoihin haastatteluaineistoihin. Näytelmän on käsikirjoittanut ja ohjannut

Elisa Izarra. Rooleissa nähdään Tomi Alatalo, Miia Lindström, Angelika Meusel ja Ulla Raitio.

Karkotetut on osa Tampereen Teatterikesän ohjelmistoa. Tapahtuman esitykset nostavat tänä vuonna esiin yhteiskuntamme sivulliset. Mo-

net Teatterikesän näytelmät pohtivat yhteisöjen muodostumista ja siitä, keitä niihin kelpuutetaan mukaan ja ketkä sivuutetaan ja unohtetaan.

Karkotetut Tampereen Teatterikesässä 11.-12.8. 2017 sekä Porissa Rakastajat-teatterissa 15.-16.9.2017 ■



Kirjauutuudet

LOTTOVOITTAJIEN PÖYDÄSSÄ

LIKE 2017

TEKSTI KATARIINA VUORI JA KUVAT VESA RANTA



Perunoita ja ruoka-avusta saatu grillimakkarapaketti. Pakastepizzaa ja siskolta saatuja mustaherukoita. Perunasoselaatikka mielensterveysjärjestön ruoka-avusta. Näin syövät köyhyysrajan alapuolella elävä kuuden lapsen yksinhuoltaja, hometalon takia velkaantunut perheen-

äiti ja pienituloinen eläkeläinen. Tilastojen mukaan Suomessa on 800 000 köyhää ja jokaisella heistä on oma tarinansa.

Sanataideohjaaja, kirjailija Katariina Vuoren kirjoittama ja Sentenced-yhtyeen rumpalina tunnetuksi tullut Vesa Rannan valokuvaama teos avaa leipäjonojen arkea. Teoksessa limitty-

vät hienosti yksityisten ihmisten elämäntarinat ja rakenteelliset yhteiskunnalliset kysymykset kuten ruokahävikki, lapsiperheiden köyhyys ja kolmannen sektorin tekemä hyväntekeväisyystyö. Katariina Vuori on itse elänyt kahden lapsensa kanssa köyhänä vuosia ja laittaa rohkeasti oman persoonansa peliin. Kokemus tuo tietokirjan tekstiin syvyyttä ja inhimillistä lämpöä.

Leipäjonosta on helppo kääntää katse pois ja itselleen on mukava uskotella, että köyhyys on jonkun muun usein itse aiheutettu ongelma. Teoksen tarjoma tärkein oivallus on, että köyhyys on yhteiskunnallinen ongelma, joka koskettaa meitä kaikkia ja että se voi kohdata meistä jokaista. Sairastuminen, läheisen kuolema tai turvaverkon pettäminen ei kysy lupaa. Tämän kirjan lukemisen jälkeen maailmaa katsoo ehkä hiukan enemmän myötäeläen kuin ennen. ■

TÄRKEINTÄ ON HYVÄ HENKI



Satu Ala-Välkkilän, kuvassa oikealla, ja Riina Antilan mielestä heidän työpaikallaan Jalasjärvellä kehitysvammaisten asumisyksikössä on lämmin ilmapiiri. Satu haluaa antaa erityiskehut Riinalle hänen monipuolisesta osaamisestaan.

SATU RIINASTA:

Olen ollut lähes kaksikymmentä vuotta samassa työpaikassa ja Riinakin on ollut jo 14 vuotta. Yksikössämme asuu 16 kehitysvammaista ja lisäksi on kaksi vuorohoitoaikkaa.

Kehitysvammatyössä korostuu työntekijän oma persoonallisuus, ja Riina sopii työhön erinomaisesti. Hän on luotettava, ahkera, reilu, työstään innostunut ja valmis auttamaan aina muita. Riina ideoi jatkuvasti, millä tavalla asukkaiden hyvinvointia voisi lisätä ja työyhteisöä kehittää. Yhteistyö on hänelle luontevaa, ja hän arvostaa muiden tekemää työtä.

Työssämme on toki myös haasteita ja säästöpaineeet ovat arkea varmaan kaikilla työpaikoilla. Olemme päässeet eteenpäin keskustelemalla asioista avoimesti. Viime keväänä aloitettu työnohjaus tarjoaa kaikille mahdollisuuden kehittyä työssään.

Meillä on hyvä yhteishenki, ja työntekijät ovat sitoutuneet

työyhteisöön. Työkavereista ja asukkaista on tullut minulle läheisiä, välillä itketään ja välillä nauretaan. Kaikki tulevat toisilleen tutuiksi, kun vietämme paljon aikaa yhdessä.

RIINA SADUSTA:

Olemme olleet Sadun kanssa niin kauan samassa työpaikassa, että tuntee toisen tavat ja melkein tietää jopa toisen ajatukset. Puhumme työn lisäksi myös maailman menosta ja yksityisasi-oistakin. Vapaa-ajalla soittelemme toisillemme.

Satu luo töissä iloista, energistä ilmapiiriä. Hän on luotettava, huolellinen ja tekee työtä omalla itsenään. Hänen kanssaan pystyy näyttämään tunteensa ja puhumaan asioista. Satu ottaa aina muut huomioon ja tsemppaa muita.

Satu ilahduttaa muita musiikillisilla taidoillaan. Hän lauleskelee työn lomassa ja toisinaan soittaa kosketinsoittimia. Luottamusmiehenä hänellä on näkemystä moniin työelämän asioihin.

Asukkaista suurin osa on ikääntyviä kehitysvammaisia. Hoidollisuus työssä on lisääntynyt vuosien aikana, ja resurssit ovat välillä niukat. Työssä auttaa jaksamaan tiivis työporukamme ja hyvä yhteishenemme.

Olemme iältämme 20–60-vuotiaita ja luonteiltamme hyvinkin erilaisia. Toiset tuovat näkemyksensä vahvasti esiin, toiset ovat kärsivällisiä kuuntelijoita. Uskon, että erilaisuutemme on työyhteisömme yksi vahvuuksista. ■

► MINNA KEMPPAINEN, KAJAANI:

Palveluesimies Päivi Norppa on reilu ja luotettava esimies. Hän kannustaa ja tukee meitä työntekijöitä. Kaikki työntekijät olemme hänelle samanarvoisia. Päivi osallistuu myös hoitotyöhön. Päivin kanssa on helppo keskustella työhön liittyvistä asioista.

Tässä SuPer-lehden sarjassa kehuetaan ja kiitetään hyvää työtoveria. Kehu vaikka toista hoitajaa tai jotain muuta työyhteisösi jäsentä. Yllätä työkaverisi iloisesti ja kerro meille, miksi juuri sinun kollegasi on kiitoksen arvoinen? Lähetä kehut sähköpostilla super-lehti@superliitto.fi.

HUUHKAJA

Lämmin alkusyksyn ilta hämärtyy. Vanhan kuusikon humina vaimenee hiljalleen tyyntyvän tuulen myötä. Untuvapussi lämmittää mukavasti ja telttapaikan valintakin on onnistunut. Alla on mukava sammalmatto. Ajatukset lähtevät laukkaamaan omia teitään, niin kuin aina unen lähestyessä. Aivot ovat jo heittäneet vapaalle. Olen väpumassa uneen, kun yläpuoleltani kumahtaa jyrävä HUU-uu.

Euroopan suurimman pöllön, huuhkajan ääni on vaikuttava. Unenpöpperöiselle mielelle pelottavakin. Jopa useita kilometrejä kantava huhuilu onkin ollut koitua huuhkajan kohtaloksi Suomessa. Pelkän äänen kuulemisen on sanottu tietävän onnettomuutta. Vielä sata vuotta sitten linnusta maksettiin taporahaa. Yleisimmin huuhkajan kuulee keväällä soidinaikaan.

Huuhkaja on komea näky. Muhkeat korvatupsut ja kellanpunaisena hehkuvat silmät ovat varmasti jokaiselle tuttuja. Joskus huuhkaja sekoitetaan sarvipöllöön, mutta jopa 75-senttinen huuhkaja on kuitenkin kaksi kertaa sen kokoinen. Reilu puolitoistametrinen siipien kärkiväli tekee siitä myös lennossa upean ilmestyksen.

Vanhat havumetsät ja kalliorinteet ovat huuhkajan tyyppilisintä asuinalueita. Toki se nykyään saattaa pesiä ihmisasukuntienkin lähellä. Pesä on yleensä maassa kannon tai kiven suojassa tai kallionkielekkeellä. Myös tuuhea puu kelpaa sille katoksi. Emo hautoo 2–4 valkeaa munaa reilun kuukauden. Kieltämättä kuvitellun maahisen näköiset poikaset pysyttelevät pesässä tai sen lähistöllä jopa kaksikin kuukautta.

Huuhkajaemo hylkää herkästi pesänsä. Mikäli törmää retkilläsi hautovaan, tai siipirikkoa näyttelevään huuhkajaan, kannattaa paikka jättää rauhaan välittömästi.

Ravinnostaan se ei ole nirso. Matelijat, linnut ja pikkunisäkkäät, kuten jänikset, ovat sen perusravintoa. Saattaapa se napata ketun tai supikoirankin. Kaupunkien rotta- ja pulukannat ovat sille helppoa saalista.

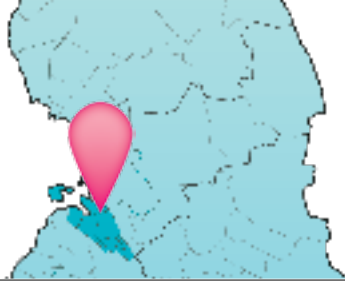
Raivokkaasti rähisevä varisparvi kuusikon yllä paljastaa toisinaan siellä päivälevolla olevan tupsukorvan. Varikset eivät voi sietää huuhkajaa.

Onneksi vanhoista, pelottavista uskomuksista on päästy eroon. Huuhkaja kuuluu ehdottomasti osaksi Suomen kaunista luontoa. ■



WWW.PIRTTIMAA.FI





SUPERIN AMMATTIOSASTOJEN PUHEENJOHTAJAT ERI PUOLILTA MAATA KOMMENTOIVAT LEHDEN AIHEITA.

SUORA TIE PUHEENJOHTAJAKSI

Onko hoitajana oleminen arvostettua työtä? ▶ s. 8

Tuntuu näiden kikyjen ja muiden kuritusten aikana, että päättäjät eivät arvosta. Hoitajat itse ja omaiset kyllä arvostavat.

Kuinka usein harrastat liikuntaa? ▶ s. 12

Muutamana päivänä viikossa. Pyrin pyörittämään töihin. Yhteen suuntaan on matkaa 16 kilometriä.

Olitko soveltuvuuskokeissa ennen alan opiskelujasi? ▶ s. 21

Kyllä meillä oli soveltuvuuskokeet. Yhteiskeskustelussa oli mukana kuusi tai seitsemän oppilasta. Psykologinen testi tehtiin kahden henkilön voimin. Näen testit erittäin tärkeänä alalla. Olen huomannut opiskelijanohjauksessa oppilaita, joilla ei ole soveltuvuutta alalle.

Mitä tärkeää lähihoitajakoulutuksesi jäi opettamatta? ▶ s. 22

Äkkiseltään sanoisin, että työehtosopimukset. Niistä olisi voinut opettaa edes perusasiat. Joillakin hoitajilla ei ole minkäänlaista tietoa oikeuksistaan.

Seuraatko SuPer-lehden ja liiton tapahtumia, tiedotteita ja uutisointia somessa? ▶ s. 35

Joka päivä tulee seurattua. Kommentoinkin jonkin verran.

Miten ammattiyhdistystoimintaan suhtaudutaan yritysmailmassa? ▶ s. 52

Hyvin vaihtelevasti. Itse olen saanut keskusteltua asioista ja vietyä omaa sanaa eteenpäin hyvin. Oma näkemykseni on, että kunta-alalla asiaan suhtaudutaan kielteisemmin.

Oletko luontoihmissä? ▶ s. 58

Liminkalainen Joni Harjuhahto valmistui lähihoitajaksi vuonna 2012. Ammattiosastonsa puheenjohtaja hänestä tuli tämän vuoden alussa. Aiemmin Metalliliitossa rivijäsenenä toiminut kokee ay-toiminnan luonnolliseksi osaksi superilaisuutta.

– Toimin luottamusmiehenä, kävin kokouksissa ja vähitellen kiinnostuin ay-asioista yhä enemmän. Nousin kesken kauden osaston hallitukseen ja melkein saman tien irtosi tämä puheenjohtajan pesti.

Harjuhahdon mukaan jokaisen ammattiosaston kannattaa puheenjohtajansa johdolla tehdä työtä näkyvyyden eteen.

– Itselle tämä fakta tuli nopeasti päin kasvoja. Jäsenten ja työnantajien pitää tietää, että me olemme olemassa ja tietää se, mitä me teemme.

Harjuhahdon työ on tuottanut tulosta, sillä nuoria on tullut mukaan toimintaan aivan osaston hallitusta myöten ja kunnistakin osataan ottaa yhteyttä ammattiosastoon.

Kun on iso hätä, ammattiosasto auttaa.

– Yhteen jäseniltään tuli heti runsaasti väkeä eräästä työyksiköstä, jossa oli henkilöstön vähennystarvetta, mutta ei tietoa yt-menettelystä eikä omaa luottamusmiestä. Puheenjohtajallekin eli minulle oli haasteellista pysyä kartalla ja selvittää, kuka asioita hoitaa tällaisissa tapauksissa.

Työpaikoilta kuuluu kuitenkin pääosin hyvää. Myös omaisilta tulee positiivista palautetta.

– Päättäjille voisin lähettää sellaisen viestin, että henkilöstöä voisi kuunnella enemmän. Sillä on ajantasainen tieto siitä, mitä työpaikoilla tapahtuu. Näitä hoitotyön asioita ei hahmota kovin helposti konttorin työpöydän takaa.

Lakeuden ammattiosastoon kuuluu vajaa 400 jäsentä Lumijoelta, Limingasta, Tyrnävältä, Kempeleestä ja Hailuodosta. ■



Joni Harjuhahto tekee kolmi-vuorotyötä yksityisessä palveluasumisyksikössä Kempeleessä.

Maastopyöräilen ja liikun luonnossa myös kolmen koiran kanssa, eli kyllä siellä tulee oltua aika paljon.

Viihdytkö työkaverien kanssa myös vapaa-ajalla? ▶ s. 73

Joidenkin kanssa pidän yhteyttä lähes päivittäin. Käydään vapailla keila-illoissa ja sellaista. Kun työpaikalla on hyvä henki, niin vapaa-ajallakin viihtyy yhdessä. Ei metallialalla näin kaveerattu.

JUKKA JÄRVELÄ

SUPERIN TOIMISTO

Ratamestarinkatu 12

00520 Helsinki

Puhelinvaihte 09 2727 910, telefax 09 2727 9120

- puheenjohtaja Silja Paavola p. 09 2727 9121
- puheenjohtajan sihteeri Sari Äikäs p. 09 2727 9122

YLEISHALLINTO

- toiminnanjohtaja Arja Niittynen p. 09 2727 9123
- järjestöpäällikkö Tiina Pendolin p. 09 2727 9297
- järjestöasiantuntija Paula Soivio p. 09 2727 9156
- järjestöasiantuntija Lauri Kämäri p. 09 2727 9184
- järjestöasiantuntija Anne Kisonen p. 09 2727 9189
- opiskelija-asiames Tanja Oksanen p. 09 2727 9192
- opiskelija-asiames Heli Saarinen p. 09 2727 9150
- opiskelija-asiames Tico Svart p. 09 2727 9205
- koulutuskoordinaattori Marianne Ronkainen p. 09 2727 9124
- sihteeri Saila Uusikangas p. 09 2727 9198

VIESTINTÄ

- esimies toiminnanjohtaja Arja Niittynen p. 09 2727 9123
- sihteeri Katriina Alfa p. 09 2727 9298

SUPER-LEHTI:

- päätoimittaja Leena Lindroos p. 09 2727 9174
- taiteva toimittaja Jukka Järvelä p. 09 2727 9178
- toimittaja Sonja Kähkönen p. 09 2727 9175
- toimittaja Minna Lyhty p. 09 2727 9176
- toimittaja Marjo Sajantola p. 09 2727 9173
- super-lehti@superliitto.fi

TIEDOTUS:

- tiedotuspäällikkö Sari Tirronen p. 09 2727 9162
- tiedottaja Sari Järvinen p. 09 2727 9138
- visuaalinen suunnittelija Antti Oksanen p. 09 2727 9137
- mediakouluttaja Timo Väkimies p. 09 2727 9141
- superviestinta@superliitto.fi

KEHITTÄMISYKSIKKÖ

- palveleva sähköposti: kera@superliitto.fi
- kehittämisjohtaja Jussi Salo p. 09 2727 9292
- ammattiasianpäällikkö Kristina Lamberg p. 09 2727 9148
- sakkunnig/asiantuntija Sara Simberg p. 09 2727 9197
- asiantuntija Sari Erkkilä p. 09 2727 9152
- asiantuntija Leena Kaasinen p. 09 2727 9151
- asiantuntija Soili Nevala p. 09 2727 9157
- asiantuntija Elina Ottela p. 09 2727 9154
- asiantuntija Johanna Pérez p. 09 2727 9115
- asiantuntija Elina Kiuru p. 09 2727 9194
- sihteeri Raili Nurmi p. 09 2727 9172
- sihteeri Sirpa Lahtiluoma p. 09 2727 9182
- e-posttjänst på svenska: svkera@superliitto.fi

TIETOHALLINTA

- toiminnanjohtaja Arja Niittynen p. 09 2727 9123
- it-päällikkö Sakari Hulkkonen p. 09 2727 9145
- järjestelmäasiantuntija Irja Nevala p. 09 2727 9158
- mikrotukihenkilö Mira Valtonen p. 09 2727 9206
- sihteeri Katriina Alfa p. 09 2727 9298
- atk-tuki: atk-tuki@superliitto.fi

SOPIMUSEDUNVALVONTA

- edu@superliitto.fi
- puhelinpalvelu 09 2727 9160 ma-pe klo 9-13
- edunvalvontajohtaja Anne Sainila-Vaarno p. 09 2727 9167
- työympäristöasiantuntija Eija Kemppainen p. 09 2727 9131
- sopimusasiantuntija/tutkija Riina Kurkinen p. 09 2727 9168
- sopimusasiantuntija Anne Villman p. 09 2727 9196
- sopimusasiantuntija Teemu Hiilinen p. 09 2727 9201
- sopimusasiantuntija Heidi Suntinen p. 09 2727 9207
- sopimusasiantuntija Jarkko Koivisto p. 09 2727 9139
- edunvalvontasihteeri Sari Kaartoaho p. 09 2727 9179
- lakimies Karoliina Huuskonen p. 09 2727 9188
- lakimies Merja Hyvärinen p. 09 2727 9166
- lakimies Juho Kasanen p. 09 2727 9161
- lakimies Sanna Rantala p. 09 2727 9190
- lakimies Riitta Saarikoski p. 09 2727 9114
- koulutuskoordinaattori Tarja Sundqvist p. 09 2727 9164
- sihteeri Sirpa Lahtiluoma p. 09 2727 9182

YKSITYISSEKTORI:

- puhelinpalvelu 09 2727 9171 ma-pe klo 9-13
- neuvottelupäällikkö Pia Zaerens p. 09 2727 9163
- sopimusasiantuntija Marketta Vuorinen p. 09 2727 9116
- lakimies Mari Leisti p. 09 2727 9133
- lakimies Sini Siikström p. 09 2727 9136
- lakimies Pasi Havio p. 09 2727 9132
- järjestöasiantuntija Tiina Eteläaho p. 09 2727 9134
- järjestöasiantuntija Anne Meriläinen p. 09 2727 9113

TALOUS- JA HENKILÖSTÖHALLINTO

- talous- ja henkilöstöjohtaja Anne Panttila p. 09 2727 9127
- henkilöstösihteeri Heli Utter p. 09 2727 9130
- henkilöstösuunnittelija Kirsi Kauppinen p. 09 2727 9126
- kiinteistökoordinaattori Kaarina Laintila p. 09 2727 9118
- laskentasihteeri Liisa Pääkkönen 09 2727 9181
- laskentasihteeri Ville Herttuainen p. 09 2727 9187
- laskentasihteeri Jaana Niittynen p. 09 2727 9185
- taloussihteeri Maria Hietala p. 09 2727 9129
- toimistopalvelusihteeri Mari Alakärki p. 2727 910
- toimistoapulainen Olli Hytönen p. 09 2727 910

JÄSENYYSASIA

- puhelinpalvelu 09 2727 9140 ma-pe klo 9-13
- telefax 09 2727 9155
- palveleva sähköposti: jassenrekisteri@superliitto.fi
- postiosoite: PL 112 00521 Helsinki
- johtaja Anne Panttila p. 09 2727 9127
- jäsenyksikön päällikkö Sari Kainulainen p. 09 2727 9149
- jäsensihteerit Päivi Askolin, Rita Brand, Miia Heikkonen, Noora Mikkonen, Piia Partanen, Alisa Rosti, Katja Sirkkiä, Leila Ulmanen ja Paula Wirén

SUPER TYÖTTÖMYYSKASSA

- postiosoite: PL 117, 00521 Helsinki
- käyntiosoite: Kellosilta 3
- internet: nettikassa.supertk.fi
- puhelinpalvelu: 09 2727 9377 ma-pe klo 9-13
- telefax 09 278 6531
- johtaja Stefan Högnabba 09 2727 9310



SUPER MYÖS INTERNETISSÄ: WWW.SUPERLIITTO.FI

Sähköpostit: etunimi.sukunimi@superliitto.fi

Semesterfunderingar

ORDFÖRANDE SILJA PAAVOLA

Jag är nu inne på den andra semesterveckan och så bra har semestern börjat att jag höll på att glömma bort att skriva kolumnen. Som tur påminde jag av tidningens chefredaktör!

Semestern är ju en underbar tid genom att man då får leva ganska fri från tidtabeller. Försommaren var mycket hektisk, det var sote och en hel del annat, även om inga slutliga beslut egentligen har fattats om någonting. Under Finlandsarenan i Björneborg stod intressanta medlems- och arenagästträffar på programmet. Arbetet under sommaren avviker mycket från det övriga året, när man får träffa människor inom olika branscher och diskutera många olika slags frågor. Det berikar tankevärlden. Mellan diskussionerna passade jag också på att lyssna på ärkebiskop Kari Mäkinen. Han talade om hur det inte får finnas överskottsmänniskor i ett land av välfärd och överflöd, alltså sådana som samhället inte sätter värde på. Det här är bekant för många superiter som vårddar åldringar. Det finns inte tillräckligt med arbetstagare för att uppnå en god vård. Samma tema tas också upp i vår egen panel Kunkku vai kääkkä? Även om inga löften gavs i den diskussionen, läget bara konstaterades. Kampen om vårdardimensioneringen fortsätter alltså.

Hemvården har länge varit på tapeten. Någon har konstaterat att allt som görs för att förbättra verksamheten är

hemåt, en bra sak. Ett stort problem är att man inte får ta vikarier vid sjuk-skrivningar. SuPer gav priset La Carita till hemvården i Nordsjö, där man har genomfört innovationer bland annat i arbetstiderna. Denna arbetsplats har igen förekommit i tidningsrubrikerna – och finns också i det här numret av SuPertidningen – och många har kommenterat den i de sociala medierna. Det är sant att Nordsjömodellen inte passar för alla. En nio timmars arbetsdag skapar problem för exempelvis mammor till små barn, ifall inte daghemmet ligger alldeles intill arbetsplatsen. Det kan medföra problem om arbetsplatsen ligger långt borta. Om det ska lyckas beror på många faktorer, men prisbelöningen handlade om att allt som ökar tillfredsställelsen med arbetet är bara till godo.

Jag var på semesterresa med familjen i mitten av juli. Semestern var verkligen fin och allt bra, men ändå måste jag konstatera när jag kom hem: *borta bra men hemma bäst*, utan att vara patriot. Det är alltså bra att se och uppleva olika kulturer eller natur och ändå kunna konstatera att vår finska natur verkligen är vacker. Det är skönt när tidtabellerna håller, och ganska mycket bättre än annanstans. Jag har alltså vant mig vid vår kultur. Det ger mig själv ett nytt perspektiv, när jag funderar över hur mycket av våra medlemmar och arbetskamrater är sådana som flyttat hit från andra länder. Kulturerna har en myck-

et starkare inverkan på människornas liv än vad vi ofta tänker på.

Nu fortsätter semestern. Det finns ännu tid att njuta av allt som hör semestern till, naturen, lugnet och samvaron med kamraterna. ■

Hälsningar,

Silja



**NÅGON HAR KONSTATERAT ATT
ALLT SOM GÖRS FÖR ATT FÖRBÄTTRA
VERKSAMHETEN ÄR HEMÅT, EN BRA SAK.**

Ett kall betyder entusiasm

V i har länge undvikit att använda ordet kall i samband med vård- och omsorgsarbete. Det har ansetts urvattna yrkesmässigheten och de kunskaper som erhållits genom utbildning. När det gäller vårdare har ordet kall fått att låta gammalmodigt och förringande – och som om den som verkar i ett kall får sin belöning redan av själva arbetet, och ersättningen i pengar bara är något sekundärt. Ett kall innebär som begrepp ett arbete som en person upplever som det mest lämpliga för sig själv. När hen gör det är hen engagerad och upplever det som betydelsefullt. Det är dags att återge begreppet kall det värde det förtjänar och också se det som en grund för en konkurrenskraftig lön.

SuPer gjorde under våren en undersökning av medlemmarnas syn på de etiska värdena i sitt arbete med en enkät. Enligt de slutsatser som drogs av enkäten uppskattar närvårdarna sig själva som yrkespersoner, de är uppskattade i arbetslivet och verkar i ett kall. Närmare bestämt: nästan 80 procent av dem som svarade på enkäten upplever sig verka i ett kall. Lika mycket stöd får påståendet att representanter för andra yrkesgrupper sätter värde på superiterna som yrkespersoner. Och 88 procent säger sig vara bra i sitt yrke. Tre fjärdedelar, 75 procent, följer de etiska principerna i sitt arbete, och de som inte gör det konstaterar att det är omöjligt med den nuvarande personalmängden. Nästan alla, eller 95 procent, anser sig vara engagerade i sitt arbete och tycker att de har en hög arbetsmoral.

Av enkäten framgick också att de närvårdare som är i arbete anser att vem som helst inte passar i deras arbete. Det här konstaterar 97 procent av dem som svarade. Många är bekymrade över att personer som inte är lämpliga för vårdarbetet allt oftare söker sig till social- samt hälso- och sjukvårdsbranschen. SuPer har krävt att lämplighetstesten återinförs vid antagningen av studerande. Nu sker det i varje fall inte, utan undervisnings- och kulturministeriet drar upp riktlinjerna för lämplighet via lagstiftningen om olämplighet för studier, SORA. Lämplighetstesten tas upp till diskussion på nytt nästa år. ■



Ordförande Silja Paavola delade ut SuPerinfo i arbetsdräkt från 70-talet.

SuPer på Finlandsarenan

TEXT OCH BILD MARJO SAJANTOLA

SuPers medlemsutredning, ett miniskådespel som betonar professionalitet, seminariet Kunkku vai kääkkä? och förbundets eget mässbås erbjöd SuPerkunskap för en rekordpublik.

SuPer har varit med på Finlandsarenan nästan sedan begynnelsen och ordnat olika slags publikseminarier kring vårdbranschen. På medlemmarnas önskan började förbundet också sätta upp ett eget mässbås. Också detta år fanns det info om SuPer och superiternas arbete där. Medlemmar som anmälde sig själva fick en liten överraskningsgåva. I år besökte ett par hundra superiter evenemanget.

SuPer offentliggjorde under onsdagens torgkvart sin ugnsfärska utredning om närvårdarens roll i dagens Finland *Tärkeä ja arvostettu ammatissaan, lähihoitaja 100-vuotiaassa Suomessa*. Yrkesetiketen togs också upp i ett miniskådespel som framhäver utmaningarna i vårdarbetet. I föreställningen bevarade SuPers ordförande Silja Paavola som vårdare sitt professionella grepp om arbetet i en utmanande patientsituation. Publikens gav rungande applåder.

SuPer arrangerade i samarbete med Bayer och Centralförbundet för de gamlas väl och deras program Eloisa ikä (ung. Levande ålder) ett gemensamt seminarium där man diskuterade hur man får åldras i det hundraåriga Finland. Är den finländska senioren kung eller bara en skröplig gamling?

Tillsammans med ordförande Silja Paavola diskuterade Annika Saarikko, som bara ett par dagar tidigare tagit emot uppgiften som familje- och omsorgsminister. ■



VIKTIG OCH RESPEKTERAD I SITT YRKE

TEXT MARJO SAJANTOLA

Yrkesidentiteten och yrkesetiken hörnstenar
i närvårdarens arbete.

SuPer offentliggjorde i juli på Finlandsarenan förbundets enkätundersökning om närvårdarens roll *Tärkeä ja arvostettu ammatissaan – lähihoitaja 100-vuotiaassa Suomessa*. Svaren visar att yrkesidentiteten och yrkesetiken är hörnstenar i arbetet för närvårdarna, och dem håller man hårt på. De vårdare som arbetar enligt branschens värden och etiska principer upplevs som pålitliga.

Av dem som öppnade meddelandet svarade 80 procent på SuPers elektroniska enkät. Det här betyder enligt SuPers expert Soili Nevala att många närvårdare vill föra fram sin egen yrkeskunskap och sina tankar om arbetet.

– I svaren framhävs att de upplever sig vara kunniga och professionella och att de verkar i ett kall. Av det får de också krafter.

Undersökningen visade också på vikten av en god yrkesetik och arbetsmoral, eftersom yrkesetiken är något centralt i närvårdarens arbete. Över 75

procent av dem som svarade uppger att de i sitt arbete följer de etiska principerna. Å andra sidan lyckas man inte alltid följa yrkesetiken helt, eftersom man inte kan utföra arbetet så väl som man har förmåga till. Arbetsmoralen framhävs i synnerhet när man arbetar ensam och med sårbara klienter. Av de svarande upplevde 95 procent att de har en hög arbetsmoral.

Superiterna har alltid satt värde på sin utbildning, men enligt enkäten anser nu endast var femte att närvårdarutbildningen är högklassig. Det här beror enligt Nevala på att inträdes- och lämplighetsproven har avlägsnats och man har gallrat i undervisningen.

MEDIERNA FÖRVIRRAR

Över hälften upplever sig vara kunniga i sitt yrke och en tredjedel skickliga. Bara något över tre procent beskriver sig som verkliga experter inom sin bransch. De äldsta och de som varit längst i ar-

bete upplevde sig emellertid inte som experter. Soili Nevala gissar att det här beror på att datateknikens utbredning och andra snabba förändringar har fört med sig en känsla av att man inte längre hänger med i utvecklingen. Å andra sidan, om man inte får den fortbildning man behöver hålls man inte heller med i strömmen av ny kunskap inom branschen.

Superiterna känner sig viktiga på sin arbetsplats. De upplever att kollegerna, chefen och klienterna uppskattar dem och deras yrkeskunskap. Tacket från en kollega är det bästa av allt, och uppskattningen från klienterna stärker arbetstagarens upplevelse av sin egen betydelse på arbetsplatsen.

Även om de som svarade upplever sig vara uppskattade anser hälften att närvårdarens yrke inte längre uppskattas i samhället. Nevala tror att orsaken ligger i den förvirring som medierna allt emellanåt skapar i offentligheten. Närvårdaryrket intresserar medierna eftersom det spelar en så stor roll i samhället. En enskild närvårdare agerande i korselden mellan etik och ekonomi hamnar lätt i rubrikerna.

PESSIMISTISKA UNGA

Det är bekymmersamt att de yngsta ser mer pessimistiskt på många saker än de som har varit länge i arbetslivet. Endast en tredjedel av dem som är under 40 är beredda att fortsätta inom branschen med säkerhet eller ganska säkert. Arbetsgivarna bör satsa på att de välutbildade unga. ■



INGIMAGE



UTREDNINGEN PÅ FINSKA FINNS HÄR

TIMEOUT FÖR LAGFÖRSLAGET

TEXT MARJO SAJANTOLA

Regeringens proposition om förslag till lag om kundens valfrihet i fråga om social- och hälsovårdstjänster föll i behandlingen i grundlagsutskottet. Det är meningen att ge ett korrigerat förslag till riksdagen i mars nästa år.

Riksdagens grundlagsutskott konstaterade i sitt utlåtande om regeringens lagförslag att förslaget kan godkännas i vanlig lagstiftningsordning endast om utskottets konstitutionella anmärkningar om 1) att stryka bolagiseringskyldigheten i fråga om social- och hälsovårdstjänster, 2) landskapens rätt att själva producera social- och hälsovårdstjänster, 3) att ge en offentlig förvaltningsuppgift till en enskild, 4) ikraftträdande- och övergångsbestämmelserna samt 5) lagenligheten i landskapens uppgifter beaktas på behörigt sätt.

Social- och hälsovårdsministeriet tillsatte en tjänstemannagrupp för att bereda det nya förslaget till valfrihetslag. Beredningsgruppens ordförande är överdirektören för social- och hälsovårdsministeriet Kirsi Varhila, som i fortsättningen svarar för beredningen av valfrihetsmodellen. Dessutom görs en ny konsekvensbedömning i samarbete med Institutet för hälsa och välfärd.

Beredningsgruppens förslag till regeringsproposition skickas för utlåtande i november. Efter remissbehandlingen ska regeringspropositionen ges till riksdagen i början av mars 2018. Landskaps- samt social- och hälsovårdsreformen är avsedd att träda i kraft den 1 januari 2020. Landskapsval ordnas i oktober 2018.

BOLAGISERINGSTVÅNGET STRÖKS

SuPers utvecklingsdirektör Jussi Salo påminner om att vårdreformen berör sammanlagt tvåhundra tusen arbetsta-



gare, av vilka största delen arbetar inom social-, hälso- och sjukvården.

– Att valfrihetslagstiftningen måste ses över på nytt och i synnerhet att bolagiseringskyldigheten föll är det bästa budskapet till arbetstagarna för närvarande. Det innebär att den offentliga sektorn kommer att ha en mycket viktig roll som tjänsteproducent också i fortsättningen.

Salo konstaterar att lagberedningen fick en nödvändig respit. Dessutom försvann SuPers största bekymmer om medlemmarnas framtid på arbetsmarknaden med bolagiseringstvånget.

För närvarande aspirerar de stora städerna på rätt att producera egna tjänster. Salo konstaterar att om de sex största beviljas produktionsrätt, så varför inte de sju största: var ska gränsen sist och slutligen dras? Han uppskat-

tade att det kan ske stora förändringar under hösten.

– Jag hoppas att man då ser att den offentliga sektorn kan vara en mycket stark producent av tjänster. SuPer har i vårdreformen hållit på en stark offentlig aktör som också har beskattningsrätt. Det här innebär en möjlighet att satsa mer på förebyggande arbete och tidigt ingripande, såsom hemvård, småbarnsfostran och mentalvårdstjänster. Det är förmånligare att satsa på dessa än på korrigerande tjänster.

ARBETET FORTSÄTTER

Salo tror att landskaps- och vårdreformen går igenom, men hur, det får vi allt se. Nästa riksdagsval ordnas i april 2019, och det blir uppenbart ett vård- och landskapsval.

För närvarande är många superiter med i ett flertal arbetsgrupper som utvecklar de kommande landskapsområdenas verksamhet. Salo berättar att SuPer har gett dem rådet att avhålla sig från att fatta förhastade beslut, eftersom inget är säkert. Ännu har ingen av lagarna godkänts i riksdagen. Under inga omständigheter ska man gå in för sådana lösningar eller beslut som det är svårt att återkalla.

– SuPer strävar fortfarande efter att med alla medel påverka reformerna och arbetar för att den nya lagstiftningen ska vara den bästa möjliga för medlemskåren, försäkrar Salo. ■



LÄS MER PÅ SIDORNA OM REGIONFÖRVALTNINGSREFORMEN