

SUPER

9/2017



*Valinnanvapaus-
lainsäädäntö*

VALMISTELLAAN
UDELLEEN

Tekoäly ei vie

TERVEYSALAN TÖITÄ

Hoitaja potilaana

KOKEMUKSIA PALJON,
TUTKIMUSTA VÄHÄN

*Hoitokoti Tuhkimo
tarjoaa*

PÄIHDEKUNTOUTUSTA
ERITYISESTI NAISILLE

*Huono
sisäilma*

*sairastuttaa
hoitajia*

AMANDA RENARD,
VASTUUOHJAAJA



24

Tekoäly toimii samojen arvojen varassa kuin sen luoneet ihmiset.



36

Potilaana oleva hoitaja oivaltaa työstään uusia asioita.



42

Niina Leiviskä ohjaa naisia löytämään itsensä.



56

Virve Ilves osaa nostaa oikein.

syyskuu

3 Pääkirjoitus 4 Ajankohtaista 5 Puheenjohtajalta 6 Työpaikoilla vakavia sisäilmaongelmia 8 Valinnanvapauslaki valmistellaan uudelleen 10 SuPerin syksyssä haasteita 11 Perhevapaa uudistusta kiirehdittävä 12 Syyskuun lyhyet 13 Näin vastattiin, Lehtikatsaus 14 Lähi- ja perusruokaa: Hirvikäristys **KANNESSA** 16 Amanda Renardin työpäivä 22 Kotihoidon työntekijät kovilla 24 Tekoäly ei vie hoitajien töitä 29 Ergonomiaan huomiota myös päiväkotityössä 30 Huono sisäilma sairastuttaa hoitajia 34 Sirkka-Liisa Kivelän kolumni 36 Kun hoitajasta tulee potilas 40 Opiskelijat maailmalla 42 Tuhkimo tarjoaa päihdekuntoutusta naisille 46 Hyvä hoitaja tulee hyvin juttuun 47 Palasia sieltä täältä 48 Meidän juttu: oma bussipysäkki 50 Lähihoitajakoulutus muuttuu 52 SuPerin edunvalvontakoulutus 54 Superristikko 55 Paras juttu 56 Virve Ilves, tosi vahva nainen 60 Jäsenyksikön palvelukortti 61 Hanna Jokisen pakina 62 Työttömyyskassa tiedottaa 69 Kuulumisia 72 Superkulttuuria 73 Anna kiitos kollegalle 74 Luonnossa 75 P.S. Suomussalmelta

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

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

VIERAILEVAT KIRJOITTAJAT

Elina Kujala, Antti Vanas

KANNEN KUVA

Amanda Renardin
kuvasi Elina Kujala

ULKOASU

Eyekraft Oy
Jukka Järvelä

PAINOS

95 800

ILMOITUKSET

Henriikka Hakkala 09 2727 9193

OSOITTEENMUUTOKSET

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

KIRJAPAINO

 punamusta
ISSN 0784-6975



4041-0619
Painotuote

HUONOA ILMAA

Loppuvuonna 2016 tehtiin superilaisille sähköpostikysely, jolla kartoitettiin jäsentemme työpaikkojen sisäilmaan liittyvää tilannetta. Kyselyyn vastasi 2200 jäsentä. Tulostulosten mukaan sisäympäristön ongelmat koskettavat jopa yli puolta vastanneista. Useimmat kokevat työpaikkansa ilmanvaihdon puutteelliseksi ja sisäilman tunkkaiseksi ja kuivaksi. Homeen hajun haistaa joka kolmas vastaaja ja viemärin hajun lähes yhtä moni. Tilanne saa aikaan sen, että superilaisilla esiintyy selvästi muuta väestöä enemmän väsymystä, päänsärkyä, lihas- ja nivelvaivoja ja toistuvia infektioita. Kun suomalaisista kahdeksan prosenttia potee astmaa, kyselyyn vastanneista astmasta kärsii 17 prosenttia.

Kyselyn vastaukset analysoinut työterveyshuollon ja ympäristölääketieteen professori Tuula Putus sanoo, että sisäilmaongelmat ovat hoitoalan yksiköissä vähintään yhtä yleisiä kuin kouluissa. Ainakin kolmanneksessa työpaikkarakennuksista on vakavia sisäilmaongelmia ja jopa 75 prosenttia rakennuksista on korjauksen tarpeessa. Toki korjauksia myös tehdään, mutta 40 prosenttia kyselyyn vastanneista ei ole huomannut niiden helpottaneen omaa tilannettaan.

Huono sisäilma sairastuttaa. Pitkään jatkuessaan mikrobeille altistuminen johtaa sairauden kroonistumiseen eikä töihin paluu onnistu aina edes saneerattuihin tiloihin. Ongelmana on, että oireilua ei osata diagnosoida ajoissa. Myös välinpitämättömyyttä ja oireiden väheksymistä esiintyy yleisesti. Hoitajien työpaikat ovat samalla asiakkaiden ja potilaiden hoitoon keskittyviä tiloja. Kaikkien osapuolten kannalta on lähtökohtaisen tärkeää olla rehellinen asiassa ja tehdä viivyttämättä tarvittavat toimet. Haastattelemamme asiantuntijat suosittelevat myös työpaikan vaihtoa mahdollisimman varhaisessa vaiheessa oireiden ilmaantumista – joskus se on ainoa tapa säilyttää oma työkyky. ■



leena.lindroos@superliitto.fi

Kalenteri

SYYSKUU

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

LOKAKUU

- 1.10. Kansainvälinen ikäihmisten päivä
- 2.10. Kansainvälinen väkivallattomuuden päivä
- 6.10. Varhaiskasvatus-messut, Helsinki
- 10.10. Maailman mielenterveyspäivä, WHO

KOULUTUKSET

- 6.9. Ajankohtaista tietoa diabeteksesta, diabeettisesta jalkahaa-
vasta ja eteisvärinästä, Vaasa,
SuPer
- 6.–7.9. Puheenjohtajien neuvottelu-
päivät, Helsinki, SuPer
- 14.9. Toimiva jäsenrekisteri,
Helsinki, SuPer
- 18.9. Ajankohtaista tietoa diabe-
teksesta, diabeettisesta jal-
kahaavasta ja eteisvärinästä,
Hämeenlinna, SuPer
- 29.9. Tehoa taloudenhoitoon,
Helsinki, SuPer
- 30.9.–
1.10. Sukella SuPeriin,
Lappeenranta,
SuPer



Kunta-alan pääsopijajärjestöt vaativat palkankorotuksia



Kunta-alan pääsopi-
jajärjestöt valmistau-
tavat syksyn palk-
kaneuvotteluihin ja
vaativat selviä pal-
kankorotuksia.

Julkinen sektori on jo kantanut kor-
tensa kekoon mittavilla säästötoimil-
la. Epäoikeudenmukaiset lomarahaleik-
kaukset painostettiin julkiselle sektoril-
le osana kilpailukykykysymystä. Kaik-
kien jo toteutettujen säästötoimien vai-
kutukset eivät vielä edes näy valtion ta-
loudessa.

Julkisen sektorin työntekijöiden an-
siofasoa ei saa jäädyttää eikä aliarvioida
työntekijöiden merkitystä taloudelle ja
hyvinvoinnille. Kotimaisen kysynnän
vahvistaminen on selkeä osa tärkeää
työllisyyden vahvistamista.

HYVINVOINNIN PERUSTA

Pääsopijajärjestöt KoHo, JUKO ja
Kunta-alan unioni muistuttavat tie-
dotteessaan, että koko yhteiskunnan
toiminnan sekä työllisyyden ja talou-
den vahvistamisen kannalta on välttä-
mätöntä, että julkisen sektorin työntekijöiden palkkoja ja muita palvelussuh-
teen ehtoja parannetaan. Yhtä sopimus-

kautta pidempi palkkaohjelma kaikille
sopimusaloille on käynnistettävä jo nyt
edessä olevalla sopimuskierröksellä.

Kilpailukykykysymys kohtelee julki-
sen sektorin työntekijöitä rankemmin
kuin niin sanottuja avoimen sektorin
työntekijöitä. Julkisten palveluiden ki-
ristäminen tai julkisen sektorin työntekijöiden päähän potkiminen eivät tuo
teollisuudelle lisää tilauksia tai työpaik-
koja. On tärkeää ymmärtää, että julki-
nen ja yksityinen tukevat toisiaan.

Julkisen sektorin työntekijät tuotta-
vat työllään hyvinvointipalveluja, jot-
ka tuottavat osaamista, takaavat yh-
teiskunnan perusrakenteet ja turvalli-
suuden. Hyvinvointipalvelut auttavat
myös vientialoja parantamaan tuloksel-
lisuutta ja bruttokansantuotetta.

Näillä kansalaisten maksamilla hy-
vinvointipalveluilla olemme saaneet
varhaiskasvatuksen, joka on esimerkik-
si mahdollistanut naisten ja yksinhuol-
tajien töihin menon. Hyvä koulutus on
antanut ammatin ja tuottanut asian-
tuntijoita eri aloille. Sosiaali- ja tervey-
denhuolto on mahdollistanut monil-
le ihmisille normaalin, mielekkään elä-
män pitkäaikaissairauksista huolimatta.
Laadukkaat julkiset palvelut tekevät
Suomesta hyvinvointiyhteiskunnan. ■

NYT ON AIKA

- ▶ Ammattiosaston hallituksen valmistella toimintasuunnitelma ja talousarvio vuodelle 2018 syyskokouksen hyväksyttäväksi.
- ▶ Ilmoittautua lasten parissa työskentelevien jäseniltoihin. Ajat ja paikkakunnat löytyvät tämän lehden sivulta 28.
- ▶ Valmistautua loppuvuoden työsuojeluvaleihin.
- ▶ Osallistua ammattiosaston syyskokoukseen.
- ▶ Täyttää talviajan loma-asuntohakemus ja Holiday Club -hakemus.
- ▶ Tarkastaa, onko jäsenmaksut maksettu tai peritty palkastasi.
- ▶ Ilmoittaa jäsenyksikköön tai tehdä muutokset verkon jäsensivuilla: työnantajan vaihtuminen, eläkkeelle jääminen, opiskelun aloittaminen, äitiysloma tai hoitovapaa.

Ammatillisen koulutuksen reformi haastaa meitä

Superilaiset ovat toisen asteen terveys- ja sosiaalialan sekä kasvatuksen ammattilaisia ja siksi koulutus uudistus koskee meitä voimakkaasti. Ammatillinen koulutus uudistetaan osaamisperusteiseksi ja asiakaslähtöiseksi kokonaisuudeksi. Myös työpaikoilla tapahtuvaa oppimista ja yksilöllisiä opintopolkuja lisätään. Samalla puretaan sääntelyä ja päällekkäisyyksiä. Näin lukee toimintasuunnitelmassa strategisen hallitusohjelman kärkihankkeiden ja reformien toimeenpanemiseksi.

On hienoa, että ajatellaan, että opiskelijalla on jo lähtökohtaisesti osaamista tulevasta alastaan. Mutta me tiedämme, että ammatti-ihmisen identiteetti rakentuu siitä, että hänellä on taitoa ja tietoa teoistaan ja niiden seuraamuksista. Moni on hyväsydäminen ja haluaa auttaa – mikä sinänsä on hyvä asia – mutta kun ihminen on hoidon, hoivan, kuntoutuksen, kasvatuksen ja ohjaamisen tarpeessa, hänellä on oikeus saada se ammatti-ihmiseltä.

Siksi koulutusreformin toimintasuunnitelma on haastava, etenkin työpaikkaohjaajille. Haastavaksi sen tekee se, että jokaisella opiskelijalla on oma, henkilökohtainen opetussuunnitelma. Aikuisopiskelijalla se saattaa olla aivan erilainen kuin nuorisooasteen opiskelijalla. Tähän oppija- ja opetusviidakkoon pitäisi sitten työpaikkaohjaajan kyetä vastaamaan samalla, kun tekee omaa työtään. Se on tiedossa, että superilaisten ammatillinen osaaminen on hyvää ja hienoa, mutta myös työ määrän tiedetään olevan tapissa. Mistä siis tähän työpaikkaohjaamiseen löytyy voimia ja aikaa?

Aika ja voimat löytyvät ammatti-identiteetistä ja siitä, että meidän tulee aina voida olla ylpeitä ammatilli-

sesta osaamisestamme. Koulutus on aina tie siihen osaamiseen, jota nykyään hoitotyössä tarvitaan. Kun työpaikalla on ohjattava opiskelija, on tähän tehtävään saatava aikaa aivan kuten muillakin aloilla ohjattaville ja ohjaajille annetaan. On tietysti päiviä, jolloin ei kaikki mene kuin Strömsössä, mutta kaikki päivät eivät saa olla niin kiireisiä, ettei ohjaamiseen jää kunnolla aikaa. Ohjaaminen ja opettaminen voivat olla myös palkitsevia ja molempia osapuolia voimaannuttavia. Opiskelijan tuoman uuden tiedon yhdistäminen konkarikollegan tietoihin vain jalostaa osaamista ja tuottaa molemmipuolista hyvää.

Työpaikkaohjaaminen jää harvoin yhden henkilön vastuulle. Siksi on tärkeää, että kaikki, jotka osallistuvat ohjaamiseen, ovat tietoisia mitä milläkin jaksolla on tarkoitus oppia. Tämä taas vaatii opiskelijalta aktiivisuutta, jotta hän heti jakson alussa tuo asian tiedoksi. Opiskelijalle annetaan myös paljon omaa vastuuta siitä, että opinnot sujuvat suunnitelman mukaan. Mutta kun opiskelijoiden ikähaitari on 15–60 vuotta, ovat valmiudet tähän hyvin erilaisia.

Superilaiset ovat osaavina ammatti-ihmisinä kulmakiviä hyvinvointipalveluissa. Juuri meidän superilaisten on pidettävä huoli siitä, että tulevien kollegoiden tulee voida saavuttaa samat perusammattitaidot kuin mitä itsellämme on. Totta on, että ammatissa oppii ja hoitokäytänteet ja toimintakulttuurit muuttuvat, mutta teoria pitää olla hallussa, työskentelee sitten millä osaamisalalla tahansa.

Vaikka välillä voi tuntua siltä, että koko ajan meiltä vaaditaan enemmän ohjaamisessa, meidän on silti pidettävä huoli, että meille jatkossakin tulee ohjattavia opiskelijoita. Me tarvitsem-

me heitä tulevana ammattilaisina, sillä työmäärä ei vähene millään osa-alueella. Tämän takia jokaisen on kyseltävä, miksi ei ole opiskelijoita, jos heitä ei näy.

Joku on joskus sanonut: ”Kaikki mikä kannattaa tehdä, kannattaa tehdä hyvin.” Tämä on aika hyvä ohje tässäkin asiassa. ■

Terveisin,

Silja



SuPerin kysely osoitti

Vakavia sisäilmaongelmia hoitoalan työpaikoilla

TEKSTI MINNA LYHTY

Superilaisilla esiintyy väsymystä, päänsärkyä, lihas- ja nivelvaivoja, astmaa ja toistuvia infektoita selvästi enemmän kuin muulla väestöllä. Jäsenet kertoivat SuPerin kyselyssä kärsivänsä monenlaisista huonon sisäilman aiheuttamista oireista.

SuPerin tekemään kyselyyn vastanneista 17 prosentilla on astma. Kaikista suomalaisista vain kahdeksalla prosentilla on sama diagnoosi. Superilaiset kärsivät muuta väestöä enemmän myös infektiosairauksista.

– Tarkastelin väestön infektiosairastavuutta väitöskirjassani, jonka mukaan poskiontelotulehduksia on neljällä prosentilla väestöstä vuosittain. SuPerin kyselyssä luku on viisinkertainen siihen verrattuna, sanoo Turun yliopiston työterveyshuollon ja ympäristölääkieteen professori Tuula Putus, joka on analysoinut SuPerin kyselyn vastaukset.

Putuksen mukaan sisäilmaongelmat ovat hoitoalan yksiköissä vähintään yhtä yleisiä kuin kouluissa. Hän sanoo, että ainakin kolmanneksessa rakennuksista on vakavia sisäilmaongelmia ja jopa 75 prosenttia rakennuksista on jonkinlaisen korjauksen tarpeessa.

Yli puolet kyselyyn osallistuneista kokee työpaikkansa ilmanvaihdon olevan puutteellinen. Tavallinen haitta on tunkkaisuus ja kuivalta tuntuva ilma. Monet raportoivat liian kylmää tai kuumasta huonelämpötilasta, vedosta, pölystä ja liasta. Joka kolmas oli haistanut homeen tai maakellarin haju. Lähes yhtä usea oli kärsinyt viemärin hajusta.

– Homeen haju on erittäin hyvä

ONKO SINUA HAITANNUT TYÖTILOISSASI JOKIN SEURAAVISTA TEKIJÖISTÄ VIIMEKSI KULUNEIDEN 12 KUUKAUDEN AIKANA?	
Haitta	Esiintynyt vähintään kerran viikossa
veto	41 %
liian korkea huonelämpötila	38 %
vaihteleva huonelämpötila	44 %
liian matala huonelämpötila	28 %
kuiva ilma	62 %
tunkkainen (huono) ilma	63 %
kostea ilma	20 %
riittämätön ilmanvaihto	59 %
homeen tai maakellarin haju	32 %
viemärin haju	29 %
muut epämiellyttävät hajut	43 %
tupakansavu	16 %
melu	47 %
heikko valaistus tai häikäisy, heijastukset	36 %
havaittava pöly tai lika	39 %
jokin muu	13 %

mittari altistumisesta. Jos työpaikalla on homeenhajua, oireilu on kaksi kertaa yleisempää kuin työpaikoilla, joissa havaintoa ei ole tehty.

16 prosenttia vastaajista kertoo vältäneensä oireiden tai epämiellyttävyyden vuoksi työskentelyä tai oleskelua tietyissä työtiloissa viimeisen vuoden aikana.

HOMETTA JA HAITALLISIA MIKROBEJA

Kyselyssä pyydettiin arvioimaan, mi-

ten pitkään on oman käsityksensä mukaan altistunut työuran aikana homeille tai muille kosteusvauriomikrobeille. 60 prosenttia vastaajista uskoo altistuksen kestäneen useita vuosia tai vähintään vuoden. Vain kymmenen prosenttia kokee, ettei ole altistunut lainkaan ja joka viides ei osaa arvioida altistumistaan.

Lähes 30 prosenttia vastanneista on havainnut omissa työtiloissaan kosteusvaurion merkkejä, kuten kosteusläh-

SISÄILMAKYSELY SUPERIN JÄSENIILLE

SuPerin sähköpostitse tehtyyn sisäilmakyselyyn vastasi 2205 jäsentä syksyllä 2016. Kysely osoittaa, että hoitoalan yksiköiden sisäilmaongelmat ovat vakavia. Kyselyyn vastanneista 41 prosenttia työskentelee vanhusten palvelutaloissa ja vanhainkodeissa, 14 prosenttia kotihoidossa, 12 prosenttia terveyskeskuksissa, 10 prosenttia päiväkodeissa ja seitsemän prosenttia sairaaloissa. 73 prosenttia vastaajista on kuntatyönantajan palveluksessa ja 22 prosenttia yksityissektorilla.

kiä, rakenteiden tummumista ja pinnoitteiden irtoamista.

Seitsemän prosenttia vastaajista on tehnyt havaintoja homekasvustosta omissa työtiloissaan. Hieman useampi on nähnyt homekasvustoa muissa tiloissa. Joka kymmenes kertoo, että hometta on ollut aikaisemmin, mutta vaurio on korjattu.

Joka neljännen vastaajan työpaikalla on tehty kosteusvauriokorjauksia. Kuusi prosenttia kertoo, että homevauriota on korjattu. Ilmanvaihtoa on parannettu joka viidennen työpaikalla. Myös muunlaista remonttia on tehty. Silti lähes 40 prosenttia kokee, ettei korjauksilla ollut vaikutusta omaan terveydentilaan. Vain viidellä prosentilla terveydentila on kohentunut.

– Korjaukset ovat usein vain paikallapukorjauksia, vaikka pitäisi tehdä iso remontti tai rakentaa kokonaan uusi rakennus. Korjattuun rakennukseen joudutaan tekemään lisäkorjauksia usein jo parin vuoden päästä, Tuula Putus kertoo.

OIREITA TYÖTILOISTA

Työpaikan sisäilmasta terveyshaittoja kertoo saaneensa yli 40 prosenttia vastaajista. Viihtyvyyshaittoista raportoi joka kolmas.

Terveyshaittoista yleisimpiä ovat nenän tukkoisuus, silmäoireet, nuha, yskä, kurkkukipu, äänen käheys ja iho-oireet. Väsymystä esiintyy 60 prosentilla vastanneista. Lisäksi tavallisia oireita ovat kivut selässä, lihaksissa ja nivelissä.

Pään tuntuminen raskaalta ja päänsärky ovat yleisiä oireita. Lisäksi vastaajat raportoivat muun muassa ärtyneisyydestä, keskittymisvaikeuksista, huumauksesta ja muistihäiriöistä. Neurologisilla oireilla havaittiin kohtalainen yhteys työaikaan.

– Jotkut sisäilmaoireista kärsivät hoitajat sanovat, että heillä on aivosumu. Kun lähtee aamulla töihin, tietää, kuka on ja mihin on menossa, mutta iltapäivällä asia ei ole yhtä selvä. Sisäilmaongelmat ovat vakava uhka hoitotyön laadulle, jos hoitajan keskittyminen menee työvuorosta selviytymiseen, Tuula Putus pohtii.

Joka toinen vastaajista kertoo tarvitsevänsä säännöllisesti jotain lääkitystä, mikä on enemmän kuin muulla väestöllä. Antibioottikuurin infektiin oli tarvinnut lähes puolet vastaajista viimeisen vuoden aikana. Putuksen mukaan näyttää siltä, että hoitajat ovat jälkeillä ja töissä lääkkeiden voimin.

Sisäilmaongelmien vuoksi työpistettä tai työpaikkaa on vaihtanut noin 13 prosenttia kyselyyn vastanneista. Terveystila parani merkittävästi vain 11 prosentilla. Suurin piirtein yhtä moni koki terveydentilansa kohentuneen jonkin verran. Useimpien vointi ei kohentunut. Työpaikan vaihtaminen ei auta, jos uudessakin paikassa on sisäilmaongelmia.

Noin joka kolmas kyselyyn vastanneesta kokee terveydentilansa alentuneen viimeisen vuoden aikana. Saman verran vastaajista ei usko jaksavansa nykyisessä ammatissa eläkeikään asti. Lähes 80 prosenttia on harkinnut työpaikan tai jopa ammatin vaihtamista. Kaksi prosenttia on jo siirtymässä muihin töihin.

Putuksen mukaan sisäilmaongelmat täytyy ottaa vakavasti.

– Hoitajille pitää taata parhaat mahdolliset olosuhteet, jotta he voivat käyttää asiantuntemustaan potilaan ja koko yhteiskunnan hyväksi. ■

LUE LISÄÄ SISÄILMA-ASIAA SIVULTA 30.

Perustoimeentulotuen saajien määrä suureni kesällä

Kelan maksamaa perustoimeentulotukea sai kesäkuussa 164 400 ja heinäkuussa 160 400 kotitaloutta. Tuen saajia oli kesäkuussa 10 000 enemmän kuin toukokuussa. Toimeentulotuen saajien määrä kasvaa kesäisin lähinnä siksi, että osa opiskelijoista joutuu turvautumaan toimeentulotukeen, kun he eivät saa kesällä opintotukea. Kela maksoi kesäkuukausina keskimäärin suurempaa perustoimeentulotukea kuin keväällä. Toukokuussa tukea maksettiin keskimäärin 457 euroa kotitaloutta kohti. Kesäkuussa keskimääräinen tuki oli 489 euroa ja heinäkuussa 478 euroa. Tuen määrän kasvoi, sillä aiempaa useammalla kotitaloudella ei ollut perustoimeentulotuen lisäksi lainkaan tuloja. Toukokuussa näitä kotitalouksia oli 8 prosenttia, kesäkuussa 12 prosenttia ja heinäkuussa 14 prosenttia.



Syöpäyhdistykset kieltäisivät tupakkasijoittamisen

Neljä pohjoismaista syöpäyhdistystä ovat yhdistäneet voimansa ja kehottavat eläkerahastoja lopettamaan asiakkaidensa rahojen sijoittamisen tupakkaosakkeisiin. Maailmanlaajuisesti tupakka tappaa vuosittain kuusi miljoonaa ihmistä. Suomessa tupakkaan kuolee vuosittain keskimäärin 5000 ihmistä. Tupakkateollisuus rikkoo ihmisoikeuksia ja suunnittelee tuotteensa niin, että ne aiheuttavat voimakasta riippuvuutta mahdollisimman nopeasti. Syöpäyhdistysten mukaan eläkerahastojen on katsottava peiliin ja kannettava yhteiskunnallinen vastuunsa. Norjassa useat eläkerahastot ovat luopuneet sijoituksistaan tupakkateollisuuden jo vuosia sitten.

SuPer oli mukana vaikuttamassa siihen, että

Valinnanvapauslaki valmistellaan uudelleen

TEKSTI JUKKA JÄRVELÄ

Superilaisten kannalta viime kesän isoin uutinen oli se, että sote-uudistus, valinnanvapauslaki ja maakuntaudistus eivät toteudukaan alkuperäisen suunnitelman mukaan.

Valinnanvapauslainsäädäntö valmistellaan uudelleen. Koko sote-uudistuksen alku siirtyy vuodella eteenpäin vuonna 2020 alkavaksi. Samassa hötäkässä maakuntavaalit on siirretty vuoden 2018 lokakuuhun.

SuPer vastusti vanhan ja nyt jo hylätyn valinnanvapausesityksen voimaantuloa. Liiton edustajien vierailut eduskunnassa vaikuttivat osaltaan siihen, että valtiovalta ottaa sote-asiat uuteen käsittelyyn. Perustuslakivaliokunta löi asialle lopullisen niitin, kun se piti pakko-yhtiöittämistä perustuslain vastaisena.

MONI ASIA VIELÄ AUKI

SuPerin edunvalvontajohtaja Anne Sainila-Vaarno on tyytyväinen siihen, että valinnanvapauslaki meni uuteen valmisteluun.

– Lakiesitys oli epämiellyttävä pala purtavaksi.

– Yhtiöittämisvelvoite olisi tarkoittanut sitä, että valtaosa toiminnoista, joissa kuntasektorin superilaisia on töissä, olisi yhtiöitetty. Liiton jäsenet olisivat siirtyneet yksityissektorin palvelukseen. Muutos olisi ollut valtava. Olemme tosi tyytyväisiä, että yhtiöittämis-



TÄRKEITÄ AJANKOHTIA

Alkuvuosi 2018. Hallitus antaa eduskunnalle uuden esityksen valinnanvapauslaiksi.

Kevät 2018. Maakunta-, sote- ja valinnanvapauslait käsitellään eduskunnassa yhtä aikaa.

Lokakuu 2018. Maakuntavaalit.

1.1.2020. Sote- ja maakunta-uudistus voimaan. Tällöin sosiaali- ja terveyspalvelujen järjestämisvastuu siirtyy maakunnille.

velvoite ei toteutunut maan hallituksen suunnittelemalla tavalla.

Koska valinnanvapausesitys otettiin uudelleen valmisteltavaksi, moni asia siirtyy ja viivästyy. Sainila-Vaarno lähettää terveiset kaikille superilaisille, etenkin neuvottelupöydissä istuville aktiiveille ja luottamusmiehille.

– Koska tietty epävarmuus tulevaisuutta jatkuu, nyt tarvitaan kärsivällisyyttä ja malttia, kunnes valtakunnalliset päätökset on tehty.

– Tässä vaiheessa tärkeintä olla tarkasti selvillä siitä, mitä suunnitelmia kunkin maakunnan osalta ollaan tekemässä. Superilaiset näkökulmat on tuotava esiin niissä työryhmissä, jotka maakunnissa kokoontuvat.

– Näitä työryhmiä on paljon, mutta kaikissa, joissa keskustellaan superilaisten työhön ja työehtoihin liittyvistä asioista, on oltava superilainen edustaja.

Koska jokaisessa maakunnassa on erilaisia työryhmiä, liitosta ei voida antaa kentälle yleispätevää toimintaohjetta, jota voitaisiin soveltaa jokaiselle superilaiselle neuvottelijalle eri puolilla Suomea.

NEUVOTTELUJÄRJESTELMÄ

Alkava syksy on todennäköisesti kiivas neuvottelupöydissä ja koko ay-rintamalla. Sote-kuvioiden mutkistuminen hankaloittaa myös tulevaa neuvottelujärjestelmää koskevia neuvotteluja.

– Meillä oli tarkoitus saada KT-kuntatyönantajan kanssa neuvoteltua lokakuuhun mennessä sopimus uu-

LUOTTAMUSMIESJÄRJESTELMÄ JA SOPIMUKSET

Vaikka sote-asiat ovat käymistilassa, SuPer jatkaa valmistautumista tulevaan neuvottelujärjestelmään yhdessä työnantajan ja muiden liittojen kanssa. Aikataulu näyttää venyvän pidemmälle kuin vuodenvaihteeseen, joka oli alun perin määränpää.

Keskeisiä neuvoteltavia asioita ovat ainakin:

- a) Mitä työ- ja virkaehtosopimusta tulevan maakuntatyönantajan kanssa sovelletaan?
- b) Minkälainen luottamusmiesjärjestelmä syntyy?
- c) Mitä muita kuntapuolen sopimuksia ja suosituksia maakunnissa noudatetaan?

Luottamusmiesjärjestelmän rakentuminen on tärkeä asia. Tämän tiimoilta on jo perustettu SuPerin oma työryhmä.

desta neuvottelujärjestelmästä tulevaa maakuntajärjestelmää silmällä pitäen. Kuntatyönantajia koskeva lakimuutos kuitenkin juuttui sote-lakien mukana eduskuntaan.

– Asiat elävät koko ajan, mutta tällä hetkellä Kuntatyönantajalla ei ole lakiin perustuvaa oikeutta sopia työ- ja virkaehtosopimuksia tulevien maakuntien puolesta. Toki suunnitelmia tulevasta voidaan silti tehdä, Sainila-Vaarno selvittää.

Valinnanvapauslakia on alettu valmistella virkamiestyönä uudestaan. Tästä laista on todennäköisesti tarkoitus antaa uusi hallituksen esitys lausunnoille marraskuussa, mutta aikataulu voi vielä muuttua.

Suunnitelmien mukaan hallitus antaa eduskunnalle uuden esityksen valinnanvapauslaiksi alkuvuonna 2018. Maakunta-, sote- ja valinnanvapauslait käsitellään eduskunnassa yhtä aikaa keväällä 2018. Tällöin lait voisivat tulla voimaan kesällä 2018.

Kun sote-uudistus seisoo ja asiat lyk-

kääntyvät, useat kunnat saattavat ryhtyä tekemään omia ratkaisujaan: ulkoistaminen lisääntyy ja etenkin pienempiin kuntiin voi tulla isojen sosiaali- ja terveysalan yritysten toimintaa. Syynä on se, että kunnat haluavat nyt turvata sote-palvelut lähelle. Kunnat pelkäävät, että maakunnallisten yksiköiden myötä lähipalvelut vähenevät.

NEUVOTTELUSYKSY

Syksyn neuvottelukierroksesta odotetaan tiukkaa. Nykyiset työehtosopimukset ovat voimassa tammikuun 2018 loppuun asti. Taloudellinen tilanne on kohentumassa, joten jäsenistö odottelee jonkinlaisia palkankorotuksia.

Liitto on lähestynyt ammattiosastoja tavoitekyselyllä. Sekä yksityisen että julkisen puolen superilaisilta osastoilta on kysytty sopimustavoitteista. Kun juuri tulleet vastaukset on saatu käsiteltyä, SuPer linjaa tavoitteensa syksyn palkkan neuvotteluihin. ■

Euroopan tuhkarokko-epidemia heijastuu myös Suomeen

THL:n tietoon tuli kesäkuun ja elokuun alkupäivien välisenä aikana 10 tuhkarokkotapausta Suomessa. Suomen tapaukset heijastelevat Euroopan huonontunutta tuhkarokkotilannetta. Euroopassa on vuoden 2017 aikana todettu yli 13 000 tuhkarokkotapausta, joista valtaosa Romaniassa ja Italiassa. Suomessa kuluneena kesänä todetut tartunnat on saatu ulkomailla tai ulkomailla matkaneesta henkilöstä. THL muistuttaa, että rokotussuoja kannattaa tarkistaa ennen matkustamista maahan, jossa tuhkarokkoa esiintyy.



Työuraeläkkeen haku alkoi elokuussa

Ennakkopäätöstä täysin uudesta eläkevaihtoehdosta, työuraeläkkeestä, on voinut hakea elokuun alusta alkaen. Eläke alkaa aikaisintaan 1.2.2018. Työuraeläkettä voivat saada 63-vuotiaat, jotka ovat tehneet vähintään 38 vuotta päätoimista raskasta ja kuluttavaa työtä ja joiden työkyky on pysyvästi heikentynyt. Työuraeläkkeeseen oikeuttavan raskaan ja kuluttavan työn tulee jatkua edelleen tai työn päättymisestä ei saa olla kulunut enempää kuin yksi vuosi.



LISÄTIETOA TYÖURAEKKEESTÄ
JA SEN HAKEMISESTA

**SUPERILAISET NÄKÖKULMAT ON TUOTAVA
ESIIN NIISSÄ TYÖRYHMISSÄ, JOTKA
MAAKUNNISSA KOKOONTUVAT.**

SuPer valmis haasteisiin

TEKSTI MARJO SAJANTOLA

Lähihoitajakoulutuksen laadun säilyttäminen, superilaisten työssäjaksaminen, sopimusneuvottelut sekä maakunta- ja sote-uudistuksiin valmistautuminen ovat SuPerin syksyn kärkitoimintaa muun edunvalvonnan ohessa.

SuPerin puheenjohtaja Silja Paavola toteaa, että syksy on täynnä haasteita, mutta SuPer on vahva liitto ja kykenee niihin vastaamaan. Lähes 90 000 superilaisen puheenjohtaja haluaa, että jokainen jäsen on mukana tässä työssä. Nyt on aika osallistua ammattiosaston kokouksiin ja muihin tilaisuuksiin sekä tukea työpaikkojen SuPer-aktiiveja heidän luottamustehtävissään.

– SuPeria arvostetaan asiantuntija-liittona, joka tuo rohkeasti esiin niin epäkohdat kuin keinot niiden poistamiseen ja ehkäisyyn. Liiton viestien painoarvoon vaikuttaa jäsenmäärän lisäksi myös liiton näkyvyys. Näkyvyyteen voi jokainen jäsen vaikuttaa osallistumalla ammattiosastojen ja liiton järjestämiin tempauksiin ja toritapahumiin.

LÄHIHOITAJAKOULUTUS LAADUKKAANA

Syksyn toiminnan ykkösasiaksi puheenjohtaja Paavola nostaa lähihoitajakoulutuksen säilyttämisen laadukkaana. SuPer kirjelmöi jo keväällä kansanedustajille ammatillisen koulutuksen reformin vaarantavan lähihoitajakoulutuksen tason. Liitto vaati, että opiskelijan soveltuvuus alalle on varmistettava, eikä osaamisvaatimuksista saa tinkiä.

Paavola muistuttaa, että valtaosa lähihoitajaopiskelijoista on alalle motivoituneita ja todella taitavia. Mutta kun 10 prosenttia opiskelijoista vie 90 prosenttia opettajan ajasta, se heikentää kaikkien opetusta. Soveltuvuuskokei-

den palauttaminen poistaisi tämän ongelman. Liitto jatkaa edelleen työtä tämän tavoitteen saavuttamiseksi.

– Oppilaitosten on huolehdittava siitä, että opiskelijoilla on työssäoppimiskansalle riittävä tieto-taitopohja etteivät työpaikkaohjaajat näänny työtaakansa alle. Myös työpaikoilla on oltava riittävät resurssit opiskelijoiden ohjaukseen. Opiskelijan on edistyessäänkin saatava olla opiskelija, eikä hänellä saa korvata puuttuvaa työvoimaa.

Paavola muistuttaa, että SuPer on osallistunut alusta asti lähihoitajakoulutuksen suunnitteluun ja kehittämiseen, eikä hyvää koulutusta pidä romuttaa lyhentämällä sitä säästösyistä.

– Nuorisoasteen koulutus ei voi missään nimessä lyhentyä, yleinen jatko-opintokelpoisuus on turvattava. Aikuisella voi olla tutkintoja sekä monia taitoja jo ennestään, mutta hänenkin on hallittava lähihoitajan ammatin vaatimat tiedot ja taidot.

Paavola painottaa, että jokaisessa työpaikassa on myös oma hoitokulttuurinsa ja työssä tarvitaan erilaisia taitoja, jotka opitaan työpaikkakoulutuksessa tai työtä tekemällä. Uusi työntekijä tarvitsee tukea työyhteisöltään.

SUPER VAIKUTAA PÄÄTTÄJIIN

Maan hallitus päätti jatkaa sote- ja maakuntauudistusta siten, että uudistus tulee voimaan 1.1.2020 alkaen. Perustuslakivaliokunnan toiveen mukaisesti maakunta-, sote- ja valinnanvapauslait käsitellään eduskunnassa yhtäaikaaisesti todennäköisesti maaliskuussa 2018.

– SuPer ajaa jäsenten etuja myös pyrkimällä vaikuttamaan päättäjiin kaikilla tasoilla. Sote-uudistus ei saa tarkoittaa sitä, että syrjäkylät tyhjenevät. Ihmisiä ei saa pakottaa myymään kotejaan ja muuttamaan työpaikan perään, Paavola sanoo.

Paavola jatkaa, ettei säästöjä synny

nykyisellä toiminnalla, jossa korjataan vain tuhoja, eikä ongelmien ennaltaehkäisyyn ole riittäviä resursseja.

– Esimerkiksi varhaiskasvatuksen kohdalla liitto on ottanut voimakkaasti kantaa lakiin ja mitoituksiin. Vaikka pääpaino on koulutuksessa, pieni lapsi tarvitsee syliä ja hoivaa. Siksi tarvitaan lähihoitajia.

SOPIMUSNEUVOTTELUT KÄYNNISTYVÄT

Kunta-alan pääsopijajärjestöt eli Kunta-alan koulutettu hoitohenkilöstö KoHo, johon SuPer kuuluu yhdessä Tehyn kanssa, sekä Kunta-alan Julkisan koulutettujen neuvottelujärjestö JUKO ja Kunta-alan Unioni ovat antaneet yhteisen tiedotteen julkisen sektorin työntekijöiden sopimustavoitteista. Nyt vaaditaan selkeitä palkankorotuksia.

Silja Paavola muistuttaa, että on tärkeää ymmärtää, että julkinen ja yksityinen tukevat toisiaan ja yksityisiäkin palveluita tarvitaan varmasti. Myös julkiset palvelut ovat tehokkaita, vaikuttavia ja taloudellisia.

– On väärin luoda mielikuvia julkisen sektorin tuottamattomuudesta. Julkiset palvelut ovat lakisääteisiä, eikä julkinen sektori voi valita asiakkaitaan tai tavoitella voittoa, vaan se palvelee kaikkia tasavertaisesti.

Tehtävien hoitamiseen tarvitaan Paavolan mukaan riittävästi osaavaa sekä motivoitunutta työvoimaa. Yksityis sektorilla ei lomarahalikkausta ollut, mutta palkkaus on heikompi kuin julkisella sektorilla, joten paineita palkankorotuksiin on.

– SuPer lähetti ammattiosastojen puheenjohtajille tavoitekyseilyn neuvottelujen pohjaksi. Tarvitsemme jäsenten mielipidettä siitä, mihin he ovat valmiina. Tälle ikuiselle yksisuuntaiselle työntekijöiden tekemälle joustolle on tultava stoppi. ■

Keskusjärjestöt vaativat perhevapaa uudistuksen pikaista aloittamista

Työmarkkinoiden keskusjärjestöt – EK, SAK, Akava ja STTK – esittivät, että maan hallitus käynnistää budjettiriihessä valmistelun perhevapaa järjestelmän uudistamiseksi. Valmistelu on toteutettava kolminkantaisesti yhteistyössä työmarkkinajärjestöjen kanssa.

Perhevapaa järjestelmä vaikuttaa työpaikkojen arkeen ja työehdoista sopimiseen. Kyse on työlainsäädännön sekä pääosin työperusteisen sosiaaliturvan uudistamisesta. Työnantajat ja työntekijät yhdessä rahoittavat sairausvakuutusmaksuillaan ansiosidonnaiset vanhempainrahat kokonaisuudessaan. Valtio kustantaa vain vähimmäismääräisenä maksettavat vanhempainpäivärahat.

Uudistuksen tavoitteena tulee olla perhevapaiden käyttämisen ja perhevastuun tasaisempi jakautuminen, naisten työmarkkina-aseman parantaminen, työllisyyden parantaminen sekä joustava työ- ja perhe-elämän yhteensovittaminen. Työ- ja perhe-elämän moninaiset tilanteet ja lisääntyvä tasa-arvo perhevapaiden käyttämisessä edellyttävät nykyistä joustavampia mahdollisuuksia käyttää perhevapaita. Uudistuksessa tulee huomioida erilaiset perhemuodot.

Tällä hetkellä naiset kantavat miehiä huomattavasti suuremman vastuun pienten lasten hoitamisesta. Miehet käyttävät vain 1–3 prosenttia niistä vanhempainvapaista, joita valinnaisesti joko isä tai äiti voi käyttää. Tämä osuus ei ole muuttunut yli kymmeneen vuoteen. Epäsuhta on heikentänyt naisten asemaa työmarkkinoilla jarruttamalla palkkatasa-arvon etenemistä ja vaikeuttamalla naisten työelämässä ja uralla etenemistä.

Työllisyysaste Suomessa on selkeästi alempi kuin muissa Pohjoismaissa. Hy-



vinvointipalvelujen ja tulonsiirtojen sekä työeläkkeiden rahoitus onnistuu kestäväällä tavalla vain, jos työllisyysaste on nykyistä selvästi korkeampi.

Edellä mainittuja tavoitteita tukevan perhevapaa uudistuksen valmistelussa tulee keskusjärjestöjen mukaan esittää muutoksia perhevapaisiin, vanhempainpäivärahoihin sekä kotihoidon tukeen.

Perhevapaa uudistuksen onnistumiseksi valmistelussa täytyy tarkastella myös varhaiskasvatusta, sen joustavoittamista, resurssien riittävyyttä sekä päivähoitomaksuja työllisyyden kasvua tukien.

Uudistus on järjestöjen mukaan toteutettava niin, että se tukee tavoitetta nostaa työllisyysastetta, mikä vahvistaisi valtion, kuntien ja sosiaalivakuutusrahastojen rahoituksellista kestävyyttä.

Uudistus edellyttää huolellista ja laajapohjaista valmistelua. Tavoite tulisi olla se, että työ valmistuu vuoden 2018 loppuun mennessä. ■

PAM moittii luottamus- miesjärjestelmän irtisanomista

Palvelualojen ammattiliitto PAMin hallitus on arvostellut S-ryhmän toimintaa. Osuuskaupparyhmään kuuluva Keski-Pohjanmaan Osuuskauppa on yksipuolisesti irtisanonut yrityksen luottamusmiesjärjestelmän. Yrityksen johto on ilmoittanut, ettei se neuvottele asiasta. PAM on vaatinut Kaupan liittoa vaikuttamaan yritykseen, että asia saadaan ratkaistua neuvottelemalla. S-ryhmä on lisäksi irtisanonut yksipuolisesti S-ryhmän esimiesten työehtosopimuksen.

Osasairauspäiväraha kannattaa työ- kyvyttömyyden alussa

Osasairauspäivärahan käyttö työkyvyttömyyden varhaisessa vaiheessa lisää vakiintunutta työhön paluuta ja työssä oloa kahden vuoden seuranta-aikana. Asia selvisi Työterveyslaitoksen, Kelan ja Eläketurvakeskuksen tutkimuksessa. Osasairauspäivärahaa käyttäneet jäivät seurannassa täydellä sairauslomalla olleita verrokkihenkilöitä harvemmin täydelle työkyvyttömyyseläkkeelle, mutta useammin osatyökyvyttömyyseläkkeelle. Tutkimus rajattiin kahteen työkyvyttömyyttä eniten aiheuttavaan sairausryhmään – tuki- ja liikuntaelinten sairauksiin ja mielenterveyden häiriöihin.



Vaihda liha pähkinöihin!

Jo pieni muutos ruokavaliossa lisää terveyttä. Ruokaremonttia ei siis ole pakko tehdä kertarysäyksellä vaan vähitellen vuosien varrella. Riski menehtyä pienenee jo esimerkiksi lihansyönnin vähentämisellä ja pähkinöiden syönnin lisäämisellä. Terveellinen ruokavalio liittyy pienempään riskiin menehtyä riippumatta siitä, millä menetelmällä terveellisyyttä arvioidaan. Kaikkein suurin vaikutus on täysjyväviljojen, hedelmien ja kasvien sekä kalan ja omega-3-rasvahappojen syönnillä.

DUODECIM

TIESITKÖ:

Liki kahdella miljoonalla suomalaisella on liikaa juova läheinen.

lääkäiden lapset ovat kielellisesti kyvykkäitä

lääkäreille äideille syntyvien lasten on ajateltu olevan muun muassa kielellisiltä kyvyiltään ja kognitiivisilta taidoiltaan heikommassa asemassa kuin nuorille äideille syntyvien lasten. Tuoreen brittitutkimuksen mukaan tilanne saattaa nykyään olla jopa päinvastoin. Tutkimustulosten mukaan 1950- ja 1970-luvuilla iäkkäiden äitien lapset pärjäsivät testeissä muita lapsia heikommin, 2000-luvulla yhteys oli vaihtunut toisensuuntaiseksi. Muutos johtuu pitkälti siitä, että iäkkäät äidit ovat nykyään hyvätuloisia ja koulutettuja eli sosiaalisesti ja taloudellisesti paremmassa asemassa kuin aiempina vuosikymmeninä. Suomessa ja muissa länsimaissa lasten tekoa lykätään nykyään selvästi myöhemmäksi kuin aikaisempina vuosikymmeninä. Suomessa ensisynnyttäjien keski-ikä on 29 vuotta ja joka viides synnyttäjä on yli 35-vuotias.

DUODECIM



ELOKUUN KYSYMYS OLI:

Harmittaako soten viivästyminen?

KYLLÄ
15%

- Työpaikoilla joudutaan elämään melkoisessa epävarmuudessa. Ei täytetä avoimia toimia jne.
- Tulee mietittyä, että mitä sieltä taas on tulossa.

EI
85%

- Parempi että valmistellaan kunnolla! Saisi kaatua koko sote, etenkin valinnanvapaus pelottaa!
- Hullun hommaa.
- Luotan, että saan tarvittaessa apua, jos sairastun.
- Liian paljon oli epäselvyyttä asioista. Hyvä kun vääryyksiin puututtiin.
- Siitä kun ei valmista tulekaan.
- Ihan riittävästi näitä "kokeillaan tikulla jäätä"-kokeiluja jo nähty tältä hallitukselta.
- Maltti on valttia isoja päätöksiä tehtäessä.
- Miksi harmittais? Keskeneräinen oli vielä!
- Se ei ollut läheskään loppuun asti mietitty, toivotuista säästöistä olisikin kertynyt monelle taholle enemmän tappioita kuin säästöjä.
- Tuoko mitään hyvää?
- Täysin keskeneräinen.
- Kaikki isot uudistukset saa asiat aina niin sekaisin, ettei mikään toimi piiiitkään aikaan.
- Kyllähän se ehtii vähän myöhemminkin.



SYYSKUUN KYSYMYS LÖYTYY SUPERIN NETTISIVUILTA KOHDASTA SUPERLEHTI, KISAT JA KYSELYT. KAIKKIEN SYYSKUUN 17. PÄIVÄÄN MENNESSÄ VASTANNEIDEN KESKEN ARVOTAAN SUPER-LEHDEN KÄTEVÄ AAMIAIS-TARJOTIN. ELOKUUN SEN VOITTI SANNA VÄRTÖ KUUKANIEMESTÄ. ONNITTELU!

MUUT LEHDET

// Tutkimusten mukaan esimerkiksi migreenipotilas joutuu turvautumaan terveydenhuollon palveluihin keskimäärin kuusi kertaa ennen kuin hän saa oikean diagnoosin."

VIESTINTÄTUTKIJAA
ULLA JÄRVI
LÄÄKÄRILEHTI 33/2017

// Pelolla myydään kaikkea kodinturvallisuudesta proteiinipatukoihin ja sotiin. Murtovarkaat ja "vieraat maahantunkeutajat" edustavat samaa pelon lajia."

PÄÄTOIMITTAJA
HEIKKI VALKAMA
IMAGE HEINÄ-ELOKUU/2017

30 VUOTTA SITTEN



Hoitohenkilöstö oli äärimmillen kuormittunut myös 30 vuotta sitten. Lehden artikkelin mukaan henkilökuntapula oli vakava, kun

työpaikoilta puuttui sekä vakinaisia työntekijöitä että sijaisia. Väsymisen ja uupumisen merkkejä oli ilmassa "liian paljon". Yksi syy heikkoon tilanteeseen oli yleinen työvoimapula, etenkin pääkaupunkiseudulla.

"Työntekijöillä ei voi loputtomasti vuosi toisensa jälkeen teetättää työtä enemmän kuin mitä he kohtuudella jaksavat."

PERUSHOITAJA 8/1987

Arkena maistuu

Hirvikäristys

TEKSTI JA KUVAT MINNA LYHTY

Kuusamolainen lähihoitaja Toini Oikarinen valmistaa riistasta maistuvat ateriat, vaikka hänestä itsestään ei ollut metsästäjäksi.

Toini Oikarisen kotona hirvikäristys on arki-ruokaa. Toinin isä harrastaa metsästystä, joten pakasteessa on aina riistaa. Toinikin päätti ker-
ran kokeilla, olisiko hänestä metsästäjäksi.

– Jänis istui paikallaan ja oli niin sievän näköinen, etten pystynyt ampumaan. Ex-mieheni oli vihainen ja sanoi, että Retu-koirakin loukkaantui tehtyään kovan työn ja sinä et sitten ammu.

Tämän jälkeen Toini on pysynyt keittiön puolella. Hänelä on pitkä kokemus hirvikäristyksen tekemisestä.

– Olin kahdeksan kautta töissä ravintolassa Rukalla. Tein käristyksiä porosta, karhusta ja villisistä. Turistit tilasivat karhua ja villisikaa, eläkeläiset pyysivät perinteisempää poronkäristystä.

Kokenut kokki tietää, että riistan kypsämisaikaan vaikuttaa eläimen ikä. Vanhan hirven liha on sitkeämpää kuin vasan liha. Kypsyys selviää vain maistamalla.

– Kerran äitini piti vanhaa metsoa yön yli uunissa, mutta sitä ei voinut syödä siltikään. Koira sai sen, mutta silläkin oli kova työ saada syöttyä se.

Toini saa yleensä monet ruoka-aineokset omalta kasvimaaltaan. Tänä kesänä hän laittoi kasvamaan perunoita, porkkanoita, palsternakkaa, varsiselleriä, persiljaa ja tilliä, mutta kasvu jäi huonoksi kylmien säiden vuoksi.

– Tökkään myös valkosipulia kasvamaan, koska sen haju karkottaa myyrät. Paitsi jos ne ovat hirveän nälkäisiä, ne tulevat hajusta huolimatta. Jollei kasvimaata aita tai ympäri-
röi värikkäällä nauhalla, porot tulevat maistelevaan naatteja.

Ravintolatyön lisäksi Toini on ehtinyt tehdä muitakin töitä. Nuorena hän opiskeli vaatealan tutkinnon. Ensimmäisen opiskeluvuoden hän kulki joka viikonloppu liftillä Kajaanin ja Kuusamon väliä. Niiltä reissulta on jäänyt monta hauskaa muistoa. Kerran Hurriganes otti hänet kyytiin, mutta Toini ei tunnistanut bändin jäseniä.

– Remu kysyi, että tykkääkö Hurriganesin musiikista. Sanoin, etten pidä, koska se on jotenkin sellaista räminää ja kuuntelen vain tanssimusiikkia. Samalla katselin Remua ja mietin, että onpa tutunnäköinen mies.

– Lopulta lamppu syttyi. Menin ihan punaiseksi, korvanlehtiäkin kuumotti. Kun miehet hoksasivat, että nyt tuolla tyttärellä välähti, kyllä he pitivät hauskaa. Remu tuumasi lopulta, ettei kaikki tykkää, mutta on meillä sellaisia rauhallisempiakin biisejä. Ehkä tykkäisit niistä. Vieläkin nolottaa, kun muistelen tätä.

Vaatetusala ei työllistänyt niin hyvin kuin Toini olisi toivonut, joten siksi hän hakeutui kaupan alalle. Innostuvana ihmisenä hän on suorittanut useita erilaisia kursseja ja koulutuksia erävaateompelukurssista myynnin ammattitutkintoon.

2000-luvun alussa Toini päätti kokeilla hoitotyötä ja pääsi työllistämistuella nykyiseen työpaikkaansa Kiviharjun palvelutaloon. Hän opiskeli ensin kotipalvelutyöntekijän ammattitutkinnon ja työskenteli useamman vuoden hoitoapulaisena. Lähihoitajatutkintokin kiinnostui, mutta Kiviharjussa oli jo oppisopimusopiskelija, eikä toista voitu ottaa yhtä aikaa.

– Kun sain mahdollisuuden aloittaa opinnot, ajattelin ensin, että olen jo liian iäkäs opiskelemaan yli viisikymppisenä. Päätin kuitenkin, että kokeilen opiskelua.

Toini suoritti kolmivuotiset opinnot Oulussa ja työskenteli koko ajan vanhusten parissa Seviset Oy:n yksiköissä. Intoa riitti, vaikka välillä tuli 16 päivän työ- ja opiskeluputkia sekä useita kertoja kuukaudessa yli 200 kilometrin ajomatkoja Ouluun. Valmistumisen jälkeen tuore lähihoitaja sai vakituisen työpaikan.

– Pidän työstäni, enkä haluaisi vaihtaa tätä toiseen, vaikka välillä väsyttääkin. Ikä tulee vastaan itselläkin. Kiviharjun palvelutalossa on aivan mahtavia asukkaita. Puheliana ihmisenä nautin heidän kanssaan olemisesta. ■

**PIDÄN TYÖSTÄNI,
ENKÄ HALUAISI
VAIHTAA
TÄTÄ TOISEEN,
VAIKKA VÄLILLÄ
VÄSYTTÄÄKIN.**



Hirvikärnistys

- hirvenlihaa
- voita paistamiseen
- suolaa
- vettä

Laita voita pannulle ja anna sen ruskistua hieman. Lisää paloitetu jäinen tai sulanut liha. Ruskista lihat kuumalla pannulla. Pienennä levyn lämpötilaa ja anna lihan paistua riittävän pitkään. Kun tulee hyvä tuoksu, lisää suola ja vettä sen verran, että lihapalat peittyvät melkein kokonaan. Hauduta, kunnes liha on mureaa. Lisää vettä tarvittaessa. Hirvenlihan tilalla voi käyttää myös poroa.

Toinin perunamuusi valmistuu Puikula-perunoista, kermasta, vedestä ja suolasta.

Tarjolle lisäksi puolukkasurvosta.



KURKKAA TOININ KEITTIÖÖN



ELÄMÄNTAITOJA OPETTELEMASSA

TEKSTI JA KUVAT ELINA KUJALA

Ihan tavallisena maanantai-iltana katsotaan Salkkarit,
syödään kanakeittoa, imuroidaan ja värjätään tukka.
Sofiakylässä eletään hyvää arkea yhdessä.

Maanantai-iltana Pihlajistos-
sa ollaan rennosti kotona.
Amanda Renard juttelee
jokkisautoista Marko Takalan
kanssa. Piia Piippo ja Markku
Mäenpää odottavat kutsua
ruokapöytään.



Amanda Renard keittää itselleen tuoretta kahvia, kaataa sen kuppiinsa ja istahtaa hetkeksi alas. Sofiakylän Pihlajisto on vielä hiljainen. Aamuvuoron kanssa on pidetty rapsa, iltavuorossa Amanda on tänään yksin. Asukkaat ovat päivätoiminnassa, työtoiminnassa, koulussa, osa omilla asioillaan kaupungissa. Ikkunan takana paistaa elokuun aurinko lämpimästi. Amanda on toista päivää töissä kesäloman jälkeen.

– Tulin töihin hyvällä mielellä. Jokainen päivä täällä on erilainen, hän sanoo siemaillessaan kahvia ja selaillessaan samalla pöydällä olevaa kalenteria.

Hiljainen hetki ei kestä kauan. Henri Sornikoski, puhelias nuori mies kuulokkeet korvillaan, saapuu asioiltaan kaupungista. Amanda kysyy, miten meni. Henri on reissuunsa tyytyväinen. Kohta ovelle ilmestyy Miia Perkiö. Hän on lähdössä kyläilemään Sofiantähteen, lähellä olevaan Sofiakylän hoivakotiin, jossa asuu Miian uusi ystävä Suvi. Amanda soittaa Sofiantähteen ja kertoo, että Miia on tulossa.

Pihlajiston asukkaat ovat melko hyväkuntoisia, aktiivista elämää eläviä aikuisia.

– Pihlajistossa on avoimet ovet ja asukkaat voivat liikkua vapaasti. Jotkut meille muuttavat ihmiset ovat asuneet suuren osan elämästään erilaisissa laitoksissa ja yllättyvät, kun täällä voikin vaikka sopia ohjaajan kanssa, että lähdän tänään baariin.

Ohjaajan työ vaikuttaa hiukan suuren perheen luotsaamiselta. Amanda kyselee kuulumisia kotiin palaavilta, selvittää harrastusmahdollisuuksia tietokoneen ääressä, auttaa kaavakkeen täyttämisessä, varaa taksikyytejä ja avustajia, huolehtii raha-asioista ja merkitsee kalenteriin asukkaiden tulevia menoja.

– Iso osa työtä on erilaisten elämäntaitojen opettamista. Välillä keskustellaan nuorten miesten kanssa Tinderin käytöstä, sitten neuvotaan hampaiden pesemisessä.

Amanda on jo useana vuotena pitänyt seksuaalikasvatuksen tunteja Sofiakylän asukkaille. Tällä viikolla hän lähtee saman oppimateriaalin kanssa Outokumpuun Huvikumpuun, jossa luennoi tärkeästä aiheesta kehitysvammaisten parissa työskenteleville hoitoalan ammattilaisille.

– Kehitysvammaisten nuorten aikuisten kanssa pitäisi puhua esimerkiksi ehkäisystä ja siitä, mikä parisuhde on ja mi- ▶



Piia Piippo ja Marko Takala asuvat Sofiakylässä omassa asunnoissaan.



Miia Perkiön huoneessa on kuvia sisarusten lapsista.



Henri Sornikoskella on pyykkipäivä.

kä siinä on sallittua ja mikä ei. Kehitysvammaiset ovat alttiita hyväksikäytölle. Joku on saattanut harrastaa seksiä suklaapatukasta. Hyvä seksuaalikasvatus vähentää sinisilmäisyyttä. Kaikkea lukemaansa tai kuulemaansa ei kannata uskoa, Amanda sanoo.

Hän huomauttaa, että meille muille samoista aiheista puhutaan peruskoulun seksuaalikasvatuksen tunneilla, mutta kehitysvammaisille nuorille ei välttämättä kerrota koulussa mitään.

– Minulle on tärkeää, että nämä ihmiset saavat oman sanansa kuuluviin. Olen kiinnostunut heidän elämästään ja kokemuksistaan. Sen takia haluan välillä keskustella rauhassa ja kahden kesken, koska sillä tavalla rakennetaan luottamusta. Toivon, että he uskaltaisivat puhua minulle ihan kaikenlaisista asioista.

ARKI-ILLAN HUUMAA

– Maanantait ovat meillä rauhallisia päiviä ilman sen kummempaa ohjelmaa, sillä no, maanantai, kukapa silloin mitään erityistä jaksaisi tehdä, naurahtaa Amanda.

Minttu Saloranta istuu omalla vaki-paikallaan sohvannurkassa ja katselee telkkaria. Henri Sornikoski on vienyt Amandan avustuksella pyykkinsä pesutupaan ja fiilistelee nyt kuulokkeet korvilla musiikkia.

– Tää on maailman paras biisi, tää musiikki pitää mut hyvällä mielellä, sanoo Henri ja oikaisee sohvalle pitkäseen. Markku Mäenpää selailee nojatuolissa puhelinta. Miia Perkiö on palannut takaisin kyläilyreissulta ja kertoo siitä innoissaan kaikille.

– Mä olin Suvín luona Tähdessä. Se keitti mulle kahvia ja näytti huoneensa. Mä annoin sille mun puhelinnumeron ja se antoi mulle oman numeronsa. On mukavaa saada uusia ystäviä.

Pentti Meskus saapastelee sisään.

– Moi, huikkaa Amanda.

– Moi.

– Missä olit?

– Ulkona.

– Kenen kanssa?

– Yksin.

– Oliko kivaa?

– Oli.

Pentti katoaa omaan huoneeseensa. Amanda lupaa värjätä illalla Miian hiukset ja menee sitten kastelemaan parvekkeelle kukat.

ON TÄRKEÄÄ, ETTÄ NÄMÄ IHMISET SAAVAT OMAN SANANSA KUULUVIIN.

ASENNE EROTAA

Amandan työssä ei ole varsinaisia taukoja. Hän hörppää kahvit silloin kuin muukin osaston väki ja syö samaa ruokaa samassa pöydässä.

– Vaikka kyllä minä sitten joskus sanon, että nyt on muuten minun lakisääteisen paikka, sanoo Amanda.

Rauhallisena arki-iltana Amandan työ vaikuttaa aika leppoiselta. Toisaalta, kun ympärillä pyörii kymmenkunta ihmistä, joilla kaikilla on jotakin kysyttävää, ehdotuksia ja mielipiteitä, täytyy tuntosarvien olla koko ajan pystyssä. Ohjaaja ohjaa ammattinimikkeensä mukaisesti, mutta ihmisiä kannustetaan omatoimisuuteen.

Amanda sanoo tienneensä aina, että haluaa hoitajaksi.

– Sofia on varmasti vaikuttanut siihen, että hakeuduin alalle. Vaikeasti kehitysvammaisen pikkusisko sai minut katsomaan maailmaa ehkä erilaisesta näkökulmasta kuin muut saman ikäiset. Sofia ei puhu, vaan kommunikoi viittomin ja kuvien avulla. Sen myötä minullekin on kehittynyt taito lukea ihmisen eleitä tarkasti, miettii Amanda.

Monet vierastaisivat samaa työpaikkaa perheenjäsenen kanssa, mutta Amandan mielestä siinä ei ole mitään kummallista, että hän työskentelee äitinsä perustamassa Sofiakylässä. Kehitysvammaisten ja heidän perheidensä tarpeista syntynyt yhteisö on hyvämaineinen ja toimiva.

– Sofiakylän erottaa monista muista asenne. Teemme paljon asioita yhdessä asukkaiden kanssa silloinkin, kun joku sanoo, että ettehan te tuonne voi noiden kanssa lähteä tai eihän tuo kehitysvammaisten kanssa onnistu. Olemme avoimia.

Amandan äiti Riitta Peltonen työskentelee samassa talossa toimistossaan kerrosta alempana.

– Harvassa paikassa pomo on niin lähellä. Me voimme mennä suoraan rappuset alas kertomaan, että Riitta, tarvitsimme nyt uuden telkkarin. Se helpottaa monia asioita, kun ei tarvitse lähetellä sähköposteja jonnekin kauas.

ILVES VAI TAPPARA?

Illallispöydässä käy vilkas keskustelu. Kanakeitto maistuu kaikille. Urheilusta ei ruokapöydässä puhuta, sillä sen kieltävät seinällä olevat talon säännöt. Pihlajistossa asuu monta intohimoista jääkiekon ystävää ja väriä tunnustetaan surutta. Joidenkin oviin on teipattu Ilveksen lippu, toisia koristaa Tapparan tarrarykelmä.

– Tunteet kuumenevat aika nopeasti, jos siitä aiheesta ruvetaan puhumaan, siksi se on meillä ruokapöydän kiellettyjen aiheiden listalla, sanoo Amanda.

Nyt pöydässä puhutaan kiivaasti pikaruoasta. Erään asukkaan poikaystävä käy kuulemma hampurilaisravintoloissa

Amanda auttaa Minttu Salorantaa lomakkeiden täyttämässä.



liian usein ja muut ovat sitä mieltä, että se on paitsi epäterveellistä, myös rahan tuhlausta. Keskustelu uhkaa yltyä kovääniseksi jankkaamiseksi.

– Nyt loppuu tuo riitely, sanoo Amanda napakasti ja menee väliin.

Keittiövuorossa olevat Markku Mäenpää ja Mika Ulkoniemi siistivät keittiön. Sitten osa porukasta katoaa omiin huoneisiinsa ja jotkut lähtevät ulos happihypylle. Amanda vie Henrin ja Marika Rintaniemen pyykkitupaan. Sen jälkeen vuorossa on Miian tukan värjääminen. Pihlajistossa on kodikas ja lep-poisa arki-illan tuntu, kun Miia istuu tuolissa värikäsittelyssä raidallinen pyyhe hartioillaan ja Marika imuroi Robinin tahdissa. Telkkari huutaa jossakin taustalla. Pihlajistossa asukkaat huolehtivat itse omien huoneidensa ja yhteisten tilojen siivoamisesta ohjaajien avustuksella. Marikan huoneesta kuuluu välillä iloista naurua.

– Olisipa mullakin noin kivaa, kun imuroin kotona, nauraa Amanda ja levittää sudin kanssa punaista väriä Miian päähän.

– Torstaina on Särkänniemessä Megastartti. Siellä esiintyy Seksikäs-Suklaa ja Mansesteri. Me ollaan menossa sinne, Marika käy välillä kertomassa innostuneena.

– Joo, mutta miten koulun? Seuraavana aamuna pitää jaksaa herätä, huomauttaa Amanda.

– Jaksan, jaksan, sanoo Marika reipasti ja palaa imurin varteen.

TUUKSÄÄ HUOMENNA?

Amanda nostaa leivät ja leikkelepaketit pöytään. Väki kerääntyy tekemään itselleen iltapalaa. Mikrossa lämmitetään ihania juustoleipiä, lämppeireitä. Ne ovat monen lempi-iltapala pannarien ohella. Kohta alkaa *Salatut elämät*. Sitä on odotettu. Salkkareita katsovat melkein kaikki paitsi Mika.

– Mä en ole kiinnostunut. Mä menen suihkuun, naurattaa Tappara-paitaan ja Tappara-sukkiin sonnustautunut Mika. Kaulassa roikkuu kännykkä, Tappara-pussissa tietenkin.

– Saako ottaa molempia, kiisseliä ja

muroja? Voiko ottaa kaapista mehua? Mitä kiisseliä tämä on?

Kysymyksiä riittää ja kuhinaa pöydän ympärillä.

– Kaikkea saa ottaa, mutta mitään ei ole pakko ottaa, sanoo Amanda. Hän jakaa iltapalan yhteydessä myös lääkkeit Pihlajiston väelle.

Henrillä ei vielä ole nälkä. Hän nappaa Sly Cooper -peliä olohuoneen nojatuolissa ja selostaa samalla vieressä olevalle Amandalle pelin kulkua. Amanda huomauttaa ystävällisesti kielikäytöstä, kiro sanoja tuppaa livahtamaan nuoren miehen puheeseen turhan usein. Henri kysyy seitsemännen kerran, ehtiikö Amanda värjätä hänenkin tukkansa vielä tänä iltana. Ja sitten siniseksi kuten Antti Tuiskulla. Amanda lupaa ehtiä.

– Tuuksää huomenna? Henri kysyy.

– Tuun. Aamu seitsemään ja pitkään vuoroon, Amanda vastaa. Illan viimeisinä työtehtävinä on vielä kirjaaminen ja raportti yövuoroon tulevan kanssa.

– Ihanaa, kun tuut, huudahtaa Henri. ■

Tänään töissä

KUKA

Amanda Renard, 23, on nokialainen lähihoitaja, joka työskentelee vastuuohjaajana Sofiakylässä Pihlajiston ryhmäkodissa. Pihlajisto on yhdeksän kehitysvammaisen aikuisen koti. Lisäksi siellä ruokailevat ja oleilevat paljon myös saman talon tukiasunnoissa itsenäisemmin asuvat neljä sofiakyläläistä.

PERHE

Vaimo Emilia ja 4-vuotias poika Dany. Amanda ja Emilia menivät naimisiin viime kesänä ja tärkeää päivää todisti 130 vierasta Suomesta ja ulkomailta. Amandan isänpuoleinen suku asuu Belgiassa, josta Amandakin muutti 5-vuotiaana Suomeen. Hän puhuu toisena kielellään flaamia.

MIKÄ SOFIAKYLÄ?

Sofiakylä tarjoaa Nokialla asumispalveluja, tilapäishoitoa, työ- ja päivätoimintaa kehitysvammaisille aikuisille ja lapsille. Sen on perustanut Amandan äiti Riitta Peltonen. Hänen tyttärensä, Amandan pikkusisko, Sofia, 15, on vaikeasti kehitysvammainen. Sofialla on harvinainen rubinstein-taybi-syndrooma, joka on vain noin 50 ihmisellä Suomessa.

HAASTAVINTA TÖISSÄ

Välillä harmittaa ulkopuolisten ihmisten asenne meidän asukkaitamme kohtaan. Joskus kauppareissulla meitä tuijotetaan vailla mitään käytöstapoja.

PARASTA TYÖSSÄ

Asukkaat. Olipa kysymyksessä sitten hyvä tai huono asia, heiltä saa aina suoran palautteen.



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 ja saat vinkkejä työhösi.

KAIKKIEN 20. SYYSKUUTA MENNESSÄ
SUPER-LEHDEN FACEBOOK-SIVUSTA TYKÄN-
NEIDEN KESKEN ARVOTAAN KOLME KÄTEVÄÄ
TERMOSMUKIA.



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



Kotihoidon työntekijät ovat kovilla:

TÄLLAISISSA TYÖSSÄ EI HALUTA OLLA OSALLISENA

TEKSTI SONJA KÄHKÖNEN KUVA INGIMAGE

Fyysinen ja henkinen kuormitus kasvaa kotihoidossa, eikä henkilökunta ehdi tehdä työtään niin hyvin kuin haluaisi. Työnantajat puolestaan valittavat, ettei työntekijöitä ole tarjolla. SuPerin asiantuntija Sari Erkkilällä olisi tilanteen parantamiseksi yksinkertainen lääke.

Henkilökuntaa on liian vähän asiakkaiden tarpeisiin nähden. Työntekijät kuormittuvat, ovat pitkällä sairauslomilla ja hakeutuvat alalta pois, eikä kotihoitoon saada uusia työntekijöitä, kuvailee Sari Erkkilä kotihoidon karua arkea.

Tilanne pääsi riistäytymään käsistä, kun laitoshoidoa alettiin purkaa, eikä kotihoitoa valmisteltu millään tavalla muuttuneeseen tilanteeseen.

Kotihoidon ahdingosta kertoo myös Terveiden ja hyvinvoinnin laitoksen THL:n keväällä julkaisema *Vanhuspalvelujen tuottajakohertainen seurantatutkimus*. Sen mukaan kotihoidossa oli vuonna 2016 toteutetulla seurantaviikolla päivittäin keskimäärin 3 000 asiakasta enemmän kuin kaksi vuotta aiemmin. Kotihoidon työntekijöiden määrä oli silti vähentynyt yli 400 henkilöllä. Samaan aikaan ympärivuorokautisesta hoidosta oli vähentynyt 2 800 asiakaspaikkaa.

Myös jo SuPerin vuonna 2015 tekemä kotihoidon selvitys viesti tilanteen vakavuudesta. Liiton kyselyyn vastanneista 95 prosenttia oli huolissaan hoidon laadusta. Lähes 70 prosent-

Vanhuspalvelulain

mukaan toimintayksikössä on oltava henkilöstö, jonka määrä, koulutus ja tehtävä rakenne vastaavat toimintayksikön palveluja saavien iäkkäiden henkilöiden määrää ja heidän toimintakykynsä edellyttämää palvelun tarvetta ja joka turvaa heille laadukkaat palvelut.



tia koki, että työyksikössä on liian vähän henkilökuntaa. 88 prosenttia vastanneista koki työmäärän nousseen viimeisen vuoden aikana. Työn henkinen rasittavuus oli lisääntynyt 85 prosentilla vastaajista.

VALTAVA HUOLI ASIAKKAISTA

Kotihoidossa hoidetaan tänä päivänä entistä huonokuntoisempia asiakkaita. Se tarkoittaa, että asiakkaan luona käydään useita kertoja päivässä.

– Kotihoidon työntekijät viestivät meille SuPeriin, että eettinen kuorma heidän työssään on noussut merkittävästi. Heillä on valtava huoli asiakkaista, Sari Erkkilä kertoo.

Erkkilän mukaan ammatillaiset haluavat tehdä työnsä hyvin, mutta nykytilanteessa se ei ole mahdollista.

– SuPeriin yhteyttä ottavat jäsenet ovat tilanteesta niin hämmentyneitä ja väsyneitä, että he jopa itkevät. Moni on sanonut, ettei halua olla osallisena tällaisessa työssä, jonka arvomaailma on täysin erilainen kuin hoitohenkilökunnan omat arvot.

HYVÄ LAINSÄÄDÄNTÖ EI KÄYTÄNNÖSSÄ TOTEUDU

Henkilökunta painii työn eettisyyden kanssa, ja ongelmat kotihoidossa heijastuvat työntekijöiden kokonaishyvintointiin.

– Töiden jälkeen ollaan niin uupuneita, ettei jakseta tehdä juuri mitään. Stressi ja kiukkuisuus vaivaavat ja uni-ongelmat ovat yleisiä, kun työasiat pyörivät mielessä nukkumaan mennessä. Kun uupumus kasvaa riittävän suureksi, on pakko jäädä sairauslomalle.

Myös kotihoitoa sitoo henkilöstömitoitus

Samoin kuin laitoshoidossa, myös kotihoidossa on henkilöstömitoitus. Se on ilmoitettu samassa laatusuosituksessa, jossa on linjattu tehostetun palveluasumisen mitoitus.

– Kyseessä on yksinkertainen laskutoimitus, jossa verrataan asiakkaiden hoito- ja palvelusuunnitelman aikaa työntekijöiden käytettävissä olevaan aikaan. Siten myös kotihoidon henkilöstömitoitustarve voidaan laskea, Sari Erkkilä kertoo.

Hän muistuttaa työntekijöitä myös käyttämään henkilökunnan ilmoitusvelvollisuutta, mikäli asiakkaalle annettavat sosiaalipalvelut eivät toteudu tai työntekijä epäilee, että ne eivät toteudu.

– Työntekijän pitää ilmoittaa tästä esimiehelle, jonka on puolestaan ilmoitettava eteenpäin kunnan viranhaltijalle. Tämä pykälä on luotu asiakkaan turvaksi, eikä ilmoituksesta saa seurata työntekijälle sanktioita.



LASKE KOTIHOIDON HENKILÖSTÖMITOITUS SUPERIN VERKKOSIVUILLA

Erkkilän mukaan hulluinta on, että kaikista työntekijöiden oireiluista huolimatta tilanne työpaikoilla ei muutu. Kun työntekijä palaa sairauslomalta, hän palaa siihen samaan työympäristöön, jonka on aiemmin kokenut kuormittavaksi.

– Tämä on ristiriidassa työturvallisuuslain kanssa. Sen mukaan työnantajan on puututtava ongelmakohtiin, vähennettävä työn kuormittavuudesta johtuvaa haittaa ja ehkäistävä vaaratilanteiden syntyminen. Tämä ei nyt tunnu työpaikoilla toimivan.

Erkkilä huomauttaa, että Suomessa on hyvä lainsäädäntö – on sekä vanhuspalvelulaki että sosiaalihuoltolaki, joissa nostetaan esiin hoidon hyvä laatu.

– On hullua, että meillä on nämä lait,

mutta siitä huolimatta ne eivät useassa paikassa toteudu.

YKSINKERTAINEN LÄÄKE AUTTAISI

Sari Erkkilä muistuttaa, että kotihoidon tilanne ei ratkea kikkailemalla. Esimerkiksi toiminnanohjausjärjestelmät tai muu teknologia ei ratkaise ongelmaa. Työnantajan on ymmärrettävä, että tiettyä määrää asiakkaita on oltava hoitamassa oikea määrä henkilökuntaa.

– Työnantajat nostelevat käsiään ja sanovat, että palkkaisivat kyllä lisää henkilökuntaa, jos työntekijöitä olisi saatavilla. Kotihoidossa on jopa vakituksia toimia auki, mutta niihin ei löydy hakijoita.

Erkkilän mukaan työnantajien tulisiikin miettiä, miten juuri heidän kotihoidon yksiköstään saataisiin niin vetovoimainen paikka, etteivät työntekijät kuormitu.

– Hoitajille on tärkeää, että he saavat tehdä arvokasta työtä asiakkaan parhaaksi. Kotihoidon työntekijät kyllä pitävät työstään. Työolojen on kuitenkin oltava sellaiset, että he voivat iloita tekemästään työstä ja jaksavat nauttia myös vapaa-ajastaan. ■

**SUPERIIN YHTEYTTÄ OTTAVAT JÄSENET OVAT
TILANTEESTA NIIN HÄMMENTYNEITÄ JA
VÄSYNEITÄ, ETTÄ HE JOPA ITKEVÄT.**

Tekoäly muuttaa työnjakoa
mutta ei vie terveysalan töitä

ROBOTTI VAPAUTTAA HOITAJAN HOITAMAAN

TEKSTI ANTTI VANAS KUVITUS SALLA PYYKÖLÄ

Robotti on ihmisen itselleen kehittämä apuväline. Pyörä, kivikirves ja lumilapio ovat siis robotin esivanhempia suoraan alenevassa polvessa. Tekoälyä käyttävä sosiaalinen robotti on tutkija Sakari Taipaleen mukaan kuitenkin enemmän kuin työkalu.

Kehittynein lääketieteen tekoäly lienee tällä hetkellä amerikkalaisen teknologiajätti IBM:n kehittämä Dr. Watson. Se kykenee keräämään tietoa muun muassa puheesta ja tekstistä sekä valo- ja röntgenkuvista. Lääkärit opettavat konetta analysoimaan tietoa ja tekemään diagnooseja.

Tekoälyn vaikutuksia asiantuntijatyöhön blogissaan ruotivan Osmo Soininvaaran mukaan on nyt jo kiistanlaista, kumpi on taitavampi, ihmislääkäri vai Dr. Watson – mutta kisan lopullisesta voittajasta ei kuulemma ole epäilystäkään.

Tekoäly oppii jokaisesta tekemästään virheestä kuten lää-

kärikin, mutta lääkäri oppii vain omista virheistään. Tekoäly on maailmanlaajuinen verkosto, joten se voi oppia virheitä, tapahtuivatpa ne missä päin maailmaa hyvänsä, eikä sen muistilla ole ylärajaa.

Inhimillisten ominaisuuksien puuttuminen toimii joissakin asioissa tekoälyn eduksi. Lääkärin voi olla kasvojen menettämisen ja mainetappion pelossa vaikea tunnustaa omia virheitään, mikä haittaa tärkeän tiedon kertymistä. Tekoälyllä ei tällaisia estoja ole.

Jos ja kun tekoäly ottaa hoitaakseen suuren osan diagnosoitavista, ihmisenä olemisen merkitys korostuu lääkärin am-





matissa aivan uudella tavalla. Teknisen pätevyyden korostamisen sijaan ihmiset valitsevat tarjolla olevien lääkäreiden joukosta sen ystävällisimmän. ”Se on huono uutinen monelle lääkärille”, Soininvaara vinoilee.

TYÖKALUSTA SEURALAISEKSI

Jyväskylän yliopistossa työskentelevän akatemiatutkija Sakari Taipaleen käsi-

tys tekoälyn roolista lääketieteessä on selvästi Soininvaaran näkemystä maltillisempi. Taipale ei usko tekoälyn korvaavan lääkäreitä nyt tai tulevaisuudessa.

– Dr. Watson tuottaa tietoa, lääkäri tekee päätökset. Tekoäly ei korvaa lääkäreitä vaan toimii hänen apuvälineenään. Kun kone tekee yhä suuremman osan mekaanisesta työstä, asiantuntijoille jää yhä enemmän aikaa kes-

kittyä siihen, mihin vain inhimillinen ymmärrys pystyy, Taipale linjaa.

Terveystieteiden työnjakoon tekoäly voi sen sijaan vaikuttaa paljonkin.

– Tulevaisuudessa hoitajatkin voivat ehkä tehdä diagnooseja tekoälyn avulla, ja yleislääkärin tarve lähettää potilaita erikoislääkärille vähenee.

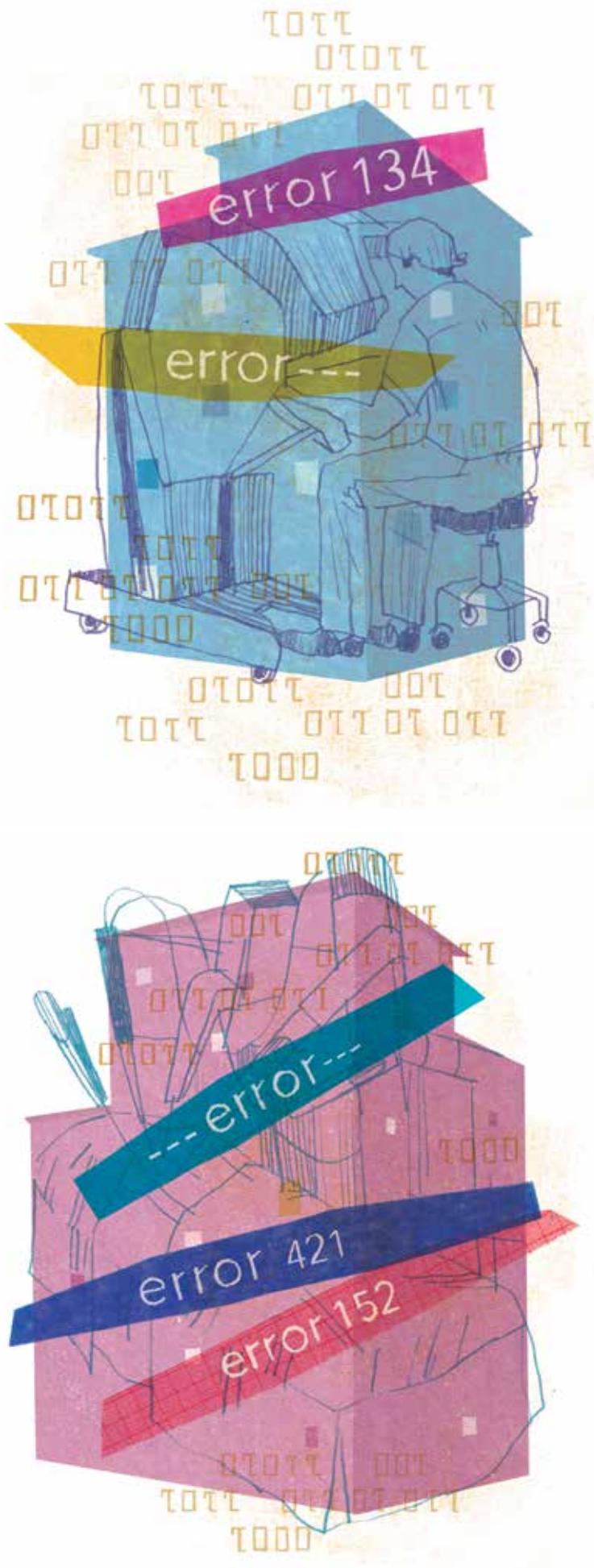
IBM on tutkijan mukaan laajentamassa tekoälyn käyttöä sosiaalisuuden ja hoivan suuntaan. Jyväskylän yliopisto on juonessa mukana: se etsii yhdessä IBM:n, VTT:n ja kansainvälisten tutkimuslaitosten kanssa sovelluskohteita tekoälyn ja sensoriteknologian hyödyntämiseksi erityisesti vanhushoivassa.

Tekoälyn ja robotiikan harppaus työkalusta sosiaalseksi apuvälineeksi on Taipaleen mukaan pitkä niin teknisesti kuin moraalisesitkin. Lääketieteen tekoäly muistuttaa perinteistä teollisuusrobottia siinä, että se tekee asioita ihmistä tehokkaammin ja tarkemmin. Sosiaalisen tekoälyn ja robotin tavoitteet ovat toisaalla.

– Siinä, missä teollisilla roboteilla haetaan tehokkuutta ja parempaa taloudellista tulosta, sosiaalisilla roboteilla pyritään selkeämmin inhimillisen hyvinvoinnin lisäämiseen.

Sosiaaliset robotit auttavat arjen askareissa, mutta ne osaavat myös pitää seuraa lapsille ja vanhuksille ja keskus-





tella heidän kanssaan. Tämä edellyttää tekoälyltä aivan uudenlaista joustavuutta.

Mikään ei kuitenkaan muutu, jos uutta sosiaalista teknologiaa käytetään vanhaan tapaan, eli tehokkuuden lisäämiseen ja säästöjen saavuttamiseen.

– Vaarana on, että tekoälyn ja palvelurobottien esimerkiksi vanhushuollossa säästämää työaikaa ei lopulta käytetäkään asiakkaiden hyväksi, vaan lisätään yksittäisen työntekijän päivittäistä asiakaskäyntimäärää, Taipale pohtii.

ELÄKELÄISET EIVÄT ROBOTTEJA KAVAHDA

Hoitajat kirjaavat kotikäyntien tapahtumat tarkasti tietojärjestelmään. Näitä tietovarantoja voitaisiin Taipaleen mukaan käyttää siinä vaiheessa, kun vanhus tehdään hoiva- tai kotirobotille tutuksi. Myös omaiset voisivat syöttää järjestelmään ajan-kohtaisia tietoja vanhuksen mielialoista ja terveydestä.

– Sosiaaliset kotirobotit voisivat itsekin kerätä dataa. Teknologia sydänfilmin ottamiseen etänä on jo olemassa. Rollaattorin kädensijan anturista saatu vanhuksen syke voidaan tallentaa tietopankkiin. Kaatumissensoreiden tapaista kotiälyteknologiaa on vanhushuollon käytössä jo nyt, Taipale luettele.

Tiukka yksityisyyden suoja on tähän asti hidastanut hoivarobottien kehitystä. Ihmiset eivät ole halunneet, että heidän päivittäisiä puuhiaan tallennetaan tietopankkeihin.

– Asenteet ovat väljentyneet Facebookin, Googlen ja muiden nettipalvelujen yleistymisen myötä. Verkossa aikaansa viettävät ihmiset ovat yleensä tietoisia siitä, että tämä osa elämästä tallentuu erilaisiin tietovarastoihin. Yksityisyys meni jo.

Yksityisyyden suojan lisäksi kehitystä jarruttaa sosiaali- ja terveydenhuollon tietojärjestelmien monenkirjavuus. Kunnat ja kuntayhtymät ovat hankkineet järjestelmänsä omilla ehdoillaan ja keskinäistä yhteensopivuutta ajattelematta. Hajanaisuutta on pidetty jopa hyveenä.

– 1990- ja 2000-luvulla järjestelmien hajanaisuutta puolusteltiin yksityisyyden suojalla. Nykyään yhtenäisten tietojärjestelmien ja tietopankkien hyödyt tunnetaan paremmin, ja vaaka on kallistumassa niiden puolelle.

Kansalaisten suhtautuminen robottien käyttöön vaihtelee Euroopan maissa laidasta laitaan. Varautuneimpia ollaan Taipaleen mukaan juuri hoivarobottien suhteen.

Euroopan laajuisessa barometrissa hoivarobotteja vastustettiin vähiten niissä Välimeren maissa, joissa julkisen hoidon osuus oli pienin ja hoivavastuuta oli eniten kotiäideillä. Myönteisemmin hoivarobottiikkaan suhtautuivat eläkeläiset.

– Lähestyvä vanhuus ja oman hoivatarpeen ennakointi ehkä laittavat pohtimaan robotiikan mahdollisuuksia. Kor-

**TEKOÄLY TOIMII
SAMOJEN PERUSOLETUSTEN
JA ARVOJEN VARASSA KUIN
SEN LUONEET IHMISET.**



kea koulutustaso ja kiinnostus tiedettä ja sen läpimurtoja kohtaan näyttivät puolestaan lisäävän epäluuloisuutta.

ROBOTTI PERII LUOJANSÄ ARVOT

– Tekoäly toimii samojen perusoletusten ja arvojen varassa kuin sen luoneet ihmiset. Suomeen tarvitaan juuri suomalaisen sosiaali- ja terveystalouden järjestelmään sopivat ratkaisut. Lisäksi tarvitaan perehdytystä ja opettelu-aikaa

kaikille asianosaisille, sanoo professori Helinä Melkas Lappeenrannan teknillisestä yliopistosta.

Käytännöllisten ratkaisujen takana piilee eettisiä valintoja, joiden suhteen pitää olla tarkkana.

– Ryhdytäänkö muokkaamaan vanhusen koteja robottityölle sopiviksi, vai pidetäänkö jatkossakin lähtökohdaksi asukkaan viihtyvyyttä? Robottien käyttöönottoon liittyy arvovalintoja, joista on keskusteltava.

Tekoäly voisi tukea hoitoa ja hoivaa

seuraamalla vanhuksen terveydentilaa ja auttamalla näytteiden otossa ja lääkkeiden annostelussa. Tällaiseen toimintaan kykeneviä robotteja saadaan Melkaksen mukaan kuitenkin odotella vielä muutama vuosi. Tekniikka kehittyä nopeasti, mutta sen käyttöönotto on melko hidasta.

– Tekoälyn käyttöön pitäisi voida tutustua käytännössä, osana omaa työtä. Myös kielteinen suhtautuminen pitää voida tuoda esiin, jotta asioista päästään keskustelemaan monipuolisesti. ■

Digitaidoista tuli uusi hyvän vanhuuden mitta

Kappas, vanha kunnon pahvinen tunnuslukulista ei enää toimi. Nettipankkiin pääsee jotenkin älypuhelimien avulla, mutta miten? Raha-asioitten kanssa ei viitsisi sählätä... Soittaisiko pojalle? Ei-pä millään kehtaisi, kun eilen meni tunti siitä sähköpostiohjelmasta kysellessä...

Tuttu tilanne monille pirteille vanhuk-sille ja heidän digikonsultteikseen pääty-neille lapsilleen. Kaikki toimii ja itsenäi-nen elämä sujuu, mutta uusien asioi-den, ja erityisesti digitekniikan oppimi-nen tökkii.

Digilaitteiden kuluttamisesta ja digipalvelujen itsenäisestä käytöstä on muodostumassa mittari, jonka kaut-ta luodaan mielikuvia siitä, kuinka "on-nistunut" vanheneminen on, kirjoit-

taa Sakari Taipale Jyväskylän yliopiston tutkijoiden johdolla toteutetun tuoreen tutkimuskirjan esittelytekstissä.

Myöhäisvanhuus merkitsee teknolo-gisen kontrollin ja valvonnan lisäänty-mistä: mukaan tulevat turvarannekkeet ja etävalvonta. Tietoteknisten palvelu-jen käytössä riippuvuus muista kasvaa.

Pahimmillaan tietoteknisten palvelu-jen oppimispakko vie muuten itsenäi-siltä ja täysin toimintakykyisiltä ikäih-misiltä kyvyn selvittää arjesta omin päin – ja tämä tapahtuu aikana, jolloin van-huspalvelujen kehittämisen johtotähte-nä on pitää vanhuksia kotona ja oma-toimisina mahdollisimman pitkään.

Yhteiskunta ei tarjoa riittävästi digi-palvelujen käytön tukea. Lasten ja las-tenlasten merkitys ja käytännön apu teknologian tuomisessa osaksi van-

hempien ja isovanhempien arkea on-kin Taipaleen mukaan aivan keskeinen.

Kaikilla vanhuksilla ei kuitenkaan ole lapsia, eikä kaikilla lapsilla ei ole aikaa tai malttia vanhusen jatkuvaan kurs-sittamiseen. Siksi välttämättömille di-gipalveluille pitäisi olla tarjolla myös analogisessa maailmassa varttuneelle vanhukselle tuttu vaihtoehto. ■

ANTTI VANAS

SAKARI TAIPALE, TERHI-ANNA WILSKA, CHRIS GILLEARD (TOIM.):
DIGITAL TECHNOLOGIES AND
GENERATIONAL IDENTITY:
ICT USAGE ACROSS THE LIFE COURSE.
ROUTLEDGE, 2017.

 LISÄÄ AIHEESTA TÄÄLLÄ

#ARVOKAS LAPSI

TYÖSKENTELETKÖ LASTEN KANSSA TAI OLETKO ALASTA KIINNOSTUNUT?

Tule mukaan sinulle suunnattuun jäseniltaan paikkakunnallasi! Ota mukaan myös työkaverisi tai tuttuasi, ilta on kaikille avoin (ei siis tarvitse olla SuPerin jäsen).

Illan aloittaa SuPerin asiantuntijan puheenvuoro uusista varhaiskasvatussuunnitelmista ja lastenhoitajan roolista. Sen jälkeen edunvalvontayksikön asiantuntija vastaa kysymyksiin esimerkiksi palkasta, työajoista, määräaikaisista työsuhteista ja vuosilomista.

Ohjelma alkaa klo 18. Ruokatarjoilu alkaa puoli tuntia ennen ohjelman alkua.

Helsinki	21.9.	Joensuu	18.10.
Rovaniemi	3.10.	Lappeenranta	25.10.
Oulu	4.10.	Tampere	7.11.
Turku	10.10.	Vaasa	8.11.
Kuopio	17.10.	Jyväskylä	21.11.

LUE LISÄÄ JA
ILMOITTAUDU

www.superliitto.fi/arvokaslapsi

tai SuPerin jäsenten ryhmästä

facebook.com/groups/SuPervarhaiskasvatus

Päiväkotityö kuormittaa fyysisesti

Ergonomiasta sujuvuutta

TEKSTI MINNA LYHTY

Hyvällä ergonomialla voi ehkäistä tuki- ja liikuntaelinvaivoja. Jos niitä on jo ehtinyt syntyä, oikeat työskentelytavat nopeuttavat toipumista. Vaivojen kroonistuessa ergonomian merkitys korostuu entisestään.

Pieniä pöytiä ja tuoleja, alle kouluikäisille mitoitettuja, voi miten söpöä. Näin saattaisi joku huokaista, kun näkee päiväkotien sisustuksen. Tarkempi ajattelu kuitenkin herättää kysymyksen, mitä tykkää aikuisen selkä, kun lapset istuvat matalalla?

– Pienet kalusteet tuovat työhön kuormittavuutta, koska työntekijä joutuu jatkuvasti kumartumaan. Kun aikuinen istuu pienen pöydän ääressä, jalat eivät välttämättä mahdu pöydän alle. Silloin istutaan kiertyneenä. Jos tällä tavalla tekee työtä vuosikymmeniä, ilman muuta siitä syntyy tuki- ja liikuntaelinongelmia, Työterveyslaitoksen erikoistutkija Irmeli Pehkonen sanoo.

Pehkonen tietää, että päiväkodeissa on alettu kiinnittää aikaisempaa enemmän huomiota työntekijöiden ergonomiaan. Hänen mielestään normaalikokuiset pöydät ovat paras ratkaisu päiväkoteihin. Pienet lapset voivat istua pöydän ääressä lapsille suunnitelluissa korkeissa tuoleissa.

Päiväkodissa ergonomiaa lisää myös sähköinen hoitopöytä, jonka voi säätää työntekijän korkeuden mukaan. Hoitopöytä pitää sijoittaa mahdollisimman lähelle pesupaikkaa, jotta lasta ei tarvitse kantaa pitkästi. Pyörällinen asentajantuoli wc:ssä vähentää aikuisen tarvetta kumartua ja kyykistyä, kun hän auttaa lapsia käsi- ja kasvope-suissa. Asentajantuolia voi käyttää myös pukeutumistilanteissa, ellei eteisessä ole pukeutumispenkkiä, jossa aikuinen voi istua ja lapsi seistä. Pieni lapsi kannattaa pukea mieluummin sylissä kuin lattialla. Tavaroita ja leluja on helpointa

pitää pyörällisissä säilytyslaatikoissa, jolloin tarve nostaa laatikoita vähenee.

Kun päiväkodin tiloja remontoidaan, Pehkosen mielestä työntekijöiden täytyy päästä mukaan suunnitteluun. Heillä on paras näkemys siitä, mikä parantaa työn ergonomiaa.

– Kun saadaan uudet tilat tai välineet, pitää opetella käyttämään niitä. Vanhoista työtavoista täytyy opetella pois.

NOSTA OIKEIN

Lapsen omatoimisuutta kannattaa hyödyntää, jotta välttyy turhilta nostoilta ja kantamiselta. Samalla voidaan tukea lapsen motorista kehitystä. Alle kolmi-vuotiaiden ryhmissä nostamista ei voi kuitenkaan kokonaan välttää.

– Jos täytyy nostaa, sen täytyy olla hallittua. Kyykisty ja kallista selkää hie-man eteenpäin. Nosta hallitusti polvista ojentaen lapsi lähellä vartaloa. Vältä selän kiertoja ja taivutuksia noston aikana, Irmeli Pehkonen neuvo.

Päiväkodeissa istutaan usein lattialla.

Aikuiselle paras istuma-asento olisi selkä seinää vasten, jotta selälle saa tukea. Kun kumartuu eteenpäin, esimerkiksi kun ohjaa lapsia pöydän ääressä tai pyyhkii pöytää, toinen käsi kannattaa asettaa pöytää vasten, jotta ei ole pelkästään selän varassa. Sänkyjä pedatesa kyykistelyn ja kumartelun sijasta parempi asento on toispolvisoisonta.

Pehkosen mielestä päiväkotityön etuna on se, että pystyy liikkumaan paljon, eikä tarvitse istua päivää työpöydän ääressä. Lasten kanssa voi liikkua yhdessä ja työn ohessa voi tehdä verenkiertoa parantavia liikkeitä tai kevyttä venyttelyä.

– Jos joutuu työskentelemään kumarrissa asennoissa, on tärkeää tehdä vastaliikkeitä, kuten selän taivutusta kevyesti taaksepäin sekä lapaluiden yhteen vetämistä ristimällä kädet selän takana. ■





Yhteydenotot SuPeriin ovat kasvussa

Hoitajat sairastuvat sisäilmasta

TEKSTI MINNA LYHTY KUVA ISTOCKPHOTO

SuPerin edunvalvonta saa jatkuvasti yhteydenottoja jäseniltä, jotka kertovat työpaikkansa huonosta sisäilmasta. Työympäristöasiantuntija Eija Kemppainen kehottaa vaatimaan työnantajalta puhtaita ja terveitä työtiloja.

Hoitajat kärsivät muun muassa toistuvista infektioidista, nuhasta, yskästä, hengenahdistuksesta, silmäoireista, iho-oireista, väsymyksestä, päänsäryistä, niveloireista, lihaskivuista, ärtyneisyydestä ja keskittymisvaikeuksista. Kun huonossa sisäilmassa joutuu työskentelemään pitkään, riskinä on vakava sairastuminen.

Tälläkin hetkellä useita superilaisia hoitajia on sairauslomalla sisäilmaoireilun vuoksi. Jotkut eivät pysty ehkä koskaan enää palaamaan entiseen työhönsä.

– He kykenisivät tekemään työtä, mutta he eivät pysty olemaan työtiloissa. Ainoa vaihtoehto on etsiä työ, jota voi tehdä puhtaissa ja terveissä tiloissa. Tällaisia tiloja ei välttämättä löydy, sillä sisäilmaongelmia on paljon. Joissakin kunnissa ei ole yhtään sellaista työtilaa, jossa ei olisi sisäilmaongelmia, SuPerin työympäristöasiantuntija Eija Kemppainen kertoo.

Kun herkistyy kemikaaleille, jo pienet pitoisuudet aiheut-

tavat oireilua. Sairastuneet työntekijät eivät välttämättä pysty olemaan tiloissa edes remontin jälkeen. Vaikka rakennus laitetaan kuntoon, ihminen ei korjaannu ennalleen.

VIKAA KORVIEN VÄLISSÄ

Eija Kemppaisen mukaan ensimmäiset sisäilmaoireet pitää ottaa vakavasti. Jos altistus ei jatku liian pitkään, terveys todennäköisesti palautuu ennalleen. Ongelmana on usein se, ettei työntekijä itse eikä työterveyshuolto tunnista huonosta sisäilmasta johtuvaa oireilua riittävän ajoissa.

– Työterveyshuollossa hoidetaan oireita, eikä mietitä sitä, mistä ne johtuvat. Kun oireilu jatkuu pitkään, pahimmillaan työterveyshuollossa aletaan epäillä, että vika on potilaan korvien välissä.

Kemppaisen mukaan työterveyshuoltoon tarvitaan lisäkoulutusta ja osaavaa henkilökuntaa. Kun useampi työntekijä samasta työpaikasta sairastelee, työterveyshuollon pitäisi selvittää, mistä on kyse.

– Oirekysely paljastaa, miten moni oireilee. Ei riitä, että se tehdään kerran, vaan seurannan pitää olla jatkuvaa.

Työterveyshuollolla on merkittävä rooli viedä tieto sisäilmaongelmista työnantajalle.

– Työterveyshuollon pitäisi olla riippumaton taho, mutta tämä on murenemassa. Työterveyspalvelut ostetaan yksi-

ONKO TYÖTILOISSA NYT TAI ONKO NIISSÄ AIKAISEMMIN OLLUT NÄKYVÄÄ HOMEKASVUSTOA?							
Vastaus	Lukumäärä	Prosentti	20 %	40 %	60 %	80 %	100 %
ei	1469	69,49 %					
kyllä, omissa työtiloissani parhaillaan	141	6,67 %					
kyllä, omissa työtiloissani, aikaisemmin	154	7,28 %					
kyllä, muualla parhaillaan	153	7,24 %					
kyllä, muualla, aikaisemmin	212	10,03 %					

ONKO TYÖTILOISSA KOSTEUSLÄIKKIÄ, RAKENTEIDEN TUMMUMISTA TAI PINNOITTEIDEN IRTOAMISTA?							
Vastaus	Lukumäärä	Prosentti	20 %	40 %	60 %	80 %	100 %
ei	862	40,06 %					
kyllä, omissa työtiloissani	609	28,30 %					
kyllä, muualla	557	25,88 %					
ollut aikaisemmin, ei enää	210	9,76 %					

OLETKO TYYTYVÄINEN TYÖPAIKKASI ILMANVAIHTOON?							
Vastaus	Lukumäärä	Prosentti	20 %	40 %	60 %	80 %	100 %
kyllä	482	22,18 %					
en	1191	54,81 %					
en osaa sanoa	483	22,23 %					

ONKO MIELESTÄSI TYÖPAIKKASI SISÄILMATEKIJÖISTÄ AIHEUTUNUT SINULLE HAITTOJA VIIMEKSI KULUNEIDEN 12 KUUKAUDEN AIKANA?							
Vastaus	Lukumäärä	Prosentti	20 %	40 %	60 %	80 %	100 %
ei	690	32,11 %					
kyllä, viihtyvyshaittoja	676	31,46 %					
kyllä, terveyshaittoja	939	43,69 %					
haittoja ollut aikaisemmin, ei enää	54	2,51 %					

LÄHDE: SUPERIN SISÄILMAKYSELY 2016

tyiseltä palveluntuottajalta. Jos työterveyshuolto ohjeistaa työnantajaa, riskinä on, että työnantaja vaihtaa työterveyshuoltoa. Siksi työterveyshuolto saattaa vaieta ongelmasta, koska se pelkää menettävänsä asiakkaansa.

HÖLMÖLÄISTEN HOMMAA

Eija Kemppaisen mukaan saattaa kulua vuosia ennen kuin sisäilmaongelmille tehdään mitään.

– Se on hölmöläisten hommaa. Sairastuneiden tilalle otetaan sijaisia, jotka myös altistuvat ja oireilevat. On suoranaista välinpitämättömyyttä, jos rakennuksen tutkimista viivytellään.

Kun rakennusta aletaan viimein tutkia, se saattaa saada terveen paperit, vaikka moni työntekijöistä on sairastunut.

– Rakennuksesta otetaan ilmanäytteitä, mutta mitään ei löydy. Jos tehtäisiin materiaalitutkimuksia, sisäilmaoireita aiheuttava syy todennäköisesti löytyisi.

Joskus henkilökuntaa kehoitetaan salaamaan sisäilmaepäily. Kemppainen tietää päiväkotia, joissa henkilökuntaa on kielletty kertomasta vanhemmille epäilyistä.

– Kun minulle on kerrottu tästä, olen ottanut yhteyttä lasten vanhempiin. Näitä asioita ei saa salata. Vanhempien ja isovanhempien vaatimuksesta ongelmaa aletaan usein ratkoa. Tiedän myös isoja sairaaloita, joissa henkilökuntaa on kehoitettu vaikenemaan. ►

PUDOTUS TYHJÄN PÄÄLLE

Eija Kemppainen on huomannut, että hoitajat tunnistavat entistä paremmin, että heidän oireensa johtuvat työpaikan sisäilmaongelmista. Hän toivoo, että hoitajat alkaisivat itse vaatia puhdaita ja terveitä työtiloja.

– Hoitajat ansaitsevat kunnan työtilat. Samoin potilaat ja asiakkaat ansaitsevat terveet tilat. Hoitotyön arvostus näkyy siinä, millaisissa tiloissa työtä tehdään.

Kemppainen patistaa ammattiasas-

toja olemaan enemmän yhteydessä päättäjiin ja kertomaan tilojen kunnosta. Veroeuroille pitää vaatia vastinetta.

– Liittona vaadimme valtion budjettiin määrärahoja, jotta sosiaali- ja terveysalalle saataisiin puhtaat ja terveet työtilat. Haluamme vaikuttaa myös siihen, että työntekijät pääsisivät ammattitautitutkimuksiin ajoissa. En tiedä yhtään lähihoitajaa, jonka sisäilmasta aiheutunut sairaus olisi katsottu ammattitaudiksi.

– Ongelmana on myös se, ettei Kela maksa sairauspäivärahaa, jos lääkäri kir-

joittaa sairauslomatodistukseen poissaolon syyksi sisäilmasairauden. Sairastuneet putoavat tällöin tyhjän päälle. Valtiovallan pitää laittaa näiden ihmisten sosiaaliturva kuntoon.

Entä millaisen neuvon työympäristöasiantuntija antaa lähihoitajalle, joka jo oireilee huonosta sisäilmasta?

– Kannattaa harkita työpaikan vaihtamista, joskus jo melko varhaisessa vaiheessa. Parempi etsiä uusi työ kuin sairastua niin, ettei voi enää lainkaan palata työelämään. ■

Professori Tuula Putus:

Huono sisäilma tulee kalliiksi

Työterveyshuollon ja ympäristölääkietieteen professori Tuula Putus on tutkinut sisäilmaongelmia 1990-luvulta lähtien. Hän puhuu sen puolesta, että ne vihdoinkin ymmärrettäisiin vakavaksi terveysuhaksi. Näin hän vastaa kysymyksiin sisäilmasta.

ONKO SUOMESSA ENEMMÄN SISÄILMAONGELMIA KUIN MUISSA MAISSA?

Ei ole. Samanlaisia ongelmia on kaikkialla. Pohjoisella pallonpuoliskolla kostea ja pitkä syksy sekä ankara talvi aiheuttavat haittoja. Lämpimissä maissa mikrobien lisäksi rakennuksia tuhoavat puuta syövät tuhohyönteiset.

VOISIKO SISÄILMAONGELMILTA VÄLTYY KOKONAAN?

Ei, sillä maaperän mikrobit ja taudinaiheuttajamikrobit ovat meitä aina monta askelta edellä. Kun rakennus valmistuu, samanaikaisesti luonnonvoimat alkavat nakertaa sitä. Rakentaminen ja kunnossapito edellyttävät jatkuvaa huolellista työtä. Autojen osalta hyväksytään elinkaari, mutta rakennusten ajatellaan olevan pysyviä. Kun tulee uusi materiaali, esimerkiksi betoni tai kipsilevy, kuvitellaan, että se ratkaisee kaikki ongelmat. Se ei ole kuitenkaan niin yksinkertaista.

ONKO RAKENTAMISEN LAADUSSA PUUTTEITA?

Jos hoitotyössä tapahtuisi yhtä paljon virheitä, olisimme oikeudessa. Rakentamisessa on lainsäädännöllinen ongelma, sillä väärin rakentamista ei ole kriminalisoitu. Jos rakentaja tekee virheen, siitä ei tule minkäänlaista rikosoikeudellista seuraamusta, vaikka joku sairastuisi pysyvästi tai menettäisi henkensä. Yleensä vastuu vyörytetään rakennuttajalle ja kiinteistön omistajalle.

MILLAISIA RAKENNUSVIRHEITÄ TAPAHTUU?

Ei noudateta valmistajan ohjeita, esimerkiksi betonin kuivumisaikaa. Töitä tehdään huolimattomasti: putket tai katot vuotavat, jolloin kosteus pääsee rakenteisiin. Puutteellisesti toimiva ilmanvaihto kruunaa tällaiset ongelmat. Ammattilypeys, joka oli vanhan ajan kirvesmiehillä, on hukassa. Enää ei maksimoida laatua, vaan voittoa. Käsiyöläiset ja taiteentekijät ovat ylpeitä omista töistään ja tulevat mielellään kuvatuksi teoksensa vierellä. Missä on rakentaja, joka ilmoittaa, että minä rakensin tämän homeisen päiväkodin?

KUMPI TULEE KALLIIMMAKSI: PERUSTEELLINEN KORJAAMINEN VAI HUONOSSA SISÄILMASSA TYÖSKENTELY?

Työterveyslaitos on laskenut, että koulurakennuksen peruskorjaus maksaa itsensä takaisin 3–5 vuodessa, kun sairauspoissaolot vähenevät. Kun investoidaan rakentamiseen ja parempaan ilmanvaihtoon, tätä laskelmaa ei yleensä tehdä. Minulle on sanottu, ettei näitä summia voi vertailla, koska kunnan kirjanpidossa kiinteistö- ja terveystoimella on eri budjetit. Näiden summien vertaaminen on kuitenkin ainoa oikea lähestymistapa, kun lasketaan, mitä maksaa, jos ei tehdä mitään. Pahinta on tietysti se, että kun korjauksia lykätään, nuoret ihmiset saattavat menettää pysyvästi työkykynsä. Se on henkilökohtainen tragedia ja tulee valtavan kalliiksi yhteiskunnalle.

MIKSI HOITOALAN SISÄILMAONGELMISTA PUHUTAAN VÄHEMMÄN KUIN KOULUJEN ONGELMISTA?

Hoitoalalla on rakasta, kärsi ja unhoita -mentaliteetti. Sitä ei katsota hyvällä, jos tulee julkisuuteen oman työpaikan ongelmien kanssa. Vasta viime vuosina sisäilmaongelmista on alettu puhua. Hoitohenkilökunta lähtee avautumaan julkisuuteen vasta sitten, kun ongelmat ovat pitkäkestoisia ja kärjistyneitä. Hoitajien pitää ymmärtää se, että myös potilaat ovat riskissä. Tietty mikrobit sisäilmassa voivat pitkittää toipumis-

Sisäilmaryhmä ei ole salaseura

Työterveyslaitoksen työtilayksikön johtaja Sanna Lappalaisen mukaan vielä vuosituhaten alussa sisäilmaongelmia saatettiin salata ja ne yritettiin hoitaa pienellä porukalla mahdollisimman nopeasti.

– Ratkaisuprosessi ulkoistettiin asiantuntijalle. Nykyään työpaikat asettavat sisäilmaryhmän, joka avoimesti valvoo ja ohjaa prosessia. Ryhmässä on mukana työntekijöitä, vähintään työsuojeluvaltuutettu, johdon edustajat, työterveyshuolto ja kiinteistöhuolto. Kun sisäilmaryhmän viestintä on avointa, siitä ei tule salaseuraa. Yhteistyöllä suurin osa sisäilmaongelmista saadaan kuntoon.

Lappalaisen mukaan rakennuksen korjaamisen jälkeen kestää jonkin aikaa ennen kuin parantunut sisäilma näkyy työntekijöiden terveydessä.

– Remontin jälkeen tarvitaan usein tehostettua siivousta pari kuukautta. Vasta noin puolen vuoden jälkeen kannattaa tehdä uusi sisäilmakysely, jotta saadaan selville, onko oireilu vähentynyt.

Joillakin työpaikoilla pyritään siihen, ettei kukaan koe minkäänlaista sisäilmahaittaa.

– Se on epärealistinen tavoite. Pieni osa tilan käyttäjistä kokee aina jotakin haittaa. Esimerkiksi talotekniikka ei välttämättä mahdollista sitä, että lämpötila olisi työpisteessä juuri sellainen kuin käyttäjä toivoo. ■

LÄÄKÄREIDEN PITÄISI TARTTUA ORASTAVIIN OIREISIIN.

ta, aiheuttaa infektioita ja komplikaatioita. Mistä hoitaja voi saada ammatitautin, potilas voi saada henkeä uhkaavan vakavan komplikaation. Kaikki, mikä parantaa hoidon laatua ja lyhentää hoitoaikoja, on inhimillisesti ja taloudellisesti järkevää.

SAIRASTUVATKO NAISET HERKEMMIN HUONOSTA SISÄILMASTA KUIN MIEHET?

Minulle on väitetty, ettei sisäilmaongelma ole todellinen, koska vain naiset sairastuvat. Tämän kuultuani syöksyin tutkimaan teknillisiä korkeakouluja, puolustusvoimia ja palokuntia, ja kas kummaa, kyllä miehetkin sairastuvat. He pitävät vain vähemmän melua siitä ja hakeutuvat vähin ääniin muihin töihin. Sisäilmaongelmaa vähätellään sanomalla, että siitä puhuminen on keski-ikäisten naisten valitusta.

KUN VERTAILLAAN KUNNOSSA OLEVAA RAKENNUSTA SISÄILMAONGELMAISEEN, MILLAISIA EROJA ON SAIRASTAVUUDESSA?

Infektioiden määrä on suurempi sisäil-

maongelmaisessa rakennuksessa. Kun rakennus korjataan, infektiot vähenevät. Remontin jälkeen myös kroonisten sairauksien, kuten astman, oireet helpottuvat. Lisäksi yleisoireet, kuten väsymys, päänsärky ja keskittymisvaikeudet, vähenevät. Koko työyhteisö voi paremmin, kun töissä on virkeämpiä, paremmin voivia ihmisiä, eikä väsyneitä, kiukkuisia, päänsärkyisiä ja unohteluvia työntekijöitä. Tällä on suuri vaikutus työtehoon ja työssäjaksamiseen sekä ihmisten välisiin suhteisiin.

NÄKYYKÖ SISÄILMAONGELMAISESSA SAIRAALASSA SAIRASTAVUUSEROJA ERI AMMATTIRYHMIEN VÄLILLÄ?

Kun koko sairaalan henkilökunta vastaa sisäilmakyselyyn, oireilu menee arvohierarkian mukaan. Johtajat ja lääkärin ovat terveimpiä, välinehuoltajat ja laitoshuoltajat ovat sairaimpia ja hoitajat ovat siinä välissä. En ole koskaan nähnyt sairaalan johtajan huonetta, joka olisi homevaurioitunut. Päätäjien huoneet ovat aina erillisessä tilassa, yläkerroksissa, jossa sisäilma on parempi kuin alakerroksissa. Pohjakerroksis-

sa työskentelevät välinehuoltajat, arkistohoitajat ja patologit. Jos emme vaa-di tasa-arvoa, sitä ei tule. Laitoshuoltajan elämä on yhtä arvokas kuin sairaalan johtajan elämä. Kummallakin on oikeus hyvään työympäristöön.

AUTTAVATKO SISÄILMANPUHDISTIMET JA VIHHERSEINÄT SISÄILMAONGELMIIN?

Ne ovat kuin lappu paiseen päälle. Olen kuullut sanottavan, että viherseinällä saadaan akat hiljaiseksi vähäsi aikaa. Ei ole osoitettu missään tutkimuksessa, että niillä voitaisiin vähentää poissaoloja ja estää esimerkiksi astman puhkeaminen. Epäpuhtauden lähde pitää poistaa, jotta saadaan pysyviä ratkaisuja.

TUNNISTAVATKO LÄÄKÄRIT SISÄILMASTA AIHEUTUVAT OIREET?

Lääkärit ajattelevat sairaus- ja diagnosoosikeskeisesti sekä uskovat lääkkeisiin. Lääketiede ei keskity riittävästi ennaltaehkäisyyn. Sisäilman aiheuttamista terveyshaitoista on jo valtavasti tietoa, se täytyy vain uskaltaa ottaa käyttöön. Lääkäreiden pitäisi tarttua orastaviin oireisiin. Silloin terveys voi vielä palautua.

PITÄISIKÖ SUOMEEN PERUSTAA YMPÄRISTÖLÄÄKETIETEEN POLIKLINIKOITA RUOTSIN TAPAA?

Olen perustanut sellaisen Turkuun. Yksi ympäristölääkietieteen lääkäri voi helpottaa 500 oppilaan ja sadan opettajan oireita, kun tehdään oikeanlaisia toimenpiteitä. Se on kustannuksiltaan huomattavasti tehokkaampaa kuin yksittäisen potilaan hoitaminen vastaanotolla.

MITÄ MUUTA HALUAT SANOA SUPERILAISILLE HOITAJILLE?

Onnittelut siitä, että olette työllenne omistautuneita. Vaikka sisäilmaongelmat ovat vakavia hoitoalalla, siltikin lähes 70 prosenttia SuPerin sisäilmakyselyyn vastanneesta hoitajista kertoo viihtyvänsä työssään hyvin. Hakekaa pelotusta apua itsellenne. Samalla edistätte potilaiden ja työkavereiden terveyttä. Vain nostamalla epäkohtia esiin ja käsittelemällä niitä asiallisesti, saadaan aikaan parannuksia yhteiskunnassa. Nöyrät kiitokset teille, jotka vastasitte kyselyyn. Ilman teidän osallistumista, emme me tutkijat voisi auttaa teitä. Tarvitsemme toisiamme. ■

VANHUUDEN JA SAIRAUKSIEN HÄPEÄ

Olin nuori terveyskeskuslääkäri Posiolla. Istuin iäkään naisen vieressä vanhainkodissa ja haastattelin häntä. Nainen katkaisi keskustelun, otti kiinni kädestäni, hiveli sitä ja sanoi: ”Sinulla on kaunis ja siileä iho. Katso minun ryppyistä ja rumaa kättäni.” Vastasin sanomalla, että työ ja eletyt vuodet ovat jättäneet jäljet hänen käsiinsä. Jatkoin: ”Niinhän meille jokaiselle käy vanhetessamme.”

Kokemattomana lääkärinä en ymmärtänyt, mitä nainen halusi kertoa lauseillaan. Kysymys noiden sanojen psykologisesta merkityksestä jäi kalvamaan mieltäni. Opittuani geriatriaa olen tulkinut hänen lauseittensa kuvastaneen nuoruuden kaihoa. Aikaa, jonka oli kokenut, mutta johon ei pystynyt palaamaan. Myös häpeä vanhuuden muutoksista saattoi kuvastua niissä. Hän piti käsiään rumina.

Siileä iho, suora ryhti, solakka varতো ja nopeat kehon ja aivojen toiminat kuvastavat ihannekuvaa ihmisestä länsimaaisessa kulttuurissa. Vanhenemiseen liittyvät muutokset ovat vastakkaisia tälle ihanteelle. Arvioimme ihmisiä pääasiassa heidän ulkoisen olemuksensa ja toimintakykyisyytensä perusteella. Psykkisestä kehityksestä iän myötä ei juurikaan puhuta tai kirjoiteta.

Nuoren ihmisen ulkonäön ja nopeuden ihannointi joh-



JOONAS VÄÄNÄNEN

taa kielteisiin asenteisiin vanhuksia kohtaan. Ageismin eli ikäismin juuret ovat syvällä kulttuurissamme.

Muistisairaudet, aivohalvaukset, Parkinsonin tauti, nivelrikot ja muut vammauttavat sairaudet yleistyvät iän lisääntyessä. Vanhojen ihmisten ulkonäössä ja toiminnoissa eivät kuvastu vain vanhenemisen aiheuttamat muutokset. Kohdatesamamme vanhuksen näemme hänen nivelrikon runtelemat kätensä, halvauksen aiheuttaman liikkeiden puutteen, muistisairaudesta johtuvan muistin ja muiden kognitiivisten toimintojen heikkouden ja muut sairauksista johtuvat muutokset. Vammauttavat sairaudet ovat etäännyttäneet vanhan ihmisen kehon toimintoineen kauas kulttuurimme ihannekuvasta.

Yksilöinä olemme kulttuurimme kasvatteja. Valtaideologia jättää jälkensä kansalaisten uskomuksiin. Ne kuvastuvat kaikenikäisten, myös vanhenevien ja vanhojen ajatuksissa. Erkki Tantan vuonna 1942 piirtämä kuva kolmesta vanhasta, peiliin katsovasta naisesta ja piirroksen teksti *Mun muistohoni peilit on huanonnu, sanoo akka kun peilihin kattoo* kertovat kulttuurimme asenteista huumoriin puettuna. Osa vanhenevista ihmisistä kokee vanhenemisen ja sairauksien aiheuttamat muutokset häpeällisiksi. Myös vanhuksen omaiset saattavat hävetä muistisairaasta tai muuten toimintakyvyltään heikentyneen omaisensa käyttäytymistä. Nuoruutta ihannoiva kulttuuri heikentää kansalaisten tasapainoisen vanhenemisen mahdollisuuksia.

Uskon presidentti Kekkonen ja presidentti Koiviston sairastumisen muistisairauteen hälventäneen näihin sairauksiin liittyvää häpeää. Muistisairauksista on tullut presidentillisiä. Tämä ei kuitenkaan riitä. Vanhenemista ja vammauttavia sairauksia käsittelevien tietojen lisäämiselle kaikenikäisten keskuudessa on tarvetta. Asialliset tiedot parantavat ymmärrystä ja saattavat muuttaa asenteita. ■

Suosittele SuPeria

#supertekeehyvaa
#suosittelesuperia



...ja kerro samalla SuPerin upeista jäseneduista,
joiden valikoima kasvaa kuin sienet sateella.

Huom! Suositteleva saa syyskuussa
30 euron arvoisen lahjakortin!

KATSO OHJEET SUOSITTELUUN:

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



Super-
ammattilainen
tekee
hyvää!



Uusi varsinainen jäsen saa tervetuliaislahjaksi monitoimikaulanauhan sekä arvokkaan ammattimerkin.

LÄHIHOITAJA- OPIKSELIJA, LIITY SUPERIIN!

Lähihoitajien oman liiton opiskelijajäsenenä saat maksutta:

- loistavat jäsenedut jäsenkortilla
- ammatillisen SuPer-lehden
- jäsenkalenterin
- hyvät vakuutukset vapaalle ja töihin
- työttömyyskassan jäsenyyden
- liiton toimiston, SuPer-opon, yhdysjäsenen ja luottamusmiehen tuen ja avun

Lue lisää jäseneduista ja liity SuPeriin
www.superliitto.fi tai skannaa koodi:



www.superliitto.fi



facebook.com/superliitto



Twitter ja Instagram @superliitto



Kun hoitajasta tulee potilas

Kiitoksen arvoinen pizza ja parfyymien tuoksu

TEKSTI ELINA KUJALA KUVA ISTOCKPHOTO

Lähihoitajan voi olla vaikeaa asettua hoidettavan rooliin, mutta oma ammattitaito myös helpottaa sairaalan käytäntöjen ymmärtämistä.

SuPer-lehti kysyi lukijoiltaan, millaisia kokemuksia heillä on potilaana olemisesta. Vastaajien kokemukset siitä, kannattaako omaa ammattia kertoa, vaihtelivat. Osa koki saavansa hiukan parempaa ja sujuvampaa hoitoa kollegoilta lähihoitajan statuksensa takia, toiset taas kokivat, että omasta hoitajuudesta oli sairaalaympäristössä enemmän haittaa kuin hyötyä.

Saman alan ihmisten tukea, kollegiaalisuutta, arvostettiin. Eräs vastaajista oli joutunut sairaalaan kesken työpäivänsä, vielä oma hoitajan työasu päällä.

– Hoitajan työvaatteet huomioitiin monen eri ihmisen taholta. Osastolle mentyäni tiedoissa luki ammattini lähihoitaja ja jokainen hoitaja tuntui ottavan minuun asenteen ”kollega”. Se tuntui hyvältä. Näin ainakin ajattelin. En tuntenut olevani potilas. Vaikka ketään en tuntenut, oli kaikkien kanssa mukava jutella työpäivän kuluksi.

Toinen, useissa leikkauksissa eri sairaaloissa käynyt hoitaja taas mieluiten jätti ammatinsa kertomatta.

– Yleensä pyrin välttämään kertomista, että olen lähihoitaja, koska siitä saattaa tulla myös olettamuksia. Olettamuksia siitä, että no kyllähän sä näät jutut tiedät kun olet hoitaja.

Eräs vastaajista koki saaneensa poikkeuksellisen välittömää hoitoa sairaalan osastolla aivoverenkiertohäiriön jälkeen. Oman ammatin kertominen ei ainakaan helpottanut tilannetta.

– Kerroin jo alkuun olevani hoitaja koulutukseltani. Se aiheutti vinoja katseita. Olisi pitänyt päästä puhumaan osastonhoitajalle huonosta hoitoilmapiiristä, se tuli kuitenkin vasta kotona mieleen. Potilaan henkinen hyvinvointi ei heitä kiinnostanut sen paremmin kuin fyysinenkään, vain yksi hoitaja koko viikonlopun aikana kysyi miten minä voin. Taisin saada huonon potilaan maineen, se ei kylläkään yhtään haittaa, olen siviilissä tunnetusti mukava ihminen. Kotiin pääsystäni jälkeen kuulin osastosta sen olevan kuuluisa huonosta hoidostaan.

HANKALA POTILAS

Usein kuulee sanottavan, että hoitajat ovat hankalia potilaita. Lastenosastolla työskentelevä sairaanhoitaja ja kolumnisti, amerikkalainen Shazia Memon kirjoittaa The Atlantic -lehden kolumnissaan, että hoitajat joutuvat omassa työssään olemaan niin korostetun rauhallisia ja huomioimaan jatkuvasti muita ihmisiä, että kun potilaana oleminen osuu omalle kohdalle, ei kipeä tai muuten hätäntynyt hoitaja osakaan asettua rooliinsa. Toiset vähättelevät omaa avun tarvettaan, eivätkä halua olla kollegoille vaivaksi.

– Näin siinä maatessani tuttujen hoitajien kiireen, niin en sitten kehdannut huikkia mitään, vaikka olinkin aika kipeä ja pitkän odottelun takia nälkä kurni ja janotti. En jotenkin halunnut olla muille vaivoiksi. Jälkeenpäin ajateltu- ►

na olisin voinut vaatia enemmän huomiota, kirjoitti eräs lähihoitaja.

Hoitaja huomaa sairaalassa koulutuksensa ja työkokemuksensa perusteella paljon sellaista, mitä muut potilaat eivät huomaa.

– Sivusilmällä näin, kun hoitaja rupesi siinä täyttämään jo papereita siihen malliin, että joudutaanko tästä leikkaussaliin sittenkin. Ei se tieto ainakaan minua siinä tilanteessa lohduttanut, päinvastoin paniikki kasvoi, muistelee yksi lähihoitaja synnytystään.

Eräs hoitaja oli samassa huoneessa potilaan kanssa, jolla epäiltiin vatsatautia ja joka eristettiin.

– Minun huoneeseeni ei laitettu kahteen päivään muita potilaita. Oli jännä nähdä, kuinka värikäs oli käytäntö, osa suojasi itsensä kaikilla eristysvaatteilla, osa pelkillä hanskoilla ja osa tuli huoneeseen ilman hanskoja ja hoitivat minua jopa ilman hanskoja. Kukaan ei oikein kunnolla tiennyt, että täytykö minua hoitaa kuin eristyspotilasta vai ei.

Joskus hoitaja on potilaanakin hoitajan roolissa, ainakin

osittain. Monet kertoivat auttaneensa sairaalassa muita potilaita, neuvoneensa heille sairaalan käytäntöjä tai vaikka rauhoitelleensa epätietoista huonekaveria. Hoitaja haluaa potilaanakin helpottaa toisen hoitajan työtaakkaa.

– Kotiutuspapereita odottaessani poistin itse sängystäni jo lakanat ja vein ne käytävän pyykkipussiin. Harkitsin myös kanyylin poistamista itsenäisesti, mutta mustelmien pelossa säästin sen hoitajalle. Hoitaja oli jokseenkin hämmentynyt, kun löysi minut takki päällä tyhjältä sängystä odottelemassa kotiin pääsyä, kirjoittaa yksi hoitaja.

Potilaan rooli voi terveydenhoitoalan ammattilaiselle olla ristiriitainen ja tunteita herättävä, mutta vastaajat eivät arvele olevansa hankalia potilaita kollegoilleen.

– Uskon, ettemme me hoitajat aina ole vaikeita potilaita. Itse ainakin pyrin pyytämään asioita mahdollisimman vähän. Muistan vieläkin kun ensimmäisellä sairaalareissullani jouduin ensimmäistä kertaa elämässäni itse painamaan soittokehoa. Se tuntui jollain tavalla jopa juhlalliselta hetkeltä, rajan ylitykseltä. ■

Hoitajan oivalluksia potilasvuoteelta

”Olin yhtäkkiä tekemisen kohde, jota ihmiset määrätietoisesti käsittelevät, jännitti ja alkoi jopa aavistuksen ahdistaa. Yksi hoitajista oli poikkeuksellisen hyvä ja empaattinen, taisi aistia tuntemukseni ja silitti minua kädestä. Hän kertoi tarkkaan, mitä seuraavaksi tapahtuu, miltä kanyylin laitto tuntuu, kehoitti hengittämään ja teki hengitysharjoituksia kanssani, jutteli kaikesta muusta ja yritti saada minua rentoutumaan. Hänen läsnäolo rauhoitti. Mietin tuolloin, miltä työssäni hoidettavilta muistisairaista mahtaa tuntua hoitotoimenpiteissä, he kun eivät tilannetta ymmärrä niin hyvin. Ymmärsin miten tärkeää kohtaaminen, vuorovaikutus ja rauhoittava olemus on potilastyössä.”

”Olin saanut edellisenä yönä vauvani. Aamulla hoitaja tuli kierrolle mukanaan sairaanhoitajaopiskelija, joka oli oma lähihoitajaopiskelijakaverini. Emme toki olleet läheisiä mutta... Synnytyksen jälkeen hoitaja painelee vatsaa ja kohtua tarkastaen, kuinka alapäästä tulee vielä verta tai jotain. Voin sanoa, että on supernoloa, kun tuttu tyyppi vahtaa muutoinkin henkilökohtaista alapäästäsi, joka on edellisyytensä kärsinyt kaiken maailman venymät ja repeämät ja joka on ommeltu kasaan. Tuore äiti oli todella nolona. Tästä olen oppinut, että mikäli joku potilas on mitenkään tuttu, kysyn aina ensin saanko tehdä jonkin toimenpiteen, joka voi olla arempi. Olen pyrkinyt opettamaan samaa opiskelijoille perustellen, miksi omaisia ja lähituttavia ei ole suositeltavaa hoitaa.”

”Valtavasti ihmisiä, lääkäreitä ja hoitajia tuntui kulkevan käytävällä ohitseni, makasin kylmissäni ”laverilla”, mutta kukaan ei pysähtynyt ja kertonut minulle, mitä tapahtuu ja mitä voin odottaa. Ehkä he olettivat, että tunnen proseduurin. Jossakin kohtaa minut siirrettiin ikkunattomaan

varastohuoneeseen, tilaa ei ollut kai muualla, ja yksinäisyys jatkui, jatkui ja jatkui. Opin tästä kokemuksesta sen, että muistan huomioida potilaani, mikäli hän tai läheisensä joutuu odottelemaan hoitoa. Odottavan aika on pitkä ja varsinkin mikäli on kipuja, epävarmuutta ja hätää, niin sitäkin pidempi on joka sekunti.”

”Ihan pienet asiat voi joskus olla niitä suuria. Olin epävarma imetyksen suhteen. Kätilöltä tuli todella upeita pieniä kannustuksia. Näistä koetin ottaa oppia työhöni ja muistaa aina sanoa asiakkailleni pieniä kannustavia sanoja tai kehuja.”

”Työskentelen itse vanhusten parissa, jossa perushoito korostuu. Ymmärrän sen tärkeyden ja merkityksen yhä paremmin nyt, kun olen itse ollut potilaana. Yliopistollisen keskussairaalan ensiavussa ja sen tarkkailuosastolla eivät hoitajat kiinnitä tähän aiheeseen suurtakaan huomiota. He, kuten myös lääkärit, ovat varmasti osaavia omalla työkentällään. Kuitenkin, kun 39–40 asteen kuumessa tärisävänä otetaan petipaikalle jatkotutkimuksia varten, arvostaisi kovasti peittoja.”

”Jos joku asia ärsytti, niin se, että hoitajat ei tervehdhi ohimenneessään. Vaikka vain katsekontakti. Itse kyllä töissä tervehdin ja hymyilen vieraille ja otan katsekontaktin kun vain voin. Ei ole kukaan vielä sanonut, että mitäs siinä kattelet.”

”Huomasin sairaalareissulla, että kuinka paljon mielekkäämpää on kun hoitajat koputtavat huoneeseen tullessa. Välillä se itselläkin unohtuu, mutta sairaalareissun jälkeen muistan sen paljon paremmin.”

Hoitajan ilkeät sanat itkettivät

"Olin synnyttämässä ensimmäistä lastani ja lapsi oli joutunut valvontaosastolle. Olin joutunut sektioon ja minut unohdettiin kokonaan. Neljättä päivää maatesa tuli sitten hoitaja luokseni ja kysyi, että oletko huomannut, että sinut on unohdettu? Sanoin, että joo. Johon hoitaja, että niin mutta sähän olet lähihoitaja, mutta voidaan me verenpaine mitata."

"Olin aluksi muutaman tunnin keskussairaalan puolella jossa kaikki sujui hyvin ja odottelin osastolle pääsyä, hoitaja oli mukava ja kyseli vointia. Kun minut siirrettiin osastolle ilmapiiri muuttui täysin. Siellä oli pari todella työkeää hoitajaa, keski-ikäisiä kumpikin. Ensimmäinen lause oli: "Mitä kaverisi ajattelevat, kun vietät juhannuksen täällä?!" Hoitaja esitti tuon lauseen todella ilkeästi ja olin niin kipeä, etten tiennyt mitä sanoa ja muutenkin tuo

lausahdus meinasi saada minut itkemään. Tietenkin olisin mieluummin ollut muualla kuin sairaalassa."

"Kerran jouduin kiireellä hakeutumaan heti aamusta ensiapuun. Se aukeaa normaalisti puoli kahdeksan, nyt olin kuitenkin kovien kipujen takia oven takana ennen seitsemää. Puolisoni olisi halunnut soittaa minulle ambulanssin, mutta pääsin kuitenkin oman auton takapenkille nelinkontin. Siellä ensiavun oven vieressä oli penkki, jossa minä sitten yritin nelinkontin etsiä vähiten kipua tuottavaa asentoa ja puolisoni soitti summeria. Hälytys meni osastolle, jossa hoitaja vastasi ja puolisoni kertoi tilanteestani, että olen siellä oven takana kovien kipujen kanssa. Hoitaja vastasi, että he eivät nyt jouda, kun on raportti kesken. Silloin siinä penkillä ollessani ajattelin, jotta tähänkö minun on kuoltava."

Kehuja ja kiitoksia

"Hoitaja selitti hyvin asian ja kertoi, että kohta tullaan ottamaan labrat ja niin tultiinkin. Näytteenottaja oli taitava ja ihana. Hoitaja kävi jossain vaiheessa uudestaan ja kertoi, että valitettavasti lääkäriellä kestää vielä hetki, jolloin pyysin, että voinko käydä hakemassa jotain ruokaa kun nälkä oli. Tämä ihana hoitaja kysyi minulta, että kinkku vai juusto, ja hetken kuluttua ilmestyi sängyn viereen kädessään sämpylä ja pillimehu! Ihanaa toimintaa! Pahoitteli vielä, että kanttiinin leivät ei ole ehkä maailman parhaita."

"Olin kättilöopistolla kohturungon syöpäleikkauksessa ja jännitin luonnollisesti kovasti. Leikkauksen jälkeisenä yönä yöhoitaja tuli helpottamaan oloani ja muistan, miten positiivisen vaikutuksen hänen huoliteltu ulkonäkönsä ja

hajuveden tuoksu minuun teki: vielä minäkin täältä sängyn pohjalta nousen naisena!"

"Viime kesänä jouduin sairaalahoitoon pidemmäksi aikaa. Eräänä päivänä itselläni oli kamala olo, epätietoisuus siitä, mikä sairaus minua vaivasi ja se miten tästä kaikesta selviää. Siihen tuli sitten nuori mieshoitaja kuuntelemaan, hän istahti sängyn reunalle ja ojensi nenäliinaa. Siinä keskusteltiin vähän ja sitten hoitaja kysyi, että mitenköhän sinua nyt vähän piristettäisiin ja ehdotti, että tilattaisko sairaalaan pizzat! Ruokahalu oli ollut huono jo monta viikkoa, joten kyllä maistuisi pizza. Niinhän me sitten tilattiin ja pojat myös, kaksi nuorta hoitajamiestä. Joillakin on taito olla todella läsnä, jättää kiire taakse hetkeksi."

Tutkimuksen musta aukko

Laitoin eräänä elokuun arki-iltana SuPer-lehden Facebook-sivulle pyynnön, että lähihoitajat kirjoittaisivat omia kokemuksiaan potilaana olemisesta. Vastausten määrä yllätti. Sähköpostini täyttyi muutamassa tunnissa kymmenistä kertomuksista, lyhyistä ja pitkistä. Oli kehuja arvoisia kokemuksia, joissa kollegoiden työtä ihasteltiin. Oli myös sellaisia kauhu-kertomuksia, joita yhdenkään kipeänä ja hädissään apua hakevan ei soisi kokevan, olipa sitten hoitaja tai ei. Monet olivat oppineet jotakin: Näin minäkin yritän työssäni tehdä tai tuota virhettä en ainakaan ikinä. Tämä aihe puhuttaa lähihoitajia!

Hoitajan kokemuksia potilaana on tutkittu hyvin vähän. Yritin etsiä tätä juttua varten asiantuntijahaastateltavaa, esimerkiksi yliopiston tutkijaa, joka olisi edes sivunnut aihetta omassa työssään. Turhaan. Sellaista ei löytynyt. Hoitajan ammatti-identiteetti tai hoitajien kokema kollegiaalisuus ovat tutumia aiheita, mutta hoitajan osa potilaana on tutkimuskentälläkin musta aukko. Toivottavasti aihe, joka herättää hoitajissa näin paljon tunteita, herättäisi tulevaisuudessa myös tutkijoiden kiinnostuksen. ■

ELINA KUJALA

Suurkaupunki esteettömyystestissä

TEKSTI HENRIKKA HAKKALA KUVAT OPISKELIJOIDEN MATKAPÄIVÄKIRJASTA

Vuosi kuntoutuksen osaamisalan opintojen parissa hitsasi Etelä-Kymenlaakson ammattiopiston lähihoitajaopiskelijat tiiviisti yhteen. Matka Berliiniin oli mieleenpainuva tapa kaartaa kohti opintojen loppusuoraa ja koetella saavutettua ammattitaitoa.

Toinen toisensa tukeminen, tiivis yhteistyö opinnoissa sekä yhdessä vietetty aika tuntuivat Ekamin opiskelijoista liian arvokkailta päättymään tuosta vain. Kevään 2017 korvalla kuntoutuksen osaamisalan opiskelijaryhmä alkoi yhdessä tuumin suunnitella matkaa ulkomaille, kunhan kaikki olisivat saaneet pitkän harjoittelunsa valmiiksi. Huhtikuun lopulla to-

teutettu matka sai toimia juhlavana tapana nauttia vielä koossa olevasta porukasta ja tankata energiaa opintojen viimeistelyyn.

Neljän päivän aikana kahdeksan opiskelijan ja yhden opettajan ryhmä liikkui miljoonakaupunki Berliinissä ja tarkasteli samalla ympäristönsä monikulttuurisuutta, esteettömyyttä ja vuorovaikutusta kuntoutuksen näkö-

kulmasta. Suomeen jääneille kurssikaverille havainnot koottiin valokuvien ryhdytetyksi matkapäiväkirjaksi. Matka oli opiskelijoille omakustanteinen. Budjettia tukemaan he saivat SuPerilta kohdeavustuksen.

– Vaikka olimme vapaa-ajan matkalla, halusimme sisällyttää siihen myös opintoasioita. Samalla tuli harjoiteltua

myös ryhmäytymisasiota. Halusimme varmistaa, että kaikki pysyvät mukana ja kaikkien kiinnostus pysyy yllä. Työelämässä se kuitenkin on sitä, että uusissa ympäristöissä sovitetaan erilaisia toiveita yhteen, kertoo Mirka Liljeqvist.



Miia Ihonen, opettaja Janne Hyppönen, Katja Mäenpää, Sanna Viljakainen, Mirka Liljeqvist, Henna Junninen, Johanna Ruusunen-Peltoniemi ja Oona Takala.

” Opiskelusta saa muutakin kuin tutkinon, nimittäin tärkeitä ihmissuhteita.



” Berliini on suurkaupunki, jossa on hyvä julkisen liikenteen verkosto. Tuli kyllä katsottua, miten mahdollisimman moni pääsisi liikkumaan ja erilaisilla apuvälineillä.

MILJOONAKAUPUNKI LIIKKEESSÄ

Kolmen ja puolen miljoonan ihmisen suurkaupungissa joukkoliikenne on keskeinen osa arkea. Suurten massojen liikuttajat – lentokoneet ja metrot – todettiin verrattain käteviksi liikuntarajoitteillekin kulkijoille. Lentokentän leveät käytävät, kynnyksettömyys ja tilavat hissit mahdollistavat vaivattoman liikku-
misen. Suurin osa kaupungin metroasemista on esteettömiä. Ne on lisäksi merkitty metrokartalle omalla symbolillaan.

Kompastuskiviäkin silti löytyy. Bussiin pääsee avustajan avulla helposti, mutta itsenäisesti kulkevalle pääsy voi olla vaikeaa. Äänimerkit ovien avautuessa toimivat hyvin, mutta esimerkik-

si näkövammaiset eivät välttämättä löydä nappeja, joista ovet aukeavat bussista poistuessa. Jalan kulkiessa terveinkin säärin askeltava saa tehdä töitä ehtiäkseen kiivaan liikenteen tieltä ennen valojen vaihtumista.

VIESTINTÄÄ KEHOLLA JA KIELELLÄ

Yhteinen, ymmärrettävä kieli on osa esteettömyyttä. Hieman yllättäen englannin kielellä ei Berliinissä kaikkialla saa asiaansa selvitettyksi. Vaikka katukuva on erittäin monikulttuurinen, suurimmassa osassa kaupoista ja ravintoloista henkilökunta puhuu joko saksaa tai oman lähtömaansa kieltä. Elekieli, kuvat, ilmeet ja tukiviittomat nousivat-

kin vahvasti tukemaan puhuttua sanaa. Matkasta tuli näin opiskelijoille monipuolinen viestintäharjoitus, joka antoi lisää rohkeutta ja varmuutta käyttää kaikkia sanallisen ja sanattoman viestinnän kanavia.

Kulttuurin näkökulmasta opiskelijat uskovat, että Suomessa koulutetun lähihoitajan työskentely Saksassa voisi sujua mukavasti. Suomen ja Saksan erot eivät näyttäneet liian suurilta. Työskentely hoito- ja kuntoutustehtävissä edellyttäisi kuitenkin hyvää saksan kielen taitoa ja etenkin ammattisanaston hallintaa. Erityisesti opiskelijoiden suosiossa olevassa Berliinissä myös uusien verkostojen luominen voisi olla melko helppoa. ■



” Opimme havainnoimaan vierasta kulttuuria ja ympäristöä kuntoutuksen näkökulmasta.

SUPER MYÖNTÄÄ HARKINNANVARAISESTI
AVUSTUSTA OPISKELIJAJÄSENTEN
TYÖSSÄOPPIMISEEN ULKOMAILLA.

LISÄTIEDOT: OPISKELIJAT@SUPERLIITTO.FI

ERITYISESTI NAISILLE

TEKSTI IRENE PAKKANEN KUVAT PAULI JÄRVILUOTO

Hoitokoti Tuhkimo Tohmajärvellä tarjoaa ainoana Suomessa naisille suunnattua päihdekuntoutusta. Kaikki asiakkaat ovat naisia, samoin hoitohenkilöstö.

Joka vuosi kesäkuussa Tuhkimossa vietetään Raittiuden juhlaa, johon voivat osallistua kaikki asiakkaina olleet. Viidentoista vuoden aikana heitä on kertynyt 1 232. Kenkäjuhlia, joissa vuoden raittiina olleet naiset esittävät oman toipumistorinsa kanssasisarille, pidetään pitkin vuotta. Kiitokseksi hoitokoti luovuttaa juhlijalle hopeisen Tuhkimon kenkä -riipuksen.

– Meidän sloganimme on Tuhkimosta oman elämän haltijaksi. Annamme täällä toisen kengän, mutta toisen asiakas saa etsiä itse, sosionomi AMK, lähihoitaja Niina Leiviskä kertoo.

Päihdekuntoutus yrittäjä Raija Lindbergin perustamassa Tuhkimossa perustuu Myllyhoitoon ja AA/NA-askeleisiin. Ohjaajakeskustelujen, itsehoitoryhmien, luentojen ja ryhmätoiminnan ohella asiakkaalla on mahdollisuus sielunhoitajan, päihdelääkärin, seksuaaliterapeutin ja ravitsemusterapeutin ohjaukseen.

– Meillä on turvallinen ympäristö käsitellä esimerkiksi kipeitä seksuaalisuuteen tai äitiyteen liittyviä asioita, Leiviskä toteaa.

Hoidon tukena käytetään luovia menetelmiä kuten maalausta, musiikkiryhmiä, draamaa ja valokuvausta. Viiden pisteen korva-akupunktiosta ja fysioakustisesta tuolista on saatu helpotusta vieroitusoireisiin.

Alkoholi on pääpäihde yli 60 prosentilla asiakkaista. Huumausaineriippuvaisia on vajaa neljännes ja lääkeriippuvaisia runsas kymmenes. Rinnalla on toiminnallisia riippuvuuksia kuten syömishäiriöitä, työnarkomaniata tai seksiriippuvuutta.

Asiakas tulee tavallisimmin Tuhkimoon A-klinikan kautta. Alkoholiriippuvaisilla peruskuntoutus kestää 1–3 kuukautta. Huume- ja lääkeriippuvaisilla suositus on, että kuntoutus kestää vähintään kolme kuukautta. Merkittävä määrä asiakkaista työskentelee sosiaali- ja terveysalalla.

Seksuaalineuvoja, päihdeohjaaja ja lähihoitaja Kirsi Räsänen-Muttosen mukaan naisille on paljon helpompaa lähteä hakemaan apua mielenterveysongelmiin kuin päihteisiin. Häpeä ja pelko lasten menetyksestä voivat lykätä asiaa kunnes lastensuojelu puuttuu kuvioon. ►



Tuemme Tuhkimossa asiakkaan
naiseutta ja itsetuhtoa. Kummat-
kin on usein lytätty maanrakoon,
Kirsi Räsänen-Muttonen sanoo.

RAUHA, PURKU JA EHEYTYYS

Peruskuntoutus jakautuu rauhoittumis-, purku- ja eheyttämismvaiheisiin. Tuloviikolla tutustutaan omaan ohjaajaan, talon sääntöihin ja kartoitetaan asiakkaan tilannetta. Vieraita tai puheluja ei sallita. Hiljentyminen oman itsen äärelle on osa hoitoa, samoin rutiinit.

Yksi hoidon lähtökohdista on usko korkeimpaan.

– Sen ei tarvitse tarkoittaa jumalaa. Esimerkiksi vertaistuki voi olla kannustin, josta asiakas saa voimaa raitistumiseen, Leiviskä sanoo.

Asiakkaan lääkitys käydään läpi hoidon alussa. Yhteistyössä päihdelääkärin kanssa pudotetaan rauhoittavat lääkkeet pois. Korvaushoitoa ei anneta, koska se katsotaan riippuvuuden korvaamiseksi toisella riippuvuudella.

Työkirjan avulla asiakas purkaa palasiksi päihteidenkäytön historiansa. Kaikesta siitä, mitä päihteistä on seurannut naisen työelämään, talouteen, fyysiseen ja psyykkiseen terveyteen, vapaa-aikaan, elämän arvoihin ja perhe-elämään keskustellaan rauhassa ohjaajan kanssa.

– Työkirjan auttava elementti on tehdä päihdeongelma nä-

ASIAKKAALLA VOI OLLA PALJONKIN TUNTEITA TAI KÄSIT- TELEMÄTTÖMIÄ ASIOITA, JOITA HÄN ON HOITANUT PÄIHTEILLÄ.

kyväksi. Samalla asiakas näkee, miksi on joutunut avohoidosta laitoshoitoon. Tästä kaikesta syntyy päihteiden käytön stoori, jonka asiakas esittää yhteisölle, Räsänen-Muttonen kokoaa.

Alkoholiriippuvaisilla edetään AA-askelilla ja muissa riippuvuuksissa NA-askelilla. Molemmissa ensimmäinen askel on riippuvuuden myöntäminen.

– Päihderiippuvuus on tunne-elämän sairaus. Asiakkaalla voi olla paljonkin tunteita tai käsittelemättömiä asioita, joita hän on hoitanut päihdeillä. Tarjoamme asiakkaalle vaihtoehtoisia keinoja tunteiden kohtaamiseen ja käsittelyyn, Räsänen-Muttonen sanoo.

– Naiset ovat mestareita salaamaan päihteidenkäyttöään. Täällä se ja kaikki siihen liittyvä tehdään näkyväksi, Niina Leiviskä sanoo.

Ehetymisvaiheessa keskitytään muutostarpeisiin, eli asioihin, joiden on asiakkaan elämässä jatkossa oltava toisin, jotta toipuminen voi jatkua.

Peruskuntoutuksessa päivät ovat pitkiä, ja ryhmiä on myös iltaisin. Viikonloput ovat vapaat. Oman puhelimen käyttö on rajoitettua, eikä omia lääkkeitä ole asiakkaalla itsellään.

Peruskuntoutuksen päättyessä tehdään hoitosuunnitelma päihteettömyyden tueksi kotipaikkakunnalla.

Loppulausunnossa asiakkaalle suositellaan ensin päihteettömyyttä puolen vuoden ajan ennen mahdollista terapiaa. Näin asiakas saisi siitä kaiken hyödyn irti.

6–9 kuukautta kestävä jatkokuntoutus on tarkoitettu naisille, jotka tarvitsevat enemmän tukea ja ohjausta raittiina olemiseen, itsenäistymiseen ja arjen pyörittämiseen. Ruuanlaitossa naisia opastavat kerran kuussa Tohmajärven Martat.

Jatkokuntoutuksessa asiakkaat asuvat Tuhkimon pihapiirissä omissa asunnoissaan. He osallistuvat päivärutiineihin, mutta illat ja viikonloput ovat vapaat. Jatkokuntoutuksessa puhelin ja lääkkeet ovat tapauskohtaisesti asiakkaalla itsellään.

RANKOISTA KOKEMUKSISTA ONNISTUMISIIN

Tuhkimon asiakkaista 70 prosenttia on kokenut väkivaltaa. Seksuaalista hyväksikäyttöä on kokenut lähes puolet ja in-sestin joka kymmenes.

– Alkoholistinaisilla moraali muuttuu, ja tulee syrjähyppyjä ja irtosuhteita. Huumemaailmassa kama vaihdetaan usein omaan kehoon. Jos asiakas itse toivoo, otan seksuaalisat puheeksi, kun hän on ollut talossa kaksi viikkoa, Räsänen-Muttonen kertoo.

Asiakas saattaa mieltää seksuaalisen hyväksikäytön ainoastaan raiskaukseksi. Monille valkeneekin vasta kuntoutuksessa, mitä kaikkea sana pitää sisällään.

– Tuemme Tuhkimossa naiseutta ja naisen itsetuntoa, joka on asiakkailla usein lytätty pohjamutiin.

Asiakasseurannan mukaan toipumisprosentti peruskuntoutuksen jälkeen on 41 mutta jatkokuntoutuksen jälkeen jo 85.

Toipuneet lähettävät iloisia terveisiä hoitokodille: yksi on palannut töihin, toinen on saanut itseluottamuksensa takaisin, kolmas huostaanoton puretuksi.



Selene Taskiselle on tärkeää, että hoitajilla on aikaa asiakkaalle. Tiivis vuorovaikutus on Tuhkimossa hoidon kulmakiviä.

Jokaisella on oma taakkansa

Alkoholismista kärsivä Selene Taskinen tuli Tuhkimoon psykiatrisen osaston kautta. Hoitopaikan valinnassa painoivat sekä esteettömyys että nais-erityisyys.

43-vuotias Taskinen aloitti päihdeiden käytön jo 11-vuotiaana. Nuoruusvuosiin kuuluivat kovat huumeet, joista hän vieroittui 22-vuotiaana Ruotsissa asuessaan.

Sosiaalinen juoja Selene ei ole koskaan ollut. Pikemminkin naistapainen.

– Olen juonut pääasiassa kotona ja runsaasti.

Taskisen elämä on monella tapaa uudessa vaiheessa. Parisuhde on päätynyt, ja peruskuntoutuksen jälkeen edessä on muutto tukiasuntoon.

– Mun mies oli tavattoman kiltti. Hän toi minulle alkoholia, mutta samalla mahdollisti juomistani.

Tuhkimosta Taskinen odottaa saavansa tietoa, työkaluja ja keinoja raittiiseen elämään.

– Oman päihdeidenkäytön stoorin kirjoittaminen on aikamoinen urakka. Olen vasta alussa raittiuden taipaleellani.

Juhannus Tuhkimossa oli paras vuosikymmeniin.

– Syötiin laavulla, saunottiin, oli karaokea ja kaikkea. Olin selvin päin, enkä herännyt krapulassa tai missään näivetyksessä.

Taskinen kertoo voivansa juuri nyt mainiosti.

– Minulle riittää nyt tämä päivä. Tulevaisuus näyttää kuitenkin valoisalta, hän sanoo.

Retkahduksia tapahtuu eniten hoidon alussa. Noin joka viides asiakas keskeyttää peruskuntoutuksen.

– Jos asiakas ilmoittaa retkahtaneensa lomalla, hänet pyritään saamaan mahdollisimman pian takaisin hoitoon, Räsänen-Muttonen sanoo.

Tuhkimoon tarvitaan laitostuntoutuspäätös, jonka aikana asiakas on oikeutettu Kelan kuntoutusrahaan. Viime kädessä hoidosta päättävät käytän-

nössä kunnat, jotka myöntävät maksusitoumukset.

Kaikki lääkärit eivät Leiviskän mukaan edelleenkään miellä päihderiippuvuutta sairaudeksi.

– Osalle asiakkaistamme on ehdotettu A-klinikalla kohtuukäyttöä, vaikka se ei enää onnistu. Tai saatu lopputulokseksi sekäkäyttö, kun on määrätty rauhoittavia lääkkeitä raitistumisen tueksi. ■

Tulee hyvin juttuun

Esko Karppinen, 78, asustelee yksinään kerrostalossa Joensuuissa ja käyttää kotihoidon palveluja. Pitkä avioliitto päättyi vaimon poismenoon kaksi vuotta sitten. Nyt on aikaa miettiä maailman menoa ja jutella lupsakoita.

Kuinkas hurisee?

– Siinähan tuo mennöö. Yksinäistä tämä on, kun yksinään elää. 52 vuotta oltiin emännän kanssa naimisissa eikä onneksi keritty tapella kertaakaan. Onnellinen avioliitto, kieltämättä. Eihän tässä muuten ikävä oiskaan. Karjalaisia molemmat oltiin, evakkoja.

Viime aikoina on sitten näkynyt enemmän hoitajia?

– Oonhan minä heitä ehtinyt kahteen vuoteen nähdä.

Millainen on hyvä hoitaja?

– Sellaisen kanssa tulee hyvin juttuun. Ei äksyile. Niitä minulla on täällä käynyt paljon. Vaan on käynynnä niitä huonojakin, jos rehellisesti saa sanoa. Toivottavasti kukaan ei nyt pahastu, että Karppinenko se tuomosta puhuu!

Minkälainen on huono hoitaja?

– Pittääkö tuohonkin vastata, etteivät pahastu? No, heille pitää sanoa, että voisithan tuon tai tuonkin tehdä, mutta lääkkeit vain pannaan pöydälle eikä katsota syökö asiakas ne lääkkeit. Ja sitten jo pois lähtevät. Ka, kii-rehän niillä on, sepä se.

TEKSTI JA KUVA JUKKA JÄRVELÄ



Piilevää C-hepatiittia pannaan kuriin



C-hepatiitti on viruksen aiheuttama maksasairaus, jota moni sairastaa tietämättään. Suomessa sairastuneita on lähes 30 000.

C-hepatiittiin ei ole kehitetty rokotetta. Sairaus voi johtaa maksakirroosiin ja altistaa maksasyövälle. Tartunta vaatii verikontaktin, taudin voi saada vaikkapa likaisesta tatuointineulasta.

Suomessa halutaan kehittää sairauden hoitoa. Kampanjan tavoitteena on tehostaa C-hepatiitin ennaltaehkäisyä, yhdenmukaistaa testausta ja pitkällä aikavälillä hoitaa kaikki tartunnan saaneet. ■



LISÄTIETOA C-HEPATIITISTA



JOOA JOO...

”Päättäjiin kohdistuva poliittinen lakko on ay-liikkeelle jopa turhan helppo keino protestoida.”

PÄÄKIRJOITUS

KALEVA 15.8.2017

Pitkä työviikko tekee sairaaksi

Pitkiä työviikkoja vuodesta toiseen tekevät ovat suurentuneessa vaarassa sairastua muun muassa sydän- ja verisuonitauteihin. Raja näyttäisi tuoreen tutkimuksen mukaan menevän 52 viikkotunnissa.

Näin pitkiä työviikkoja ainakin kymmenen vuoden ajan tekevät sairastuivat 60 prosenttia todennäköisemmin syöpään ja 30 prosenttia todennäköisemmin sydän- ja verisuonitauteihin, minkä lisäksi he myös kokivat terveydentilansa huonommaksi kuin 35–51



tuntia viikossa työskentelevät.

Tutkimukseen osallistui 2 000 yhdysvaltalaisista, joita seurattiin vuodet 1986–2011. ■

Nuuska kuriin lainsäädännöllä

Suomen Syöpäyhdistys haluaa kiristää tupakkalakia, jotta nuorten lisääntynyt nuuskankäyttö saataisiin kuriin.

Nuuskaa ei myydä Suomessa, ja si-



tä saa tuoda maahan vain omaan käyttöön, mutta alalla rehoittaa vilkas alakulttuuri myyjineen ja ostajineen. Nuuskaa käyttävät eniten nuoret miehet ja pojat.

– Kehitys uhkaa vakavasti paitsi nuoremme terveyttä myös muutoin hyvää kehitystä tupakkatuotteiden käytön vähentämisessä kohti nikotiinitonta Suomea 2030, Suomen Syöpäyhdistyksen ylilääkäri Eeva Ollila muistuttaa. ■

Vertailu

SYYSKUU

Suomessa syntyi
tammi-kesäkuussa
24 937 lasta.

Viime vuonna syntyneitä
oli vastaavana aikana
26 630.

TILASTOKESKUS





Kun asukas on lähdössä bussilla kotiin, hoitaja istahtaa hänen viereensä juttelemaan ja koti-ikävä unohtuu, perushoitaja Heini Savikko ja lähihoitaja Jenni Tyrylä kertovat.

Oma bussipysäkki pienkodin asukkaille Hämeenlinnassa

TEKSTI JA KUVA MARJO SAJANTOLA

Aito bussipysäkki pienkodin oleskelutilassa toimii niin keskustelun virittäjänä kuin kotikävän kesyttäjänä.

Sinisiipi on yksi Voutilakeskuksessa sijaitsevan Impivaaran neljästä pienkodista. Se tarjoaa hoitoa ja hoivaa 13 muistisairaalle ihmiselle. Koska kodissa voi asua elämänsä loppuun asti, asukkaat ovat hyvinkin eri kuntoisia, itsenäisesti liikkuvista vuoteesta hoidettaviin.

Asukkaille halutaan tarjota monenlaisia aistivirikkeitä. Käytävien seinille on maalattu sapluunalla kuvioita. Seinillä roikkuu ryijyjien ja taulujen lisäksi myös hauskoja esinekokoelmia, kuten kravatteja, käsilaukkuja ja silmälasia sekä kudonnaisia, joita on mukava tunnustella ja silitellä. Parvekkeella on kesäkasveja, joita pääsee hoitamaan myös pyörätuolissa istuva.

Asukkaiden yhteinen oleskelutila on värikäs ja kodikas. Viherkasvit on sijoitettu niin, että ne välttyvät liialta hoidolta. Kun Sinisiipi muutti kymmenen vuotta sitten näihin tiloihin Vuorentaan vanhainkodista, muuttokuorman pakattiin mukaan myös kaikki käyttökelpoiset huonekalut tunnelman tuojiksi.

Oleskelutilassa huomion kiinnittävät kuitenkin ensimmäiseksi taiteilija Noemi Olmedo-Jokirannan maalausmaisema kuvaava seinämaalaus ja sen edessä tolpassa oleva keltainen bussipysäkin merkki aikatauluineen. Vanha puutarhapenkki tarjoaa istuimen bussia odottavalle.

Lähihoitaja Jenni Tyrylä ja perushoitaja Heini Savikko kehuvat, että seinätaulun elävät yksityiskohdat kiinnostavat asukkaita ja niistä syntyy keskusteluita, koska monella on muistoja maalaiselämästä. Aidon näköinen pysäkkikin auttaa muisteluissa, mutta myös kotikävän koittaessa.

– Olemme jo vuosia puhuneet, että täällä pitäisi olla asukkaille pysäkki, jossa voisi odotella busssia kotiin, kun sellainen tunne tulee. Yksi asukkaistamme odottelee siinä jopa päivittäin. Saimme Vekka Liikenteeltä ihan aitoa rekvisiittaa. Pysäkin avajaisissa asukkaamme pääsivät bussiajelle Aulangolle ja kuljettaja oli sonnustautunut vanhaan työasuun ja lipunmyyntilaukkuun, Tyrylä kertoo.

Molemmat hoitajat ovat saaneet

koulutuksen TunteVa-menetelmään, joka tukee muistisairasta ihmistä empatian, keskustelun ja yhteisöllisyyden keinoin. Kun asukkaalle tulee halu lähteä kotiin, hoitaja istuu hänen viereensä ja alkaa jutella rauhallisesti.

– Hätä kotiin voi olla joskus tosi kova. Tunne on aito, ja tilanne on asukkaalle tosi, sitä ei saa sivuuttaa. Kohtaamme hänet tunnetasolla ja pyrimme cheyttämään hänen mieltään muistojen kautta. Jutteleme hänelle tärkeistä asioista, kuten hänen perheestään ja kodistaan, ja hiljalleen asukas rauhoittuu, Savikko kuvailee.

Hän aloitti työt Sinisiivessä tämän vuoden helmikuussa, mutta huomasi jo tutustumiskäynnillä, miten asukkaiden viihtymiseen ja hyvinvointiin on panostettu. Hänestä tuntui heti, että tämä on hänen paikkansa.

– Suurin osa sisustuksesta on perushoitaja Anne Niemisen kädenjälkeä, mutta koko henkilöstö on mukana ideoinnissa ja tavarankäytön hankkimisessa. Hyvässä työyhteisössä innostus tarttuu. Asukkaille virikkeellisessä ympäristössä hoitajakin jaksaa paremmin. ■



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

LÄHIHOITAJAKOULUTUS MUUTTUU ENTISTÄ YKSILÖLLISEMMÄKSI

TEKSTI JUKKA JÄRVELÄ

Lähihoitajakoulutus on ensi vuodesta alkaen yksilöllistä ja se painottuu aikaisempaa enemmän työelämän tarpeiden suuntaan. Uudistus muuttaa koulutusta monin tavoin, ja tämä näkyy superilaisten työpaikoilla.

Sosiaali- ja terveysalan perustutkinto uudistuu elokuussa 2018. Perustutkintoja on päivitetty noin kymmenen vuoden välein. Nykyistä uudistusta on edeltänyt säädösten viilaus, kun esimerkiksi opintoviikot on muutettu osaamispisteiksi.

Tutut tutkinnon osien nimet vaihtuvat. Myös rakenne uudistuu. Uudessa sosiaali- ja terveysalan perustutkinnossa eli tutummin lähihoitajatutkinnossa on kaksi pakollista tutkinnon osaa entisen kolmen sijasta. Osaamisalojen määrä, nimet ja sisällöt muuttuvat. Lainsäädäntötasolla nuorten ja aikuisten lähihoitajakoulutus yhdistyvät yhden lain piiriin. Utta on esimerkiksi se, että aikuisopiskelijatkin suorittavat tutkinnon yhteiset, yleistietoutta sisältävät osat.

TYÖPAIKASTA TÄRKEÄ OPPIMISYMPÄRISTÖ

Moni koulutukseen nyt tuleva muutos näkyy työelämässä ja superilaisten arjessa. SuPerin asiantuntija Soili Nevala toivoo, että syksyllä 2018 voimaan tuleviin muutoksiin ehditään perehtyä ja totuttautua kentällä rauhassa.

– Ammattiosaamisen näytöt ja näyttötutkinnot poistuvat ja niiden tilalle tulee näyttö eli tuttu nimitys pa-

laa takaisin. Nyt kaikilla on yksi ja sama tapa opiskella. Nuoret ja aikuiset menevät samanlaisen arviointiprosessin kautta.

Nevala muistelee, että erilaisten tutkinnon suorittamistapojen yhdistämistä on pohdittu ainakin vuosituhanen alusta asti. Nyt yhdistyminen toteutuu.

– Kun työssäoppimisen käsite nyt poistuu, sen tilalle tulee koulutusoppimus. Oppisopimus jatkuu samanaikaisena kuin nykyään. Työssäoppimisen korvaava koulutusoppimus tehdään tutkinnon osa kerrallaan. Oppisopimus tehdään edelleen koko tutkintoon.

– Näiden avulla työpaikoilla voidaan toteuttaa tavoitteellista, yksilöllistä ja ohjattua oppimista opiskelijan ja työnantajan kannalta kulloinkin soveltuvimmalla tavalla.

– Työpaikalla lisääntyvä oppiminen on liiton näkökulmasta tärkeä juttu. Tarkoitus on, että kunkin tutkinnon

osan jälkeen voidaan miettiä, jatkuuko opiskelu koulutusoppimuksena, vai onko henkilöllä jo niin paljon osaamista, että hän voi siirtyä oppisopimuksen piiriin.

Nevalan mukaan opettajien rooli muuttuu valmentajan suuntaan. Kun toisen asteen koulutuksessa tehdään mittavia säästöjä ja opettajien määrää on vähennetty, superilaisia mietityttää, miten opettajilla jää aikaa uuden tehtäväkuvan toteuttamiseen.

KOULUTUSSOPIMUS VAI OPPISOPIMUS?

SuPerin asiantuntija Elina Ottelakin suhtautuu positiivisesti lähihoitajien koulutusta koskeviin muutoksiin.

– Mielestäni lähihoitajatutkinnon perusteet ovat olleet jo aikaisemmin hyvät. Uudistuksessa pidän suurimpana muutoksena juuri tätä työelämälähtöisyyttä, jolla hoitajien kyvyt halutaan

**TYÖPAIKALLA LISÄÄNTYVÄ OPPIMINEN ON
LIITON NÄKÖKULMASTA TÄRKEÄ JUTTU.**

Ammatillinen koulutus uudistuu

- Eduskunta hyväksyi kesällä uuden ammatillisen koulutuksen lainsäädännön. Reformi on suurin koulutuslain-säädännön uudistus lähes kahteenkymmeneen vuoteen. Uudistus vaikuttaa niin opiskelijoihin, koulutuksen järjestäjiin kuin työ- ja elinkeinoelämään.
- Koulutuksen rakenteet ovat Suomessa uudistuneet hitaasti, vaikka työelämä on mullistunut. Uudessa ammatillisessa koulutuksessa on otettu huomioon yritysten ja työelämän muuttuvat tarpeet.
- Uudistuksen kolme ydinasiaa: henkilökohtaiset opintopolut, laaja-alainen osaaminen sekä tiivis yhteistyö työelämän kanssa.
- Reformin myötä häviää lähes puolet ammattitutkinnoista. Uusi ajattelutapa suuntaa koulutusta järjestelmäkeskeisyydestä kohti osaamisperusteisuutta. Yksilölisiin osaamistarpeisiin pyritään jatkossa vastata joustavasti tutkintojen, niiden osien, tutkintoon johtamattoman koulutuksen ja valmentavien koulutusten avulla.
- Ohjattua ja tavoitteellista opiskelua aiotaan toteuttaa joustavasti niin oppilaitosten oppimisympäristöissä, työpaikoilla kuin digitaalisissa oppimisympäristöissä.
- Uudistuksella lisätään mahdollisuuksia opiskella työpaikoilla ottamalla käyttöön uusi koulutussopimusmalli. Myös oppisopimuskoulutuksen houkuttelevuutta lisätään.

Lähihoitajatutkinnon uudet osaamisalat

Sosiaali- ja terveysalan perustutkinto sisältää kahdeksan osaamisalaa. Tutkinnon laajuus on 180 osaamispistettä.

- Ikääntyvien hoidon ja kuntoutumisen osaamisala
- Jalkojenhoidon osaamisala
- Lasten ja nuorten kasvatuksen ja hoidon osaamisala
- Mielenterveys- ja päihdetyön osaamisala
- Sairaanhoidon ja huolenpidon osaamisala
- Suunhoidon osaamisala
- Vammaistyön osaamisala
- Perustason ensihoidon osaamisala

Kaikissa on neljä pakollista tutkinnon osaa, joista kaksi on yhteisiä: kasvun ja osallisuuden edistäminen sekä terveyden, toimintakyvyn ja hyvinvoinnin edistäminen.

Osaamisalakohertainen tutkintonimike on lähihoitaja lukuun ottamatta perustason ensihoidon osaamisalaa, jossa tutkintonimike on perustason ensihoitaja.

Aiemmin tutkinnossa oli kymmenen osaamisalaa. Osaamisaloista ovat poistuneet asiakaspalvelu- ja tietohallinta sekä kuntoutuminen. Niiden keskeinen oppisisältö on liitetty muihin osaamisaloihin.

saada vastaamaan työelämän osaamista entistä paremmin.

Työpaikalla tapahtuva oppiminen näyttää lisääntyvän nykyisestä. Tämä vaatii superilaisilta jatkossa tarkkuutta oman työn ohessa.

– Koulutussopimuksella opiskeleva opiskelija on oppilaitoksen vastuulla, ei työpaikan tai työpaikkaohjaajan. Otta-kaa siis opettajat ja oppilaitos mukaan vahvistamaan opetustilannetta, että ette jää ohjaamisessa yksin.

– Työpaikalle tulevalle opiskelijalla on oltava hallussaan tietty riittävä teo-

reettinen tausta työnteekoon. Jos tätä valmiutta ei ole, ei voi olettaa, että superilaiset hoitajat alkavat vastata heikolla teoreettisella pohjalla olevan opiskelijan ohjaamisesta.

Koulutussopimuksen myötä työnantajat eivät enää saa korvausta, kuten työssäoppimisen aikana oli mahdollista. Tämä on jo herättänyt keskustelua joidenkin työnantajien keskuudessa. Oppisopimusjärjestelmä kuitenkin säilyy lähes nykyisenkaltaisena ja työnantaja saa oppisopimusopiskelijasta korvauksen.

– Tutkintouudistuksen johtoajatus

on henkilökohtainen osaamisen kehittämissuunnitelma. Opiskelijalle siis tuotetaan sellaista osaamista, mikä häneltä puuttuu ja hän voi taitojen niin mahdollistaessa valmistua nopeastikin. Koulutussopimuksella aloittanut opiskelija voi siirtyä oppisopimusopiskelijaksi loppu-tutkintonsa ajaksi, jolloin työpaikka saa oppisopimuksesta korvauksen.

SuPer on juuri antanut päättäjille oman lausuntonsa lähihoitajatutkinnon uudistamisesta. Se julkaistaan myös liiton verkkosivulla www.superliitto.fi. ■

SuPerin järjestämä edunvalvontakoulutus

Superilainen edunvalvontakoulutus varmistaa, että SuPerin luottamusmiehillä, pääluottamusmiehillä, työsuojeluvaltuutetuilla ja -asiamiehillä sekä ammattiosastojen päättäjillä on aina hyppysissään viimeisin tieto ja osaaminen superilaisesta edunvalvonnasta ja työhyvinvoinnista.

Tarkemmat tiedot kaikista edunvalvontakoulutuksista löydät nettisivuiltamme osoitteesta www.superliitto.fi -> Kurssit ja koulutukset. Käythän tutustumassa eri vaihtoehtoihin, sillä koulutautuminen luottamustehtävään on erityisen tärkeää. Löydät varmasti itsellesi sopivan kurssin.

Niille, jotka ovat aiemmin osallistuneet kurseillemme, toimintatavat ovat tuttuja, mutta heille, joille koulutautuminen on uutta, on tässä lyhyt esittely toiminnasta ja käytännöistä.

Ilmoittautuminen. Loppuvuoden kurseille ilmoittaudutaan entiseen tapaan jäsenivuilla olevan sähköisen jäsenpalvelujärjestelmä WebLyytin kautta. Tilaisuuksienhallintajärjestelmä uudistuu lähiaikoina ja sen käyttöön otosta informoidaan myöhemmin erikseen.

Jäsenivuilla pääset kirjautumaan www.superliitto.fi-palvelun oikeassa yläkulmassa olevan *Kirjaudu jäsenivuille* -linkin kautta. Klikkaa *Ilmoittaudu kurssille* -painiketta. Valitse kohta *Kurssit* ja sen jälkeen *Kurssitarjonta*. Ole huolellinen ilmoittautumisessa! Varmista ehdottomasti kohderyhmä ja sopimusala, jolle kurssi on tarkoitettu. Eli jos toimit kuntasektorilla, älä ilmoittaudu yksityissektorin ilmoittautumisvalikosta ja vastaavasti päinvastoin. Virheelliset ilmoittautumiset hylätään.

Ilmoittautumisen yhteydessä on myös tärkeää, että mainitset missä tehtävässä toimit.

Ilmoittautuessa voi tehdä myös majoitusvarauksen. Pääsääntöisesti majoitus

varataan kahden hengen huoneissa. Mikäli haluat yhden hengen huoneen, mainitse siitä erikseen ilmoittautumisen yhteydessä. Huomioithan, että tällöin maksat automaattisesti eron itsesi.

Kurssien palkallisuus. Edunvalvontakoulutukset ovat palkalliseksi neuvoteltuja koulutuksia niiden sopimusalojen osalta, jotka on mainittu koulutuskalenterissa kunkin kurssin kohdalla.

Kurssilaisten matkustusohje. Kursikutsun mukana oleva matkustusohje kannattaa ehdottomasti lukea läpi ennen matkan suunnittelua ja lippujen tilaamista. Matkustamiseen on aina ensisijaisesti käytettävä julkista liikennettä. Kaikkien kustannusten maksaminen edellyttää, että matkalaskuun liitetään kuitit tai muu pätevä selvitys kustannusten suorittamisesta ja ne toimitetaan liittoon kolmen kuukauden kuluessa. Ilman tositteita ei matkakorvausta voida suorittaa. Mikäli joudut koulutuspäivän aamuna lähtemään kotoa ennen klo 5.00, sinulla on oikeus lisäyöhön SuPerin yhteyshenkilön valitsemassa majoituspaikassa. Ilmoita majoitustarpeesi ilmoittautumisen yhteydessä tai mahdollisimman pian kutsun saatua.

Matkaliput kannattaa varata ajoissa, mutta vasta saatua kurssikutsun. Tarvittava kurssitunnus löytyy matkalaskulomakkeesta.

Lentoasemalta Helsinkiin. Lentoasemalta pääsee Finnairin bussilla Helsingin keskustaan.

Viime vuonna käyttöön otettu kehärata kulkee Helsinki-Vantaan lentoaseman ja Helsingin päärautatieaseman välillä. Väliä liikennöivät I- ja P-junat, jotka pysähtyvät kaikilla asemilla reitinsä varrella, myös Pasilan rautatieasemalla.

Huom! Pääkaupunkiseudun lähijunissa ei ole lipunmyyntiä. Tarkemmat ohjeet lipunmyynnistä löydät HSL:n nettisivuilta www.hsl.fi.

Myös Aktiivi-Instituutti järjestää koulutusta. Aktiivi-Instituutti järjestää luottamusmies-, työsuojelu- ja yhteistoimintakoulutusta, johon aktiivijamme osallistuu runsaasti vuoden aikana.

Aktiivi-Instituutti sijaitsee Mikonkadulla Aikatalossa aivan Helsingin keskustassa, Ateneumin taidemuseon takana. Sinne on rautatieasemalta matkaa noin 300 metriä.

Edunvalvontakoulutuksen kustannukset.

Kuntasektori

SuPer maksaa kurssimaksun, majoituksen ja matkakulut. Kuntasektorin luottamusmies- ja yhteistoimintakoulutuksesta työnantaja maksaa SuPerille palkallisen virkavapaan tai työloman saaneiden osalta työmarkkinasopimuksen mukaisen ruokailukustannusten korvauksen, joka vuonna 2017 on 24,90 euroa kurssipäivältä. Työsuojelupuoella kurssikustannusten korvaus on 40 euroa kurssipäivältä.

Yksityissektori

SuPer maksaa kurssimaksun, majoituksen ja matkakulut. Työnantaja myöntää palkallisen vapaan koulutus-työryhmän hyväksymille kurseille.



Kutsu koulutukseen. Kutsu pyritään lähettämään viimeistään 4–5 viikkoa ennen koulutustapahtuman alkua. Kutsujen saaminen ajoissa liikkeelle edellyttää, että kurssi-ilmoittautumiset on tehty määräpäivään mennessä.

Osallistuminen ohjelman mukaisesti. Kun saat työnantajaltasi palkallista työlomaa koulutuksiin osallistumista varten, velvollisuutesi on olla paikalla ohjelman mukaisesti. Jos kaikesta huolimatta joudut lähtemään pois ennen kurssin päättymistä, on siitä sovittava kurssinvetäjän kanssa

Työmarkkinakonsultin tutkinto vuonna 2018. Mikäli olet kiinnostunut suorittamaan työmarkkinakonsultin tutkinnon, tulee hakemukset lähettää SuPerin edunvalvontayksikköön ajoissa ja viimeistään 1.12.2017 mennessä. Joulukuussa valittavat opiskelijat aloittavat vuoden 2018 puolella.

Hakemus voi olla vapaamuotoinen ja siihen tulee olla koottuna kaikki olennainen tieto, kuten esimerkiksi oletko suorittanut luottamusmiestutkinnon, missä tehtävässä nykyään toimit, ay-urasuunnitelma? Valinnan tekee edunvalvontajohtaja.

Tässä valintakriteerit:

- hakija on ammattiosaston puheenjohtaja, pääluottamusmies, varapääluottamusmies tai liittotason luottamustehtävissä toimiva.
- hakija on laatinut itselleen superilaisen ay-urasuunnitelman vähintään viideksi vuodeksi eteenpäin
- hakijalla on kaksi suositelijaa tai ammattiosaston suositus
- hakija on suorittanut joko luottamusmiestutkinnon tai luottamusmiesten perus- ja jatkokurssin

Kustannukset menevät kuten muusakin kurssitoiminnassamme. SuPer maksaa kurssimaksun, matkakulut ja majoituksen. Ruokailukustannusten korvaus on kutakin kurssipäivää kohden, jonka SuPer laskuttaa työnantajalta.

Työsuojelukonsultin tutkinto vuonna 2018. Mikäli olet kiinnostunut suorittamaan työsuojelukonsultin tutkinnon, tulee hakemukset lähettää SuPerin edunvalvontayksikköön ajoissa ja viimeistään 1.12.2017 mennessä. Joulukuussa valittavat opiskelijat aloittavat vuoden 2018 puolella.

Hakemus voi olla vapaamuotoinen ja siihen tulee olla koottuna kaikki olennainen tieto, kuten esimerkiksi oletko suorittanut työsuojelun peruskurssit ja jatkokurssin, missä tehtävässä nykyään toimit, ay-urasuunnitelma? Valinnan tekee edunvalvontajohtaja.

Tässä valintakriteerit:

- hakija on päätoiminen työsuojeluvaltuutettu tai ison työpaikan muu työsuojeluvaltuutettu
- hakija on suorittanut peruskurssin ja erikoiskurssit
- hakijalla on ammattiosaston suositus
- hakija on laatinut itselleen superilaisen ay-urasuunnitelman vähintään viideksi vuodeksi

SuPer maksaa kurssimaksun, majoituksen ja matkakulut. Työsuojelukonsultin tutkintoon liittyvät jaksot haetaan vuosittain palkallisiksi ja ne tulevat näkyviin koulutuskalenteriimme. Ruokailukustannusten korvaus menee samalla periaatteella kuten muillakin kurssillamme.

Kurssit pidetään Aktiivi-Instituutissa. Mikäli olet kiinnostunut, voit käydä tutustumassa Aktiivi-Instituutin nettisivuilla kohdassa Koulutustarjonta, jossa tutkintoon liittyvistä asioista ja sisällystä on kerrottu tarkemmin.

Ilmoittautuminen vuoden 2018 koulutuksiin – noudatathan hakuajankohtaa! Ensi vuoden koulutuskalenteri pyritään saamaan valmiiksi joulukuun puoliväliin mennessä. Koulutukset viedään sen jälkeen sähköiseen ilmoittautumisjärjestelmään ja ilmoittautumiset voivat alkaa. Mikäli uusi järjestelmä on jo silloin käytössä, ilmoitetaan siitä erikseen SuPerin nettisivuilla. Jokaisen koulutustilaisuuden kohdalla on kerrottu ha-

kuajan päättymispäivämäärä – noudatathan annettuja hakuajankohtia.

Otathan yhteyttä minuun, tarja.sundqvist@superliitto.fi, mikäli sinulle tulee kysyttävää edellä mainitusta tai muusta edunvalvontakoulutuksesta.

Aina kannattaa oppia uutta ja päivittää osaamistaan! ■

TARJA SUNDQVIST
KOULUTUSKOORDINAATTORI



TYÖNANTAJAN SUUSTA

"Saatte työhyvinvointirahaa, jos viranomaisilta ei tule vuoden loppuun mennessä yhteydenottoja meille."

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.

Tuuli Rauvola

Voit osallistua ristikkokisaan 20. syyskuuta 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 _____

PALAUTETTA VIIME LEHDEN ARTIKKELEISTA

Lehden paras juttu



Luonto on lukijoille tärkeä

Elokuun lehden parhaimmaksi jutuksi äänestettiin Minna Lyhdyn *Luonto hoitaa hoitajaa*. Lukijat perustelivat valintaansa omakohtaisilla luontokokemuksilla. Toiseksi äänestettiin Elina Kujalan artikkeli *Mummojen maailma*, jossa Vappu Taipale kertoo mummouden muutoksesta ja vanhenemisen iloista ja haasteista. Loput äänet jakautuivat tasaisesti. SuPer-lehden termosmukiin voitti Tiina Vähäkoski Haapaniemeltä. Onnittelut!

Asun metsän reunalla ja pidän siitä!

LUONTO HOITAA HOITAJAA S. 58

Antaa hyvän mielen ja jaksamista.

LUONTO HOITAA HOITAJAA S. 58

Suomalainen luonto on niin eheyttävä ja kaunis.

LUONTO HOITAA HOITAJAA S. 58

En olisi asiasta tiennyt, ellen olisi nyt lukenut.

UUSI TARTUNTATAULILAKI ON ASTUNUT VOIMAAN S. 54

Nyt saatiin asiaan selkeä kanta, vaikka se ei olekaan kaikille mieluinen asia.

INFLUENSSAROKOTUS ON OTETTAVA ENSI VUONNA S. 53

Kiky positiivisessa valossa.

VANHUSTEN TÄHTIHETKI SYNTYI KIKY-TUNNEISTA PETÄJÄVEDELLÄ S.51

Katkaravut ovat suurta herkkuani.

RAPUJUHLIIN LÄMMITTÄVÄ KATKARAPUKASARI S. 14

Elän täysillä juuri tätä aikaa!

MUMMOJEN MAAILMA S. 30

Haen yksityiselle puolelle töihin, joten vinkit tulivat tarpeeseen.

VALMISTAUTUKAA TYÖSOPIMUSRUMBAAN S.52

Esittelee kuusamolaiset voimanaset ja heidän monipuolisen osaamisensa.

KOTIPESÄSSÄ ELETÄÄN MUKAVAA, TURVALLISTA ARKEA S. 16

Puhuu niin lämpimästi ikäihmisten puolesta.

MUMMOJEN MAAILMA S. 30

Taipale on kokemusasiantuntija elämässään. Hän on myös visionääri, ihmissläheisyys on tulevaisuuden trendi.

MUMMOJEN MAAILMA S. 30

Jenni kertoo rehellisesti, minkälaista on asua palvelutalossa.

HYVÄ HOITAJA AUTTAA JUONITTELEMATTA S. 48

Ääni on lähihoitajan työväline.

HUOLLA ÄÄNTÄSI OIKEIN. S. 29

Juttu oli iloisen kupliva ja kesäinen, se sai minut hyvälle tuulelle.

PIENISSÄ HETKISSÄ SUURI JA KAUNIS ELÄMÄ S. 36

Paras juttu?

Kerro meille, mikä mielestäsi on paras juttu tässä SuPer-lehdessä. Lähetä vastauksesi **20. syyskuuta mennessä**. Kaikkien määräaikaan mennessä vastanneiden kesken arvotaan SuPer-lehden termosmuki.

LEHDEN 9/2017 PARAS JUTTU OLI: _____

_____ SIVULLA: _____

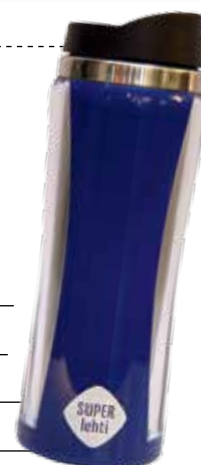
MIKSI? _____

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



Virve Ilves kannustaa naisia salille iästä ja koosta riippumatta. Patistamaan hän ei ketään ryhdy, vaikka muistuttaa, että jokainen kehittyy lihaskunnoltaan aika nopeasti, jos vain muistaa harrastaa säännöllisesti.

Virve Ilves on ikäluokassaan maailman vahvimpia naisia

RAUTAROUVA JOENSUUSTA

TEKSTI JA KUVAT JUKKA JÄRVELÄ

Hoitajan on hyvä osata nostaa oikein. Raa'asta voimastakaan ei raskaassa työssä ole haittaa. Joensuulaisen lähihoitajan Virve Ilveksen työ ei kaadu voiman puutteeseen. Hän on voimanostossa ikäluokkansa vahvimpia urheilijoita maailmassa.

Virve Ilves, 47, urheilee tosissaan. Juhannukset ja vaput eivät kalenterissa paljon paina, jos harjoitusohjelmaan on merkitty treeni punttisalilla. Juhlinta jää kakkossijalle.

Virve on urheillut aktiivisesti kuusi vuotta. Lähihoitajaksi hän valmistui vuonna 2003. Viimeiset kahdeksan vuotta hän on ollut päätoiminen hoitaja.

Kotihoidossa vanhustyötä tekevä ei välttämättä tee hoitajista sitä kaikkien raskainta nostotyötä, mutta nosto-olosuhteet kodeissa eivät aina ole ihanteelliset, joten oikea nostotekniikka sekä voima pääsevät oikeuksiinsa.

Punttien kolistelusta on ollut muutakin iloa:

– Kun selkälihakseni ovat vahvistuneet, aiemmin alaselässä vaivanneet kivut ovat kaikonneet. Se oli mukava yllätys, kun asian pikkuhiljaa huomasin. Nykyään lihaksissa esiintyy enää tervettä kipua kovien harjoitusten jälkeen.

– Myös ryhtini on korjaantunut. Olen joskus ollut huonoryhtinen.

AHTAITA TILOJA

Voiko hoitaja välttyä tuke- ja liikuntaelinten krempoilta vuosikymmenten raskaan hoitotyön jälkeen? Virven mukaan nostaminen väärällä tekniikalla varmasti tuntuu tietyn ajan kuluksena kehossa.

– Jos joka päivä tekee tiettyjä liikeitä väärin, kulumaa tulee. Kylppärit ja vessat ovat monesti niin pieniä, että niissä ei pysty tekemään nostoja oikeissa asennoissa.

Työtä helpottaa se, että tarvittaessa kotikäyntejä tehdään pareittain. Joillakin asiakkailla on nostolaitteita kotona.



Se mikä käy puntteihin, soveltuu myös ihmisten ja raskaiden esineiden nostoon: Kädet ja vartalo lähellä nostettavaa tai siirrettävää kohdetta. Lattialta nostettaessa mene kyykkyyyn ja nosta jaloilla selkä suorana, älä nosta käsillä eikä selällä.

Joskus kodeissa tehdään järjestelyjä sen eteen, jotta hoitaja pystyisi suoriutumaan siirroista ja nostoista mahdollisimman hyvin. Kun rollaattorilla pääsee paikasta toiseen, se luo hoitajallekin työskentelytilaa.

– Uusissa palvelukodeissakin voi kuitenkin olla puutteita. Suihkusänky ei välttämättä mahdukaan suihkuun tai homma on milleistä kiinni.

OSAAMISTA LÖYTYY

Oikeasta nostotekniikasta ja muusta ergonomiasta on saatavilla tietoa. Aina se ei mene perille.

– Ergonomiaohjausta voisi olla enemmän. Joku pääsee aina välillä koulutukseen ja kertoo päivitettyjä tietoja sitten eteenpäin. Työterveydestä voi kysyä lisää vinkkejä.

Virven mukaan hoitajat periaatteessa tietävät, miten omaa kroppaa pidetään kunnossa. Asian toteuttaminen on isompi kynnys.

– On kaikille eduksi, jos hoitaja pitää kuntoaan yllä. Kuntoilla voi monella tavalla, ei tarvitse mennä punttisalille. Kannattaa muistaa myös psyykinen puoli, jotta työssä jaksaa ja viihtyy.

– Meillä kotihoidossa aika moni pyörii asiakaskäynteihin. Etukori ja takakorikin ovat tavaraa täynnä, mutta kyllä se onnistuu lyhyillä väleillä kaupunkialueella.

UUROTYÖN EHDOLLA

Virve kutsuu itseään elämänmyönteiseksi pohjoiskarjalaiseksi. Hän on neljän lapsen äiti ja tullut jo mummoksikin. Kaksi lapsista asuu kotona.

Ennen lähihoitajauraansa hän toimi yrittäjänä. Hoitajataustaa löytyy kehitysvammaisten palveluasumisyksiköistä sekä yksityiseltä että julkiselta puolelta.

– Pidän todella paljon siitä työstä. Sitten sain vakipaikan kotihoidosta.

Virve tekee kaksivuototyötä, johon nykyisin sisältyy paljon viikonloppuja.

– Aamuvuoroon kuuluu kymmenkunta kotikäyntiä, viikonloppuisin enemmän. Iltavuorossa käyntejä kertyy jopa yli 20.

Yli kahdenkymmenen käynnin illoissa aikataulut eivät välttämättä pidä.

– Eihän tuollaisella vuorolla ehdi paljon kanssakäymiseen. Tarpeelliseen vain. Sanon asiakkaalle, että katsotaan ja puhutaan ensi kerralla vaikkapa päivävuorossa sitten taas enemmän.

Iltavuorossa saatetaan kiittää kuusi tuntia putkeen ilman taukoa. Juomapullo ja pidätyskyky ovat tällöin eduksi.

LAJIN ARKEA

Virve on käynyt kuntosalilla jo parikymppisestä asti, eli mikään rapakuntainen hän ei ollut, kun aloitti voimailuharrastuksen tosissaan kuusi vuotta sitten. Urheilijaksi ryhtymisen taustalla oli lajia harrastava avomies.

– Silloin aivan alussa salilla käynti oli sellaista painonhallintaa. Harrastin myös ulkoilua, sulkapalloa ja tanssia.

Voimanostoa ei pidä sekoittaa monelle tunnetumpaan lajiin painonnostoon, jossa painot nostetaan päälle päälle.

Työnantajaa ja työkavereita Virve kiittää. Pitkät kilpailumatkat ulkomaille ovat järjestyneet aina. Isovanhemmilta on tullut apua harjoittelun vaati-
missa järjestelyissä ja kilpailumatkojen aikana.



Vuorotyöläinen harjoittelee silloin, kun on aikaa, mutta ei väsyneenä.

– Tosin niin raskasta työpäivää ei ole, ettei jaksaisi sen jälkeen salille. Sali putsaa myös päätä. Työ jää taakse, se on omaa aikaani.

Aikaa säästääkseen Virve on hankkinut kotiinsakin painot. Näin hän välttyy 20 kilometrin edestakaiselta harjoitusmatkalta, eikä lapsellekaan tarvitse etsiä hoitajaa.

– Joskus aivan pienenä lapsi vietti aikaa Puntti-Poikien salin toimistokopissa kaukalossa, kuin äiti trenasi lastin takana.

JAKSAA, JAKSAA!

Yli nelikymppisenä Virve on voittanut kultaa Euroopan mestaruuskisoissa ja kaksi pronssia maailmanmestaruuskisoissa. Hän osallistuu myös avoimeen sarjaan nuorempien joukossa.

– Niinhän ne väittävät, että ihminen alkaisi kolmekymppisenä rappeutua! Minä en halua olla sellainen vanhus, joka ei pääse vuoteestaan ylös. Uskon, että voin vieläkin kehittyä urheilijana.

Sen hän on huomannut, että iän myötä keho kaipaa entistä enemmän lepoa kovan harjoituksen jälkeen.

– Olen karsinut ylimääräisiä menoja ja valvomisia. Toki elämässä pitää tehdä muutakin kuin kotiasioita, työtä ja tree-

niä. Käyn kirpputoreilla, sisustan, matkustelen ja vietän lasten kanssa aikaa.

Virve treenaa kovaa, mutta varoo vammoja. Pelissä ei ole pelkästään lihaspuoli, myös mielellä on tärkeä osa sekä harjoittelussa että kisatilanteissa.

Kerran hän selällään maatessaan ”skippasi” 80 kilon painon kasvoilleen. Tuloksena oli vain huomiota herättävä musta silmä, ei luunmurtumia.

Paljonko rautaa nousee parhaimmillaan?

– Maastanostossa olen saanut ilmaan 177,5 kiloa. Sillä tuli tänä vuonna kultaa EM-kisoissa. Jalkakyykyssä

olen tänä vuonna tehnyt ikäluokkani Suomen ennätyksen 165 kiloa.

Eli mummo nousee vaikka yhdellä kädellä?

– Ei. Ihminen on pehmeä, ja nostamista pitää miettiä aina asiakkaan kannalta sekä myös itsensä kannalta. Jos asiakas on maassa, täytyy ottaa huomioon työsuojeluasiat. Tarpeen mukaan otetaan apuväline tai toinen henkilö mukaan nostoon. ■



PETTERI HAKKARINEN

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:

YHTEYDENOTTOPYNTÖ:

Haluan, että minuun otetaan yhteyttä.

- ☐ Sähköpostitse. Sähköpostiosoite: _____

- ☐ Puhelimitse. Puhelinnumero: _____

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

Allekirjoitus: _____ Päiväys: ____ . ____ 20____



TYLSÄÄ TÖNÖTYSTÄ VAI HUIKEEN HYVÄ HOMMA?



Taas ollaan siinä kohdassa vuotta, kun kesälaitumet jätetään taakse ja joukko uusia lähihoitaja-kandidaatteja suuntaa koulun penkille. Siellä koululla ennen pitkää puheeksi tulee myös ammattiliittoon kuuluminen ja sen järjestämään toimintaan osallistuminen.

Tiedän, että ammattiliitto käsitteenä on monelle vieras. Mitä siellä tehdään? Miks mun pitäis kuulua? Eiks se oo vaan sellasta, että tädit tönöttää jakkupuvussa tylsästi ja puhuu isoista asiois-

ta, joista kukaan ei ymmärrä mitään? Näin minä itse ajattelin joskus. Liityin opiskelijajäseneksi, mutta en tajunnut edes työttömyyskassaan aktivoida. En ymmärtänyt tuon taivaallista ammattiliitoista. Kirjainyhdistelmien STTK ja SAK kuvittelin liittyvän valtakunnan politiikkaan, josta ymmärsin vielä vähemmän kuin ammattiliitoista.

Nykyään ajattelen liittoon kuulumista lähinnä itseni ja työurani vakuuttamisena. Kuinka moni meistä jättää ottamatta itselleen tapaturmavakuutuksen tai henkivakuutuksen? Valtaosa meistä ottaa vakuutuksen myös turvaamaan asuntoaan ja omaisuuttaan. Miksi jättäisimme siis oman työelämämme ja toimeentulomme vakuuttamatta?

SuPer tarjoaa kaiken muun lisäksi opiskelijajäsenilleenkin poikkeuksellisen edun, työttömyyskassan jäsenyyden. Sitä kannattaa hakea jo SuPerin opiskelijajäseneksi liityttyä. Jos opiskelun aikana tekee töitä, vaikkapa vain päivän, kopio työsopimuksesta, työtodistuksesta tai palkkalaskelmasta SuPe-

rin jäsenyksiikköön, ja näin on työttömyyskassan jäsenyys aktivoitu. Super työttömyyskassassa voi kerryttää ansiosidonnaisen päivärahan edellytyksenä olevaa työolosuhteita jo opiskeluaikana. Kun kassa on aktivoitu, seuraa jäsen itse työaikaansa ja merkitsee ylös työpäivät ja ajat. Palkkalaskelmat tulee laittaa varmaan talteen, jotta on työttömyyden sattuessa millä todistaa työssä oltu aika. Jäsenyyden aktivointi kannattaa ja se on maksutonta, sillä liitto maksaa Super työttömyyskassan jäsenmaksun opiskeluaikana. Mitään maksuja ei siis edes vahingossa lähde menemään opiskeluaikana!

Oma liittomme ja sen paikalliset ammattiosastot järjestävät toimintaa, tapaamisia ja koulutusta säännöllisesti. Opiskelijajäsenet ovat aina tervetulleita mukaan! Jos paikkakunnalla on useampi SuPerin ammattiosasto niin opiskelijan on täysin luvallista osallistua vaikka niistä jokaisen tapahtumiin! Miltä kuulostaisi vaikka valmistujaisbileet, keilailta tai väriestejuoksutapahtuma? Tarjolla on ammattiin liittyvää koulutusta ja muiden samanhenkisten ihmisten tapaamista ja vaikka mitä muuta.

SuPer on suurella sydämellä siis myös lähihoitajaksi opiskelevien liitto. Jos kaltaiseni hard core -skeptikko kääntyi tädestä tietämättömyydestä melkoiseksi aktiiviksi, niin eihän tämä homma voi olla muuta kuin ihan superkivaa ja supertärkeää. Joko siis lyödään nimet paperiin ja sinäkin tulet mukaan turvaamaan selustasi, samalla hauskaa yhdessä pitäen?

Ja vielä. Ei siellä ammattiosastossa eikä liitonkaan päässä tönötetä tai pönötetä. Tärkeitä asioita hoidetaan, mutta hyvässä hengessä. Jakkupukukin on valinnainen, saattaa vain siellä väriestejuoksussa tai muissa rennoissa menoissa päästä tahrantumaan. ■



JOONAS VÄÄNÄNEN



LISÄÄ HANNAN AJATUKSIA LÖYDÄT HÄNEN BLOGISTAAN

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

Hakemusten käsittelyaika

TEKSTI SIRKKA RYTINKI KUVA JANNE HARJU

Kassan käsittelyajoista on kesän aikana virinnyt jonkun verran keskustelua ja toki siihen on ollut aihettakin. Kassan tiedossa on, että hakemusten määrä yleensä kasvaa kesän kynnyksellä, ja tämä huomioidaan esimerkiksi henkilökunnan lomajärjestelyissä. Valitettavasti ei ruuhkatilanteilta aina kuitenkaan voida välttää.

Kassa pyrkii toiminnassaan jatkuvasti etsimään keinoja sen välttämiseksi, etteivät odotusajat muodostuisi kohtuuttoman pitkiksi niinäkään aikoina, jolloin hakemusten määrä merkittävästi kasvaa. Tilanteen uskotaankin rauhoittuvan nyt syksyn kuluessa.

Puhelinpalveluaikaa joudutaan varmaan jatkossakin tilannekohtaisesti rajoittamaan, kuten on tehty kuluneen kesän aikana. Nettikassa palvelee ympäri vuorokauden ja sitä kautta voi kassalle lähettää viestejä ja kysymyksiä. Hakemusten käsittelyaikataulu löytyy osoitteesta <https://nettikassa.supertk.fi>.

POSTIA EI JAETA TIISTAISIN

Heinäkuun puolivälin jälkeen postin jakelussa on tapahtunut muutos. Suomen posti ei enää jaa kirjepostia tiistaisin. Tämä voi viivästyttää hakemuksesi käsittelyä. Nopein tapa lähettää hakemus on <https://nettikassa.supertk.fi>.

KASSAN PALVELUT KEHITTYVÄT

Nettikassan uudistuminen toi muutoksia maksupäivää koskevaan tekstiviestiliikenteeseen. Jos haluat edelleen saada tekstiviestin maksupäivästä, valitse kohdassa *Omat tiedot* vaihtoehto *Nettikassassa*. Valittuasi tämän vaihtoehdon et enää saa kir-

jallista maksuilmoitusta. Maksun tietoja voit tarkastella Nettikassassa ja tarvittaessa myös tulostaa tiedot.

Tietoturvasyistä kesäkuun alusta lähtien kassa ei enää ole ottanut vastaan jäsenten sähköpostin kautta lähettämiä liitteitä ja hakemuksia. Koska kassan sähköposti ei ole suojattu yhteys, ei myöskään kyselyihin vastata sähköpostitse. Tämän muutoksen tarkoitus on turvata jäsenten tiedot niin, etteivät ulkopuoliset pääse niihin käsiksi.

Kaikki sähköinen liikenne ohjataan tapahtumaan Nettikassan välityksellä <https://nettikassa.supertk.fi>. Ainoastaan viranomaisia ja muita sidosryhmiä sekä muun muassa palkanlaskijoita palvelemme toistaiseksi edelleen sähköpostitse tk-palvelu@supertk.fi.

Nettikassaan ohjaaminen on siis tietoturvaan liittyvä uudistus, jonka tarkoitus on helpottaa asiointia ja turvata jäsenen tietoturvaan liittyvät oikeudet.

HAE PÄIVÄRAHAA LYHYEN TYÖN AJALLA

Jos päivärahan hakijana saat työtä, jossa työsopimuksen mukainen työaika on yli 80 prosenttia alan kokoaikatyötä tekevän henkilön työajasta, mutta työ katkotta kestää enintään kaksi viikkoa, eli 14 päivää, täytä hakemus normaalisti ja lähetä kassalle palkkalaskelmat tehdystä työstä.

le palkkalaskelmat tehdystä työstä.

Päiväraha maksetaan tällaisen työn ajalta sekä työ- että työttömyyspäiville palkalla soviteltuna. Sovitellussa päivärahasa tuloksi huomioidaan puolet suojaosan ylittävästä ansios- ta. Suojaosa on 300 euroa kuukaudessa tai 279 euroa neljässä kalenteriviikossa. Päivärahaa ei jää maksettavaksi, jos soviteltu päiväraha lapsikorotuksineen ja työstä ansaittu palkka ovat yhteensä suurempi kuin päivärahan perusteena oleva palkka. ■



Osittainen varhennettu vanhuuseläke

Tämän vuoden helmikuun alusta lähtien on 61 vuotta täyttänyt henkilö voinut saada osittaista varhennettua vanhuuseläkettä. Tämä eläke ei vaikuta ansiosidonnaiseen päivärahaan. Lisätietoa osittaisesta varhennetusta vanhuuseläkkeestä saat omasta työeläkelaitoksesta ja Kelasta.



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



Jalat kiittää!

Sievi-kengissä kävelet kevyesti pitkän päivän eivätkä jalkasi väsy. Hyödynnä 10% kampanja-alennus ja hae omat Sieviläiset! Olethan nopea, sillä kampanjatarjouksemme on voimassa vain rajoitetun ajan.



- ESD-jalkineet purkavat pohjarakenteen kautta hallitusti ja turvallisesti kehoon kerääntyneen staattisen sähköön
- FlexStep®-joustopohja ehkäisee jalkoihin ja selkärankaan kohdistuvaa rasitusta ja iskuja

Sievi Shop

Myymöloistä kautta Suomen tai verkkokaupasta sievishop.fi

Kampanjan ehdot:

Alennus koskee Sievin ammattijalkineita ja vapaa-ajan kenkiä (ei koske turvajalkineita). Kampanja on voimassa **30.9.2017** saakka. Alennuksen saat **Sievi Shop** -myymälöissä näyttämällä ammattiliittosi jäsenkortin ja verkkokaupassa sievishop.fi kirjautumalla ja syöttämällä kassalla **"SieviHOIVA"** kampanjatunnuksen.

Lähi- ja perushoitajien alueellinen koulutuspäivä

9.10.2017 Tyks
T-sairaala, Haartman-sali

Ohjelma

8.30–9.00	Aamukahvi aulassa
9.00–9.20	SuPerin tervehdys puheenjohtaja Silja Paavola, SuPer
9.20–9.40	Työnantajan tervehdys sairaalaylihoitaja Tuija Lehtikunnas, VSSHP
9.40–10.30	SOTE – muutos Varsinais-Suomessa kehittämispäällikkö Mikko Pakarinen, Turun kaupunki
10.30–11.15	Asiakkaan haastava käyttäytyminen, mitä se minussa herättää? sh Pasi Paukkeri, VSSHP
11.15–11.45	Sairaalaturvallisuus kouluttaja Jussi Pulkkinen, AVARN Security Oy
11.45–12.45	Lounas
12.45–13.15	Kinestetiikka sh Anna Hellström-Aaltonen ja sh Anne Aho, VSSHP
13.15–14.00	Turvallinen lääkehoito osastofarmaseutti Jenni Kauppi, VSSHP
14.00–14.15	Iltapäiväkahvi aulassa
14.15–15.15	Haavan arviointi ja hoitotuotteen valinta auktorisoitu haavahoitaja Maarit Ahtiala, VSSHP
15.15–15.45	Päivän päätös, YLLÄTYSESIINTYJÄ!

Suomen lähi- ja perushoitajaliitto SuPer tarjoaa koulutuspäivän lounaan.
Aulassa on tuote-esittelyä taukojen aikana.

Luentomateriaalit ovat luettavissa ja tulostettavissa täällä:

<http://www.vsshp.fi> ► sairaanhoitopiiri ► media, tiedotteet, viestinta ► luentoaineistot

Koulutuspäivä on VSSHP:n keskitettyä koulutusta ja avoin myös kaikille perusterveydenhuollon työntekijöille.
Yksityissektorilla työskenteleville koulutuspäivän hinta on 60 €.
Koulutuspäivästä vastaavat ja ohjelman ovat suunnitelleet Tyks:n ja Turun ammattiosastot yhteistyössä.



Saattohoito- koulutus

9.11.2017

SuPerin koulutustila
Ratamestarinkatu 12, Helsinki

- | | |
|-------------|--|
| 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 | Iltapäiväkahvi |
| 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 asiantuntijat Terhokodista ja SuPerista.

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

Lisätietoja:

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

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

SUPER YLPEÄNÄ ESITTÄÄ

Opinto- päivät

Tule vahvistamaan ammatillista osaamistasi
Superin ammatillisille opintopäiville
Tampereelle 13.–14.2.2018

Luvassa laadukkaita luentoja ja koulutusta
superilaisten työelämän tarpeisiin.

**TÄYDENNYSKOULUTUS ON
OIKEUS JA VELVOLLISUUS.**



Osallistu ja voit voittaa työyhteisösi 1500 €.

La Carita -säätiö jakaa vanhustyön työyhteisöille
kaksi 1500 euron tunnustuspalkintoa
vanhusten yksilöllisen arjen kehittämisestä
SuPerin opintopäivillä helmikuussa 2018.

Hae tunnustuspalkintoa sähköisesti vastaamalla haasteeseen:
Miten olette työyhteisössänne rakentaneet uudenlaisia toimintamalleja arjen rikastuttamiseksi ja vanhusten yksilöllisen hoidon turvaamiseksi?

Kuville hakemuksessa arkanne ja toimintaperiaatteitanne.
Miksi juuri teidän työporukkanne ansaitsisi tunnustuspalkinnon?

La Carita -tunnustuspalkintoa voi hakea 25.10.2017 mennessä
verkossa osoitteessa <https://my.surveypal.com/lacarita2018>
Mikäli linkki ei avaudu, kopioi linkkiosoite ja liitä se selaimen osoitekenttään.

Lisätietoja antaa Soili Nevala
soili.nevala@superliitto.fi
Puh. 09 2727 9157

LA CARITA SÄÄTIÖ

VANHUSTEN JA IKÄÄNTYVIEN HYVINVOINNIN EDISTÄMINEN SUOMESSA



Laturetki on oma hetki.



Viilu kaikkooa lempeän
tulen loimussa.



Ihana rauha!

Loma-asunnot haussa talvikaudeksi

SuPerin loma-asunnot ovat jäsenistön vuokrattavissa ajanjaksolla 3.11.2017–29.4.2018 (viikot 45/2017–17/2018). Jos samalle viikolle on useampi hakija, suoritamme hakijoiden kesken arvonnän. Etusijalla ovat jäsenet, jotka eivät ole aikaisemmin vuokranneet SuPerin loma-asuntoja tai käyttäneet SuPerin lomatukea.

Loma-asunnot vuokrataan viikon jaksoissa. Vaihtopäivä on viikkonumeroa edeltävä perjantai, lauantai tai sunnuntai. (Poikkeukset vaihtopäiviin verkkosivuilla: www.superliitto.fi > Jäsenyys > Jäsenedut > SuPerin loma-asunnot). Vuokra sisältää huoneiston vapaan käytön, liinavaatteet (ei Nauvossa), takkapuut ja vaihtosiivouksen.

LEVIN LÄNSIHOVI ja **LEVIN ILVESHÖVI**: Levitunturilla sijaitsevilla paritalohuoneistoissa 130 neliötä kolmessa kerroksessa. Vuoteita on 8 henkilölle. Vaihtopäivä lauantai. [Ilveshöviin ei lemmikkieläimiä.](#)

Vuokra: vkot 45–51, 2–7 500 €/vko
vkot 52, 1, 8–17 700 €/vko

HUILINKI A ja B: Yllästunturilla, Kolarin Äkäslompolossa sijaitsevassa kelo-paritalossa on 43 neliötä/puoli, makuutilat ovat parvella. Vuoteita on 4+2 henkilölle. Vaihtopäivä lauantai. [A-puolelle ei lemmikkieläimiä.](#)

Vuokra: vkot 45–51, 2–7 350 €/vko
vkot 52, 1, 8–17 500 €/vko

RUSKA-RUKA: Rukatunturilla sijaitsevassa kelo-rivitalohuoneistossa on 116 neliötä. Vuoteita on 10 henkilölle. Vaihtopäivä perjantai.

Vuokra: vkot 45–51, 2–7 500 €/vko
vko 52, 1, 8–12, 15–17 700 €/vko
vko 13 600 €/6 vrk (pe–to)
vko 14 700 €/vko (to–to, pääsiäinen)

PIKKU-ÄIMÄ: Puumalassa, Saimaan rannalla sijaitseva 73 neliön huvila. Tilat kahdessa kerroksessa. Vuoteita on 6 henkilölle. Vaihtopäivä perjantai. [Ei lemmikkieläimiä.](#)

Vuokra: vkot 45–51, 2–7 300 €/vko
vkot 1, 8–12, 15–17 450 €/vko
vko 52 500 €/vko
vko 13 400 €/6 vrk (pe–to)
vko 14 450 €/vko (to–to, pääsiäinen)

ÄIMÄNKÄKI: Puumalassa, Saimaan rannalla sijaitseva 150 neliön huvila. Vuoteita on 8+2 henkilölle. Vaihtopäivä perjantai.

Vuokra: vkot 45–51, 2–7 400 €/vko
vkot 1, 8–12, 15–17 550 €/vko
vko 52 700 €/vko
vko 13 500 €/6 vrk (pe–to)
vko 14 550 €/vko (to–to, pääsiäinen)

VILLA ETEL: Nauvossa, Källdön saarella sijaitseva 100 neliön huvila. Vuoteita on 4+2 henkilölle (ei liinavaatteita). Huom. Vaihtopäivä sunnuntai. [Ei lemmikkieläimiä.](#)

Vuokra: vkot 45–50, 2–7 300 €/vko
vkot 1, 8–17 450 €/vko
vko 51 250 €/5 vrk (su–pe)
vko 52 500 €/vko (pe–pe)

Loma-asuntojen esittelyt ja hakulomake löytyvät osoitteesta www.superliitto.fi (kohdasta Jäsenyys > Jäsenedut > SuPerin loma-asunnot). [Haku päättyy 30.9.2017.](#)

Lähetämme loma-asunnon saaneille ilmoituksen viimeistään viikolla 44. Vapaaksi jääneet viikot päivitetään verkkosivuille heti, kun tieto on lähtenyt lomaviikon saaneille. Hakuajalta vapaaksi

jäävät viikot vuokrataan hakemusten saapumisjärjestyksessä. Jos vapaana olevan lomaviikon alkuun on alle kuukausi aikaa, voi varata myös viikkoa lyhyempää jaksoa.

Haettavissa lisäksi Holiday Club -loma-asuntoja, katso Holiday Clubin ilmoitus viereiseltä sivulta.



**Valitse ja
SuPer -lomaile
missä haluat**

KATINKULTA, GOLFHARJU	2+2:lle, vkot 8, 11 400 € /vko
KATINKULTA, KATINKULLAN KIINTEISTÖT	4+2:lle, vkot 1-2, 6, 12-13 500 € /vko
HIMOKSEN TÄHTI	4+2:lle, vkot 5-7 400 € /vko, vkot 8-11 500 € /vko
AIRISTO, KUUNARI	6+2:lle, vkot 16-17 400 € /vko
TAMPEREEN KYLPYLÄ	2+2:lle, vko 11 200 € /vkonloppu (3 vrk, pe-ma) tai arki (4 vrk, ma-pe) 4+2:lle, vkot 49, 7, 16 250 € /vkonloppu (3 vrk, pe-ma) tai arki (4 vrk, ma-pe)
NAANTALI SPA RESIDENCE	allergiahuoneisto 2+2:lle, vko 16 250 € /vkonloppu (3 vrk, pe-ma) tai arki (4 vrk, ma-pe)
PYHÄ HOLY SUITES	6+2:lle, vkot 7-11 650 € /vko
SAIMAA	4+2:lle, vko 52, 8-10 500 € /vko
VIERUMÄKI	allergiahuoneisto 4+2:lle, vkot 5-7, 9-10 400 € /vko, 250 € /vkonloppu (3 vrk, pe-ma) tai arki (4 vrk, ma-pe)

Hakuaika lomaviikoille 45/17-17/18 on 1.-30.9.17. Arvonta suoritetaan 3.10.17.

Hae lomaa SuPerin nettisivuilta superliitto.fi > jäsenyyss > Holiday Club -lomaviikot
tai suoraan osoitteesta holidayclub.fi/yrityspalvelu (tunnus ja salasana löytyvät SuPerin nettisivuilta).

Lisätiedot: Holiday Club Yrityspalvelu,
puh. 030 687 0400, arkisin klo 9-15.

Holiday  *Club*

Avoim kaikille

Kehitä osaamistasi, opiskele uutta!
Tutustu Avoimen yliopiston opintoihimme.
Järjestämme useita terveyden ja
hyvinvoinnin koulutuksia yhteistyössä
suomalaisten yliopistojen kanssa.

www.helao.fi



SuPer-lehden aikataulu syksyllä

Lehden numero	Ilmestymispäivä
10/17	6.10.2017
11/17	3.11.2017
12/17	1.12.2017



JOKO LUET SÄHKÖISTÄ SUPER-LEHTEÄ?

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



YHDYSOPISKELIJA- KOULUTUS

La 18.11.2017 Tampereella
La 25.11.2017 Oulussa

Yhdysopiskelija tai sellaiseksi haluava,
tule mukaan sinua lähimpään koulutuspäivään.

Päivän aikana tapaavat muita SuPer-Opiskelijoita ja opit asioita,
joista on hyötyä sekä sinulle että ryhmällesi. Koulutus on
sinulle maksuton, SuPer maksaa matkat ja ruokailut.

Päivän päätteeksi tehdään yhdessä jotain tosi greisii!

Ilmoittaudu jäsensivujen kautta www.superliitto.fi ►
Kirjautu jäsensivuille ► Ilmoittaudu kurssille.

Lisätietoja: opiskelijat@superliitto.fi



www.superliitto.fi



superliitto



KUTSUT, NEUVOT, APU JA TUKI AINA OIKEAAN OSOITTEeseen!

Nyt on hyvä hetki tarkistaa, että sähköpostiosoitteesi ja puhelinnumerosi ovat oikein SuPerin jäsenrekisteritiedoissa.

Näin varmistat, että tärkeät tiedotteet, kokouskutsut ja henkilökohtainen apu ja tuki ovat aina saatavillasi.

Se on helppoa:

1. Kirjaudu omiin jäsentietoihisi osoitteessa www.superliitto.fi

KIRJAUDU JÄSENSIVUILLE



- Käyttäjätunnus on oma jäsennumerosi. Löydät sen jäsenkortistasi tai kotiin kannetun SuPer-lehtesi osoitetiedoista.
- Salasana on se, jonka olet itse valinnut, kun kirjauduit SuPerin jäsensivuille ensimmäistä kertaa. Jos olet nyt kirjautumassa ensimmäistä kertaa, henkilötunnuksesi toimii salasanana. Jos salasana on päässyt unohtumaan, seuraa järjestelmän ohjeita.

2. Napsauta nyt tästä:



Päivitä tietojasi »

3. Napsauta vielä Omat tiedot ► Päivitä yhteistietojasi

4. Tallenna muutokset lopuksi napsauttamalla

Päivitä

SuPer valvoo sinun etuasi.



Kiira sotki suunnitelmat

Oulaisten seudun ammattiosasto järjesti jäsenilleen loppukesästä purjehdusmatkan Kalajoen Maakallaan. Upea puinen kaksimastoinen kaljaasi, Ansio, on tehnyt tänä kesänä kymmeniä onnistuneita reilun neljän tunnin retkiä Maakallan saaristoon. Valitettavasti meillä oli huono tuuri. Paljon puhuttu Kiira-myrsky teki merenkäynnistä liian kovatuulisen, ja niinpä laiva ei lähtenyt satamasta. Koska retken peruutusilmoitus tuli lähtöaamuna, piti päivän ohjelma kehittää pikaisesti lähtiöiden toiveiden mukaan. Pysähdyimme matkalla vanhaan makasiinirakennukseen tehdyllä Antiikki Makasiini -kirppiksellä, missä myydään astioita, huonekaluja sekä muuta antiikkia kohtuuhintaan harrastepohjalta. Sitten pääsimme syömään ammattiosaston tarjoaman lounaan Ravintola Lokkilinnaan. Kotimatalla kävimme pistäytymässä satamassa katsomassa sitä kaljaasi Ansiota. Emme luovuta, vaan yritämme vielä ensi kesänä kokeilla uudestaan päästä purjehtimaan.

SARI ERONEN



Kutsut

- **LIEDON SEUDUN AO 602** sääntömääräinen syyskokous 27.9. klo 18.00. Ahtelan nuorisoleirikeskuksessa, Ahtelantie 21, Sauvo. Toimintasuunnitelman ja talousarvion hyväksyminen. Ammattiosaston puheenjohtajan valinta. Ammattiosaston hallituksen varsinaisten ja varajäsenten valinta. Ammattiosaston toimintantarkastajien ja varatoimintantarkastajien valinta. Muut asiat. Ruokailua varten ilmoittautumiset Leena Nurmi tekstiviestillä 040 507 5128 tai super602@superliitto.fi. Mainitse samalla mahdollinen ruokavalio. Ilalla mahdollisuus uida ja sauna. Tervetuloa! Hallitus
- **KUOPION APUHOITAJAKURSSI 18!** Valmistuimme toukokuussa 1975. Olisi aika pitää kurssikokous. Löytyisikö innokasta joka kutsuisi kurssilaiset kokoon?
- **AHJ7 SEINÄJOEN SHO!** Valmistumisestamme tulee 40 vuotta. Kokoonnumme perjantaina 15.12.2017 Seinäjoella ravintola Almassa klo 19.00. Ilmoittaudu: Astalle 040 0128 487 tai Kristiinalle 040 5240 114.
- **TAMPEREEN APUHOITAJAKURSSI 35.** Valmistujaispäivä 24.9.1965. Kaksi vuotta edellisestä tapaamisesta. Uusi tapaaminen samassa paikassa. Sokos Hotell Grilit Tampere tiistaina 19.9. klo 15.00 Ilmoittautuminen 10.9. mennessä Marja-Terttu Hassel/Rantanen 050 5236 313 tai terttu.hassel@elisanet.fi.

Härmänmaan ammattiosaston Match Show



Härmänmaan ammattiosasto järjesti kesäkuussa Evijärvellä Match Shown. Tämä koko perheen tapahtuma järjestettiin jo viidettä kertaa. Lelukoirille oli myös oma luokkansa. Tänä vuonna Match Shown kakkoseksi nousi ammattiosaston jäsenen, Heidi Nahkalan, ihana Onni-koira.

ANNE KNIIVILÄ



SOILE HOSKONEN

MERJA AARNIO

- Lokakuun lehteen 13.9., marraskuun lehteen 13.10. ja joulukuun lehteen 13.11. mennessä.

LÄHIHOITAJA KÄHÖNEN

[illegible]

Elokuun ristikkokisan voitti
Marja-Liisa Salmela Siuntiosta.
Lämpimät onnittelut!



Piikkilankaa ja uimarenkaita

Seinällä on iloisenvärisiä kellukkeita, kaikille tuttuja lasten rantaleluja. Paitsi että nämä lelut eivät tuo mieleen aurinkoisia lomapäiviä. Ne on kerätty Kreikan saaristosta, jonne sadat tuhannet Eurooppaan pyrkivät pakolaiset rantautuvat. Kiikkeriin veneisiin lapsille puetaan päälle kellukkeita, joita ei ole tarkoitettu hengenpelastusvälineiksi, eivätkä kaikki selviää vaarallisesta merimatkasta. Katsojan on pakko pysähtyä uimarenkaan eteen.

Riiko Sakkisen kehuttu *Rajat kiinni* -näyttely ei ole hyvän mielen taidet-

ta. Se tutkii itseensä kääntyvää, rajojensa sisään linnoittautuvaa Eurooppaa, rasismia ja asenteita. Sakkinen kiersi itse viime vuonna Euroopan ulkorajoja. Hän näki surkeissa oloissa leireillä asuvia pakolaisia, kahden maan rajaväyhykkeelle jumittuneita ihmisiä, telttakylä ja piikkilanka-aitoja. Jollekin muiden hätä on bisnes. Näyttelyssä esiin nousee huippuvauhtia kasvava malagalainen yritys, joka valmistaa raja-aidoilla käytettyä, veitsien terillä varustettua piikkilankaa.

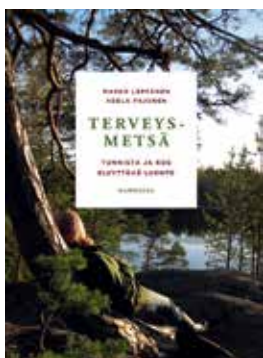
Riiko Sakkinen on poliittinen taiteilija. Näyttelyn työt ovat moniker-

roksisia ja provosoivia, mutta kertovat selkeästi, millaisessa maailmassa Sakkinen haluaisi itse elää.

- Haluan maailman, jossa ei ole rajoja ja jossa ihmiset saavat valita vapaasti asuinpaikkansa. Haluan maailman, jossa ihmisillä on oikeus muuttaa, mutta ennen kaikkea olla muuttamatta. Haluan maailman, jossa kenenkään ei tarvitse lähteä kotoaan sodan, väkivallan, vainon tai köyhyyden takia.

Riiko Sakkisen näyttely Rajat kiinni Mäntässä Gösta-museossa tammi-kuuhun 2018 saakka. ■

Kirjauutuudet



TERVEYSMETSA – TUNNISTA JA KOE ELVYTTÄVÄ LUONTO
GUMMERUS 2017
ADELE PAJUNEN JA MARKO LEPPÄNEN

Honkien huminaa kuunnellessa unohtuvat murheet ja kuntokin kasvaa, kun vaeltelee neulasten peittämiä polkuja. Metsä on aina ollut suomalaiselle mielenrauhan tyyssija ja sen hyödyt on todistettu myös tieteellisesti. Met-

stressihormonien määrä laskevat nopeasti. Luonnossa liikku-
misen ja kehon immuunijärjestelmän kannalta tärkeiden mikrobien välillä on yhteys. Green care, luonnon ja hyvinvointipalvelujen yhdistäminen, herättää yhä enemmän kiinnostusta myös terveydenhoitoalalla.

Kattava, asiapitoinen teos esittelee uusinta tutkimustietoa ja kertoo, mistä terveystieteiden tunnista. Jokaisen kannattaa syventää omaa luontoyhteyttään, se on terveellistä. ■

HYVÄ TYÖKAVERI ON TYÖN SUOLA



Heidi Viren oli Mira Qvistin työpaikkaohjaaja Mäyränkodissa, Hämeenlinnassa. Ensin heistä tuli työkaverit ja sen jälkeen sydänystävät. Heidi siirtyi yötyöhön ja Mira jäi mammalomalalle, mutta ystävyys jatkuu.

HEIDI MIRASTA:

Mira on ihana työkaveri. Hän on aina hyvätuulinen. Hän kuuntelee, auttaa, jakaa ilot ja surut. Hän on paras ystäväni.

Tarina taitaa mennä niin, että vuonna 2010 Mira tuli kuntoutuksen työssäoppimisjaksolle työpaikalleni ja minä olin hänen ohjaajansa. Jotenkin meidän kemiamme synkkasivat ja pidimme toisistamme heti.

Olen töissä Hämeenlinnan erityisasuntosäätiön Mäyränkodissa, missä toteutamme vaikeasti vammaisen henkilön tehostettua palveluasumista kolmessa vuorossa. Työssäoppimisen myötä Miralle

syttyi palo vammaistyöhön, jonka hän myös valitsi suuntautumisalakseen.

Seuraavana kesänä Mira tuli kesätöihin tänne Mäyränkotiin ja meistä tuli työkaverit. Huomasimme yhteisen kiin-

►PÄIVI PITKÄNEN: Lähihoitaja Sirpa Karppinen on hyvä kuuntelija, avunantaja, ymmärtäväinen ja tasapuolinen. Hän hoitaa, miten häntä haluaisi hoidettavan. Asiakkaiden, potilaiden ja ihan kaikkien kanssa hyvin toimeen tuleva. "Ajatustenlukija". Sanat eivät kerro kaikkea, hänen tekonsa kertovat.

nostuksen liikunnallisiin harrastuksiin. Aloimme käydä yhdessä kuntosalilla ja meistä tuli pikkuhiljaa sydänystävät. Olen myös Miran lapsen kummi.

Kun Mira valmistui lähihoitajaksi, minusta oli kivaa, että hänet palkattiin Mäyränkotiin. Hyvät työkaverit ovat työn suola. Jos itse tulee töihin vähän huonommalla tuulella, työkavereiden avulla piristyy, ja päivästä tulee kiva.

Minä aloitin säännöllisen yötyön, joten kaikkia työkavereita näkee nykyisin harvemmin. On tässä vähän opettelemista. Mirakin on äitiyslomalla, mutta tapaamme kyllä usein. Ystävyys ei häviä mihinkään.

MIRA HEIDISTÄ:

Heidi on myös paras ystäväni niin töissä kuin töiden ulkopuolella. Hän on tosi kova tekemään töitä. Hän kuuntelee asukkaita ja on aina tosi ystävällinen. Hän on aito työntekijä ja työkaveri.

Koska olemme olleet monta vuotta hyviä ystäviä, niin oli ihan selvää, että pyysin hänet lapseni kummiksi. Olen nyt äitiyslomalla ja ajattelin palata töihin vuoden päästä syksyllä.

Vaikka tapaan Heidiä nyt vähän vähemmän kuin töissä ollessani, viestitämme tai soittelemme päivittäin toisillemme.

En tiennyt, että Heidi oli kirjoittanut minusta sinne kehu-palstalle. Kun kuulin siitä häneltä juuri äsken, niin se tuntui tosi mukavalta. Ei siitä voi muuta kuin ajatella, että on tosi kiva, kun hyvä ystävä kirjoittaa minusta kehuja. ■

Tässä SuPer-lehden sarjassa kehuutaan 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.

►RANJA NOLAN, NAANTALI: Työkaverini Riitta Kallionpää on sympaattinen, avulias ja iloinen pakkaus! Reipas ja hauska tyyppi, jonka läsnäolo saa itsellekin hyvän mielen. Raskaasta työstä huolimatta Ritu jaksaa aina hoitaa asiakkaat suurella sydämellä, asiakaslähtöisesti. Hän on empaattinen hoitaja, hoitaja isolla hoolla!

►HANNA HUISKONEN, JYVÄSKYLÄ: Ida Hänninen ajattelee asiakkaita suurella sydämellä. Työkaverien hyvinvointi on hänelle myös tärkeä. Hänelle voi soittaa vapaa-ajallakin ja hän tulee töihin vaikka lomalta, jos tietää, että tarvitaan apua. Ida on ihminen isolla iillä. Hän tuo työyhteisöön rauhallisuutta ja vastuullisuutta pyytettömästi.

LEPPÄLINTU

Pihapiirissämme pesii pitkäs-
ti toistakymmentä lintulajia.
Lienenkö ollut jonakin ku-
vauspäivänä erityisen onnel-
linen, mutta yksi siivekäs saa
minut aina hyvälle tuulelle.

Leppälintu on yksinkertaisuudessaan
kaunis lintu. Koiraan ruosteentun-
nusrinta, musta kaula ja valkea otsa te-
kevät siitä helpon tunnistettavan. Naa-
ras on vaatimattomamman näköinen.
Heikossakin valossa leppälinnun kui-
tenkin erottaa muista pihalinnuista sen
tavasta värisyttää pyrstöään jatkuvasti.

Leppälintu on kuivien mäntymet-
sien asukki. Pesänsä se rakentaa kiven
tai juurakon koloon, halkopinoon ja
rakennusten sopiviin onkaloihin. Sen
saa helposti pesimään pihapiirissä-
kin, kunhan sille ripustaa suurireikäi-
siä pönttöjä. Lintu on tarkka pöntön

väristä. Uutuuttaan loistavaan lauta-
pönttöön se ei mielellään pesi. Van-
hat, harmaantuneet pöntöt ovat sen
mieleen. Sen näkeekin monesti pesi-
vän jo parhaat päivänsä nähneessä, pu-
toamaisillaan olevassa pöntössä. Eten-
kin jos tikka tai palokärki on suuren-
tanut lentoaukkoa.

Höyhenillä vuorattuun sammal- ja
jäkäläpesään se pyöräyttää 4–7 sinivih-
reää munaa. Poikaset kuoriutuvat kah-
dessa viikossa. Ahkerat emot ruokki-
vat niitä hyönteisillä, perhosilla, toukil-
la sekä hämähäkeillä. Poikaset vii-
pyvät pesässä parisen viikkoa.

Leppälinnun tummempi sisarla-
ji mustaleppälintu on meillä harvi-
nainen asukas. Niitä arvellaan pesivän
suomessa vain satakunta paria, kun
leppälintuja pesii reilusti puoli miljoo-
naa paria. Leppälintu on levinnyt koko



Suomeen. Linnut muuttavat elo-syys-
kuussa Pohjois-Afrikkaan.

Miljoonan linnunpöntön tavoite on
jo saavutettu, mutta kokeilepa raken-
taa vanhasta laudasta isoreikäinen pönt-
tö. Saattaa olla, että sinäkin ilahdut en-
si kesänä pyrstöjään värisyttävästä lep-
pälintupariskunnasta. ■



WWW.PIRTTIMAA.FI





SUPERIN AMMATTIOSASTOJEN PUHEENJOHTAJAT ERI PUOLILTA MAATA KOMMENTOIVAT LEHDEN AIHEITA.

YHTEISTYÖ PELASTI AMMATTIOSASTON

Kärsitkö huonosta sisäilmasta? ► s. 6

Meidänkin työpaikalla sitä on. En varsinaisesti kärsi, mutta aiemmin olen joutunut vaihtamaan työyksikköä huonon sisäilman vuoksi.

Miten sote- ja maakuntauudistukset vaikuttavat puheenjohtajan työhön? ► s. 8

Keskeneräisistä muutoksista pitää olla perillä. Muuten ei vielä ole erityisempää vaikutusta.

Syötkö lihaa? ► s. 12 ja 14

Syön. En kovin paljon punaista, mieluummin vaaleaa.

Hyödynnätkö somea työssäsi? ► s. 21

En työssä, mutta ay-toiminnassa. Puheenjohtajien ryhmä on ihan super, sieltä saa vertaistukea ja neuvoja. Luot-sikoilla on oma ryhmä. Seuraan muitakin ryhmiä.

Mitä olisit muuttanut omassa lähihoitajakoulutuksessa? ► s. 22

En oikeastaan mitään, vaikka haasteita oli työn ja opiskelun yhteensovittamisessa. Olin oppisopimusopiskelija ja tyytyväinen olin opetukseen ja tukeen.

Pidetäänkö vanhuksia kakkosluokan kansalaisina Suomessa? ► s. 34

No ei varsinaisesti kakkosluokan kansalaisina, mutta arvokkaan ja kunnioitettavan loppuelämän he ansaitsivat. Meillä Kainuussa lähes kaikki vanhukset kokivat sodan läheltä. Sen jälkeen he nuorina rakensivat maan uudelleen.

Millainen on hyvä hoitaja ► s. 46

Hän arvostaa omaa työtään ja pitää huolta itsestään. Näinä aikoina on osattava sanoa ilman tunnontus-kia myös ei.

Suomussalmella otettiin härkää sarvista ja päätettiin pelastaa jo hiipumassa olevan ammattiosaston toiminta. Avainsanoja olivat hyvä tiimi ja yhteishenki.

Yksi pelastustehtävissä ollut oli Sirpa Moilanen, joka otti 165-henkisen ja nyt kasvavan ammattiosaston puheenjohtajan tehtävät haltuunsa vuoden alussa.

– Muutama vuosi sitten meiltä lähti pitkäaikainen puheenjohtaja pois, ja porukalla päätettiin, että ei nyt anneta tämän toiminnan kaatua. Minulla ei erityisemmin ole ay- tai yhdistystaustaa enkä ole kovin pitkäaikainen superilainenkaan, mutta hyvin tämä vuosi on sujunut.

Ay-henki Suomussalmella tarkoittaa Moilasen mukaan sitä, että jokainen näkee oman työnsä tärkeänä ja luottaa siihen, että paikallista taustatukea antavalla liitolla on vahvaa voimaa ajaa hoitajien asioita valtakunnallisesti eteenpäin.

Työkentältä puheenjohtajan korviin kuuluu sekä hyvää että vähän huonompaa. Vaikka pitkiä sijaisuuksia on saatu vakinaistettua, sijaisia etenkin kesäaikaan on ollut vaikea saada. Toisaalta lisätyövoimaa saa esimerkiksi, jos työvuoroon tulee haasteellinen vuorohoitolainen. Mietinnän paikka on, miten käy hoitajatilanteen jatkossa, kun paikallinen lähihoitajakoulutus loppuu tämän vuoden aikana kokonaan.

– Kyllä henkilökuntaa pitäisi saada työpaikoille lisää.

Suomussalmi kuuluu Kainuun soteen, joka kuntayhtymänä hoitaa monen kunnan sosiaali- ja terveyspalvelut. Yhteistyö tarkoittaa myös maakunnan ammattiosastojen puheenjohtajien kokoontumisia.

– Niistä tapaamisista saa hyvää tsemppiä.

Kolmivuorotyötä hoitokoti Välskärissä tekevä Moilanen toivoo, että hoitoalalle ei todellakaan enää tehtäisi leikkauksia. Työpaikalla on joukolla puhuttu myös siitä, että perhevapaiden laajentaminen pitäisi näinä aikoina koskea myös omien vanhempien hoitamista. ■



Sirpa Moilanen valmistui lähihoitajaksi vuonna 2012. Hän toimii myös yhdyksjäsenenä, opona ja vanhuspalveluiden varaluottamusmiehenä.

JUKKA JÄRVELÄ

Millaisia juttuja luet mieluiten SuPer-lehdestä? ► s. 55

Luen lehden kannesta kanteen. Säästän lehtiä ja palailen niiden pariin.

Onko sinulla selkävairoja? ► s. 56

Ei ole, vaikka sukurasitetta niihin on. Työskennellessä käytän apuvälineitä ja huomioin työergonomian.

SUPERIN TOIMISTO

Ratamestarinkatu 12

00520 Helsinki

Puhelinvaihe 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-asiamies Tanja Oksanen p. 09 2727 9192
- opiskelija-asiamies Heli Saarinen p. 09 2727 9150
- opiskelija-asiamies Tico Svart p. 09 2727 9205
- koulutuskoordinaattori Marianne Ronkainen p. 09 2727 9124
- sihteeri Salla Uusikangas p. 09 2727 9198

VIESTINTÄ

- esimies toiminnanjohtaja Arja Niittynen p. 09 2727 9123

SUPER-LEHTI:

- päätoimittaja Leena Lindroos p. 09 2727 9174
- taiteva toimittaja Jukka Järvelä p. 09 2727 9178
- toimittaja Henriikka Hakkala p. 09 2727 9193
- 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
- ammattiasiainpäällikkö 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 Valttonen p. 09 2727 9206
- 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 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
- lakimies Mira Välimäki p. 09 2727 9128
- 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

JÄSENYYSASIAT

- 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
- jäsenihteerit Päivi Askolin, Rita Brand, Miia Heikkonen, Noora Mikkonen, Piia Partanen, Alisa Rosti, Katja Sirkiä, Leila Ulmanen ja Paula Wirén

SUPER TYÖTTÖMYYSKASSA

- postiosoite: PL 117, 00521 Helsinki
- käyntiosoite: Kellosilta 3
- internet: nettikassa.supert.fi
- puhelinpalvelu: 09 2727 9377 ma-pe klo 9-13
- telefax 09 278 6531
- johtaja Stefan Högnabba 09 2727 9310



SUPER

SUPER MYÖS INTERNETISSÄ: WWW.SUPERLIITTO.FI

Sähköpostit: etunimi.sukunimi@superliitto.fi

Reformen av yrkesutbildningen utmanar oss

ORDFÖRANDE SILJA PAAVOLA

Superiterna är yrkesutbildade inom social-, hälso- och sjukvård och fostran på andra stadiet och därför berör utbildningsreformen oss starkt. Yrkesutbildningen ska bli en kompetensbaserad och kundinriktad helhet. Det ska bli mera inläring på arbetsplatserna och individuella studievägar, och regleringen och överlappningarna ska avvecklas. Så här står det i handlingsplanen för genomförande av spetsprojekten och reformerna i det strategiska regeringsprogrammet.

Det är fint att man utgår från att en studerande redan har kompetens för sitt kommande yrkesområde. Men vi vet att en yrkespersons identitet byggs upp av att denna har färdighet för och kunskap om sina handlingar och deras följder. Många är godhjärtade och vill hjälpa – vilket är bra i och för sig – men när människor behöver vård, omsorg, rehabilitering, fostran och ledning har de rätt att få detta av en yrkesutbildad person.

Därför är handlingsplanen en utmaning, särskilt för arbetsplatshandledarna. Utmaningen består i att varje studerande har en egen personlig läroplan. För en vuxenstuderande kan den se alldeles annorlunda ut än för en studerande på ungdomsstadiet. Det här måste sedan arbetsplatshandledaren kunna svara på samtidigt som hen gör sitt eget arbete. Vi vet att superiternas yrkeskompetens är bra och fin, men vi vet också att arbetsbördan är maximal. Var ska man hitta tid och krafter för arbetshandledningen?

Tiden och krafterna finns i yrkesidentiteten och i att vi alltid ska kunna vara stolta över vår yrkeskompetens. Utbildning är den enda vägen

till den kompetens som numera behövs i vårdarbetet. När det finns en studerande som ska handledas på arbetsplatsen måste det ges tid för uppgiften, alldeles som inom andra branscher. Det kommer förstås sådana dagar när allting inte går som på Strömsö, men alla dagar får inte vara så bråda att det inte finns tid för handledningen.Handledning och undervisning kan också vara belönande och ge krafter för båda parter. När den nya kunskap som en studerande för med sig förenas med en erfaren kollegas kunskaper leder det till en förädlad kompetens och ömsesidig nytta.

Arbetsplatshandledningen är sällan bara på en persons ansvar. Därför är det viktigt att alla som deltar i handledningen är medvetna om vad de studerande under respektive period ska lära sig. Det här kräver aktivitet av de studerande, så att de genast i början av en period gör saken klar. De studerande ges också mycket eget ansvar för att studierna löper enligt planen. Men när åldersspridningen är mellan 15 och 60 år varierar förmågan att ta eget ansvar mycket.

Superiterna är i sin egenskap av kunniga yrkespersoner hörnstenar i välfärdsservicen. Det är just vi superiter som ska se till att de kommande kollegorna ska kunna uppnå samma grundläggande yrkesskicklighet som vi själva har. Det är sant att man lär sig i yrket och att vårdpraxis och verksamhetskulturer förändras, men man måste behärska teorin oberoende vilket kompetensområde man arbetar inom. Även om det ibland känns som om det hela tiden krävs mer av oss inom handledningen måste vi se till att vi också i fortsättningen får studerande att handleda. Vi behöver dem som

kommande kollegor, för arbetsmängden minskar inte inom något delområde. Därför måste var och en fråga sig varför det inte finns studerande om de inte syns till.

Någon har sagt: "Allt som förtjänar att göras, förtjänar också att göras bra." Det här är ett ganska gott rättesnöre också i den här saken. ■

Hälsningar,

Silja



Dålig luft

slutet av 2016 gjordes en e-postenkät för superiterna med vilken vi kartlade medlemmarnas situation i fråga om inomhusluften på arbetsplatserna. Enkäten besvarades av 2200 medlemmar. Enligt en analys av resultaten berörs över hälften av dem som svarade av problem i inomhusmiljön. De flesta upplever att ventilationen på arbetsplatsen är bristfällig och luften unken och torr. Mögellukt känns var tredje svarare och kloaklukt nästan lika många. Situationen leder till att det bland superiterna förekommer klart mera trötthet, huvudvärk, muskel- och ledbesvär och återkommande infektioner än bland befolkningen i övrigt. Medan åtta procent av finländarna i gemen lider av astma gör 17 procent av dem som svarade på enkäten det.

Enkätsvaren analyserades av Tuula Putus, professor i företagshälsovård och miljömedicin vid Åbo universitet. Hon säger att problemen med inomhusluften är minst lika vanliga i enheterna inom vårdbranschen som i skolorna. Åtminstone en tredjedel av byggnaderna har allvarliga problem med inomhusluften och upp till 75 procent av byggnaderna är i behov av reparation. Visserligen görs också reparationer, men 40 procent av dem som svarade har inte lagt märke till att de skulle ha underlättat deras situation.

Dålig inomhusluft gör en sjuk. En långvarig exponering för mikrober leder till kroniska sjukdomar och inte ens sanerade lokaler tillåter alltid en återkomst till arbetet. Problemet är att man inte kan diagnostisera symtomen i tid. Allmänt ointresse och underskattning av symtomen förekommer också. Vårdarnas arbetsplatser är samtidigt de ställen där klienterna och patienterna vårdas och behandlas. För alla parter är det viktigt att vara uppriktig i frågan och utan dröjsmål vidta de nödvändiga åtgärderna. De experter som vi intervjuade rekommenderar också att man byter arbetsplats i ett så tidigt skede som möjligt när symtom har uppstått – ibland kan det vara enda sättet att bevara sin arbetsförmåga. ■

Huvudavtalsorganisationerna inom kommunsektorn kräver lönehöjningar

Huvudavtalsorganisationerna inom kommunsektorn förbereder sig för höstens löneförhandlingar och kräver klara och tydliga lönehöjningar.

Den offentliga sektorn har redan burit sitt strå till stacken med omfattande sparåtgärder. De orättvisa nedskärningarna av semesterpengen pressades på den offentliga sektorn som en del av konkurrenskraftsavtalet. Konsekvenserna av alla de sparåtgärder som redan vidtagits syns ännu inte i stats ekonomin.

Lönenivån för de anställda inom den offentliga sektorn får inte frysas. De anställdas betydelse för ekonomin och välfärden får inte heller underskattas. Stärkandet av den inhemska efterfrågan ingår som en klar och tydlig del i stärkandet av sysselsättningen.

Huvudavtalsorganisationerna KoHo, FOSU och Kommunbranschens union påminner i sin kommuniké att det med avseende på hela samhällsverksamheten samt på stärkandet av sysselsättningen och ekonomin är nödvändigt att förbättra de anställdas löner och andra anställningsvillkor inom den offentliga sektorn. Ett löneprogram för alla avtalsbranscher som är en avtalsperiod längre måste sättas in redan under den inkommande avtalsomgången.

Konkurrenskraftsavtalet behandlar arbetstagarna inom den offentliga sektorn hårdare än arbetstagarna inom den så kallade öppna sektorn. En åtstramning av de offentliga tjänsterna eller förtryck av de anställda inom den offentliga sektorn tillför inte industrin några nya beställningar eller arbetsplatser. Det är viktigt att förstå att det offentliga och det privata stöder varandra.

De anställda inom den offentliga sektorn skapar med sitt arbete välfärdstjänster som i sin tur skapar kunnande samt garanterar de grundläggande samhällsstrukturerna och säkerheten. Välfärdstjänsterna hjälper också exportbranscherna att förbättra resultaten och bruttonationalprodukten.

Med de här välfärdstjänsterna som betalas av medborgarna har vi fått småbarnsfostran, som exempelvis har gjort det möjligt för kvinnor och ensamförsörjare att gå på jobb. En god utbildning har gett ett yrke och producerat experter inom olika områden. Social-, hälso- och sjukvården har gjort det möjligt för många människor att leva ett normalt, meningsfullt liv trots kroniska sjukdomar. Våra högklassiga offentliga tjänster gör Finland till ett välfärdssamhälle.

De offentliga tjänsterna är stadgade i lag och den offentliga sektorn kan varken välja sina klienter eller eftersträva vinst, utan den tjänar alla jämligt. Skötseln av kommunernas lagstadgade uppgifter kräver tillräckligt med kunnig och motiverad arbetskraft. ■



SUPER BEREDD FÖR UTMANINGAR

TEXT MARJO SAJANTOLA

Bevarandet av närvårdarutbildningens kvalitet, superiternas arbetsmotivation, avtalsförhandlingarna samt förberedelserna för landskaps-, social-, hälso- och sjukvårdsreformen hör till höstens toppverksamhet inom SuPer vid sidan av den övriga intressebevakningen.

SuPers ordförande Silja Paavola konstaterar att hösten är full med utmaningar, men SuPer är ett starkt förbund och klarar av att svara på dem. SuPer uppskattas som ett expertförbund som modigt tar upp såväl missförhållanden som sätt att avskaffa och förebygga dem. Utöver medlemsantalet bidrar också förbundets synlighet till att ge tyngd åt dess budskap. Varje medlem kan bidra till synligheten genom att delta i de jippon och torgevenemang som fackavdelningarna och förbundet arrangerar.

KVALITET I NÄRVÅRDARUTBILDNINGEN

En fortsatt högklassig närvårdarutbildning är nummer ett i höstens verksamhet. Förbundet kräver ytterligare att de studerandes lämplighet för branschen garanteras och att man inte får pruta på kunskapskraven. Läroanstalterna måste också se till att de studerande har en tillräcklig kunskaps- och färdighetsgrund för inläringen i arbetet, så att arbetsplatshandledarna inte stupar under arbetsbördan. Det måste finnas tillräckliga resurser på

arbetsplatserna för handledningen av studerande. En studerande ska också oberoende av sitt framskridande få vara studerande, och ska inte ersätta en saknad arbetskraft.

Paavola påminner om att SuPer ända från början har deltagit i planeringen och utvecklingen av närvårdarutbildningen, och att en god utbildning inte ska skrotas genom att förkorta den av sparskäl.

– Utbildningen på ungdomsstadiet kan inte på några villkor förkortas, den allmänna behörigheten för fortsatta studier måste tryggas. Vuxna kan ha examina och många färdigheter sedan tidigare, men också de ska behärska de kunskaper och färdigheter som närvårdaryrket kräver.

Paavola poängterar att det också på varje arbetsplats råder en egen vårdkultur och att man behöver olika slags färdigheter i arbetet, som man lär sig i arbetsplatsutbildningen eller genom att arbeta. En ny arbetstagare behöver stöd från sin arbetsgemenskap.

SUPER EN STARK PÅVERKARE

Landets regering beslöt att fortsätta vård- och landskapsreformen så att den

träder i kraft den 1 januari 2020. I enlighet med grundlagsutskottets önskemål behandlas landskaps-, vård- och valfrihetslagarna samtidigt i riksdagen, uppskattningsvis i mars 2018. SuPer har försökt påverka innehållet i reformerna på alla nivåer.

Avtalsförhandlingarna inleds också. Kommunsektorns huvudavtalsorganisationer, dvs. Kommunsektorns utbildade vårdpersonal KoHo, till vilken SuPer och Tehy hör, samt Förhandlingsorganisationen för offentliga sektorns utbildade FOSU och Kommunbranschens union har gett en gemensam kommuniké om avtalsmålen hos de anställda inom den offentliga sektorn. Nu krävs det tydliga lönehöjningar.

Silja Paavola påminner om att det inte har förekommit nedskärningar av semesterpengen inom den privata sektorn, men att lönerna är sämre än inom den offentliga sektorn. Det finns en press på lönehöjningar.

– SuPer skickade en enkät om målen till fackavdelningarnas ordförande som grund för förhandlingarna. Vi behöver medlemmarnas åsikt om vad de är beredda till. Vi måste få ett stopp för den här eviga enkelriktade flexandet som arbetstagarna får göra. ■

SuPers enkät visade

Allvarliga problem med inomhusluften

TEXT MINNA LYHTY

Superiterna lider av trötthet, huvudvärk, muskel- och ledbesvär, astma och återkommande infektioner i klart högre grad än den övriga befolkningen. Medlemmarna berättade i SuPers enkät att de led av många slags symtom orsakade av dålig inomhusluft.

Av dem som svarade på SuPers enkät har 17 procent astma. Av alla finländare har bara åtta procent samma diagnos. Superiterna lider också i högre grad än den övriga befolkningen av infektionssjukdomar.

– Jag studerade infektionsincidensen bland befolkningen i min doktorsavhandling, och enligt den drabbas fyra procent av befolkningen av bihåleinflammationer varje år. I SuPers enkät är siffran fem gånger så hög, säger Tuula Putus, professor i företagshälsovård och miljömedicin vid Åbo universitet, som analyserade svaren i SuPers enkät.

Enligt Putus är problemen med inomhusluften i värdenheterna minst lika allmänna som i skolorna. Hon säger att åtminstone en tredjedel av byggnaderna har allvarliga problem med inomhusluften och upp till 75 procent av byggnaderna är i behov av någon slags reparation.

Över hälften av dem som deltog i enkäten upplever att ventilationen är bristfällig. En vanlig olägenhet är unkenhet och att luften känns torr. Många rapporterar om alltför kall eller het rumstemperatur, drag, damm och smuts. Var tredje hade känt en lukt av mögel eller jordkällare. Nästan lika många hade lidit av kloaklukter.

– Mögellukt är en mycket bra indi-

HAR DU DÄR DU ARBETAR BESVÄRATS AV NÅGON AV FÖLJANDE FAKTORER UNDER DE SENASTE 12 MÅNADERNA?

Besvär	Förekommit minst en gång per vecka
drag	41 %
för hög rumstemperatur	38 %
varierande rumstemperatur	44 %
för låg rumstemperatur	28 %
torr luft	62 %
unken (dålig) luft	63 %
fuktig luft	20 %
otillräcklig ventilation	59 %
mögel- eller jordkällarlukt	32 %
kloaklukter	29 %
andra otrevliga lukter	43 %
tobaksrök	16 %
buller	47 %
dålig belysning eller bländning, reflexer	36 %
iakttagbart damm eller smuts	39 %
någon annan	13 %

kator på exponering. Om det finns mögellukt på arbetsplatsen är det dubbelt så vanligt med symtom än om en sådan observation inte har gjorts.

Av dem som svarade uppger 16 procent att de undvikit att arbeta eller vistas i vissa rum på grund av symtom eller obehag.

MÖGEL OCH SKADLIGA MIKROBER

Deltagarna i enkäten ombads bedö-

ma hur länge de enligt sin egen uppfattning har utsatts för mögel eller andra fuktskademikrober under sin tid i arbetslivet. Över hälften, 60 procent, tror att exponeringen pågått flera år eller åtminstone ett år. Endast tio procent upplever att de inte alls exponerats och var femte kan inte bedöma om de exponerats.

Närmare 30 procent har iakttagit tecken på fuktskador i sina egna arbetslokaler, såsom fuktfläckar, missfärgning

ENKÄTEN OM INOMHUSLUFT TILL SUPERS MEDLEMMAR

SuPers e-postenkät om inomhusluften fick svar av 2 205 medlemmar hösten 2016. Enkäten visar att det förekommer allvarliga problem med inomhusluften i enheterna inom vårdbranschen. Av dem som svarade på enkäten jobbar 41 procent på servicehem för äldre och på äldreboenden, 14 procent inom hemvård, 12 procent på hälsocentraler, 10 procent på daghem och sju procent på sjukhus. De flesta, 73 procent, jobbar för en kommunal arbetsgivare och 22 procent inom den privata sektorn.

och lossnad ytbeläggning.

Sju procent har gjort iakttagelser av mögelväxt i sina egna arbetsrum. Något flera har sett mögelväxt i andra rum. Var tionde berättar att det har funnits mögel tidigare, men att skadan har reparerats.

Var fjärde uppger att det har gjorts reparationer av fuktskador på arbetsplatsen. Sex procent uppger att mögel-skador har reparerats. Ventilationen har förbättrats på en femtedel av de svarandes arbetsplatser. Också annan slags renovering har gjorts. Ändå upplever 40 procent att reparationerna inte har haft någon verkan på det egna hälsotillståndet. Bara hos fem procent har hälsotillståndet förbättrats.

– Reparationerna är ofta bara lappningar här och där, trots att man borde ha gjort en stor reparation eller till och med byggt helt nytt. I en reparerad byggnad måste man ofta göra nya reparationer redan efter ett par år, berättar Tuula Putus.

SYMPTOM AV ARBETSLOKALERNA

Över 40 procent av de svarande uppger att de fått hälsoproblem av inomhusluften på arbetsplatsen. Var tredje rapporterar om otrivsel.

De vanligaste hälsoproblemen är

nästappa, ögonirritation, snuva, hosta, halsont, heshet och hudsymtom. Trötthet förekommer hos 60 procent av dem som svarade. Dessutom är ont i ryggen, musklerna och lederna vanliga symtom.

Andra vanliga symtom är huvudvärk och att huvudet känns tungt. Många rapporterar också om bland annat irritation, koncentrationssvårigheter, svindel och minnesstörningar. Ett måttligt samband mellan arbetstiden och neurologiska symtom observerades.

– Vissa av de vårdare som lider av problem med inomhusluften säger att de har hjärndimma. När de åker till jobbet på morgonen vet de vem de är och vart de är på väg, men på eftermiddagen är saken inte alls så klar. Problem med inomhusluften är ett allvarligt hot mot vårdkvaliteten om vårdarnas koncentration går till att klara av arbetspasset, funderar Tuula Putus.

Varannan svarare säger sig behöva mediciner regelbundet, vilket är mera än bland hela befolkningen. Närmare hälften har under det senaste året behövt en antibiotikakur mot någon infektion. Enligt Putus ser det ut som om vårdarna hålls på benen och på jobbet med hjälp av mediciner.

Omkring 13 procent bytte arbetsstation eller arbetsplats på grund av problem med inomhusluften. Bara 11 procent upplevde att hälsotillståndet förbättrades avsevärt. I stort sett lika många upplevde att hälsotillståndet förbättrades någorlunda. De flesta upplevde ingen skillnad. Det hjälper inte att byta arbetsplats om det finns problem med inomhusluften också på det nya stället.

Omkring en tredjedel tycker att hälsotillståndet försämrats under det senaste året. Lika många tror inte att de orkar fortsätta i sitt nuvarande yrke ända till pensioneringen. Närmare 80 procent har övervägt att byta arbetsplats eller till och med yrke. Två procent är redan på väg att byta jobb.

Enligt Putus måste man ta problemen med inomhusluften på allvar.

– Vi måste garantera vårdarna de bästa möjliga förhållandena för att de ska kunna utnyttja sin sakkunskap till godo för patienten och hela samhället. ■

Mässlingsepidemin i Europa avspeglas också på Finland

THL fick kännedom om 10 fall av mässling i Finland mellan juni och början av augusti. Fallen i Finland avspeglar det försämrade mässlingsläget i övriga Europa. Under 2017 har över 13 000 fall av mässling konstaterats i Europa, de flesta i Rumänien och Italien. De smittor som konstaterats i Finland under den gångna sommaren har skett utomlands eller kommit från en person som varit i utlandet. THL påminner om att man bör kontrollera vaccinationsskyddet innan man reser till ett land där det förekommer mässling.



Ansökan om arbetslivspension inleddes i augusti

Man har kunnat ansöka om förhandsbeslut om det helt nya pensionsalternativet, arbetslivspensionen, sedan början av augusti. Pensionen börjar tidigast den 1 februari 2018. Personer som kan få arbetslivspension är sådana som har fyllt 63 år och som under minst 38 år haft ett tungt och slitsamt arbete som huvudsyssa och vars arbetsförmåga är permanent nedsatt. Det tunga och slitsamma arbetet som berättigar till arbetslivspension ska fortfarande pågå, alternativt ska det ha gått högst ett år sedan arbetet upphörde.

Närvårdarutbildningen förändras och blir ännu mer individuell

TEXT JUKKA JÄRVELÄ

Närvårdarutbildningen är från och med nästa år individuell och den fokuserar allt mer på arbetslivets behov. Reformen innebär många slags förändringar i utbildningen och det här syns på superiternas arbetsplatser.

Grundexamen inom social- och hälsovårdsbranschen reformeras i augusti 2018. De bekanta namnen på examensdelarna byts ut. Strukturen förändras också. I den nya grundexamen inom social- och hälsovårdsbranschen, familjärt närvårdarexamen, finns det två obligatoriska examensdelar i stället för de tidigare tre. Kompetensområdenas antal, namn och innehåll ändras. På lagstiftningsnivå förenas närvårdarutbildningen för unga och vuxna inom en lag. Nytt är exempelvis det att även vuxenstuderandena avlägger de gemensamma allmänbildande delarna i examen.

INLÄRNING PÅ ARBETSPLATSEN

Många förändringar i utbildningen syns i arbetslivet och i superiternas dagliga liv. SuPers expert Soili Nevala önskar att

De nya kompetensområdena i närvårdarutbildningen

Grundexamen inom social- och hälsovårdsbranschen innehåller åtta kompetensområden. Examen omfattar 180 kompetenspoäng

- Kompetensområdet för äldreomsorg och rehabilitering
- Kompetensområdet för fotvård
- Kompetensområdet för vård och fostran av barn och unga
- Kompetensområdet för mentalhälsoarbete och missbrukarvård
- Kompetensområdet för sjukvård och omsorg
- Kompetensområdet för munhälsovård
- Kompetensområdet för handikappomsorg
- Kompetensområdet för prehospitalet akutsjukvård på basnivå

man på fältet i lugn och ro hinner sätta sig in i och vänja sig vid de förändringar som träder i kraft hösten 2018.

– Proven på yrkeskompetens och de fristående examina slopas och i stället kommer den bekanta benämningen yrkesprovet tillbaka. Nu har alla ett och samma sätt att studera. Ungdomar och vuxna genomgår en likadan bedömningsprocess.

– När begreppet inläring i arbetet nu avskaffas kommer i stället ett utbildningsavtal. Läroavtalet fortsätter på samma sätt som nu. Utbildningsavtalet som ersätter inläringen i arbetet ingår för varje examensdel. Läroavtalet ingår fortfarande för hela examen.

– Med hjälp av läroavtalen kan man åstadkomma ett mål-inriktat, individuellt och handlett lärande på ett sätt som är lämpligast för både den studerande och för arbetsgivaren.

– Den ökade inläringen på arbetsplatsen är viktig ur förbundets perspektiv. Det är meningen att man efter varje examensdel ska kunna överväga om studierna ska fortsätta som utbildningsavtal, eller om personen redan har så mycket kunskaper att hen kan övergå till ett läroavtal.

Enligt Nevala blir lärarnas roll mera av en tränare eller en coach. När man sparar stort i andra stadiets utbildning och antalet lärare har minskats, undrar superiterna hur lärarna ska ha tid att förverkliga sin nya uppgiftsbeskrivning.

VILKET AVTAL?

SuPers expert Elina Ottela anser att den största förändringen i reformen är arbetslivsorienteringen, med vilken vårdarnas förmågor allt bättre ska fås att motsvara det kunnande som arbetslivet kräver.

Inläringen på arbetsplatsen ser ut att öka. Det här kräver i fortsättningen noggrannhet av superiterna vid sidan av det egna arbetet.

– En studerande med utbildningsavtal är på läroanstaltens ansvar, inte på arbetsplatsens eller arbetsplatshandledarens. Ta alltså med lärarna och läroanstalten för att stärka undervisningssituationen så att ni inte lämnas ensamma i handledningen.

– En studerande som kommer till en arbetsplats ska inneha en viss tillräcklig teoretisk grund för arbetet. Om den här beredskapen inte finns kan man inte ta för givet att SuPervårdare med en svag teoretisk grund börjar ta ansvar för handledningen av studerande.

SuPer har nyss gett beslutsfattarna sitt utlåtande om reformen av närvårdarexamen. Det publiceras också på förbundets webbplats www.superliitto.fi. ■

EN NY BEREDNING AV VALFRIHETSLAGEN

TEXT JUKKA JÄRVELÄ

Sommarens största nyhet sedd ur superiternas perspektiv var att vårdreformen, valfrihetslagen och landskapsreformen inte genomförs enligt den ursprungliga planen.

Valfrihetslagstiftningen bereds på nytt. Hela vårdreformen uppskjuts med ett år och ska inledas först 2020. I samma vecka uppskötts landskapsvalet till oktober 2018.

SuPer motsatte sig ikraftträdandet av det gamla, nu redan förkastade, valfrihetsförslaget. Besöken av förbundets representanter i riksdagen bidrog för sin del till att statsmakten tar vårdfrågorna till ny behandling. Grundlagsutskottet slog slutligen spiken i kistan när det ansåg att tvångsbolagiseringen strider mot grundlagen.

SuPers intressebevakningsdirektör Anne Sainila-Vaarno är nöjd med att valfrihetslagen gick till ny beredning.

– Lagförslaget var en otrevlig bit att svälja.

Bolagiseringsskyldigheten hade betytt att huvuddelen av de verksamheter inom vilka kommunsektorns superiter jobbar hade bolagiserats. Förbundsmedlemmarna hade övergått i privatsektorns tjänst. Förändringen hade varit enorm. Vi är verkligen nöjda över att bolagiseringsskyldigheten inte gick igenom på det sätt som landets regering planerade.

Eftersom valfrihetsförslaget togs till ny beredning kommer många saker att uppskjutas och fördröjas. Sainila-Vaarno skickar hälsningar till alla superiter, särskilt till de aktivister och förtroendemän som sitter vid förhandlingsborden.

– Eftersom det fortfarande råder en viss osäkerhet inför det kommande, behöver vi tålamod och besinning till dess att de riksomfattande besluten fattats.

– I det här skedet är det viktigaste att följa noga med vilka planer som förbereds för de enskilda landskapen. Superiternas ståndpunkter ska tas upp i de arbetsgrupper som sammanträder i landskapen.

– Det finns en mängd arbetsgrupper, men det måste också finnas en representant för SuPer i alla grupper där man diskuterar frågor som påverkar superiternas arbete och arbetsvillkor.

Eftersom det finns olika slags arbetsgrupper i varje landskap, kan vi inte från förbundet ge några allmängiltiga direktiv till fältet som varje SuPerförhandlare i olika delar av landet ska kunna tillämpa.

Hösten som nu inleds kommer sannolikt att vara inten-

FÖRTROENDEMANNASYSTEMET OCH AVTALEN

Även om vårdfrågorna är i jäsningstillstånd fortsätter SuPer att förbereda sig för den nya förhandlingsordningen tillsammans med arbetsgivaren och de övriga förbunden. Tidtabellen ser ut att dra ut över årsskiftet, som var det ursprungliga målet.

De viktigaste förhandlingsfrågorna är åtminstone:

- Vilket arbets- och tjänstekollektivavtal ska tillämpas med den nya landskapsarbetsgivaren?
- Hurdant blir det nya förtroendemannasystemet?
- Vilka andra avtal och rekommendationer inom kommunsektorn ska iakttas i landskapen?

Det är viktigt hur förtroendemannasystemet byggs upp. För den här saken har vi redan tillsatt en egen arbetsgrupp inom SuPer.

siv vid förhandlingsborden och på hela fackföreningsfronten. Vårdkomplikationerna gör också förhandlingarna om den kommande förhandlingsordningen besvärliga.

– Vår avsikt var att tillsammans med KT Kommunarbetsgivarna inom oktober förhandla fram ett avtal om den nya förhandlingsordningen med sikte på det kommande landskapssystemet. Lagändringen som berör Kommunarbetsgivarna strändade emellertid tillsammans med vårdreformen i riksdagen.

– Allting lever hela tiden, men för närvarande har Kommunarbetsgivarna ingen lagenlig rätt att förhandla om arbets- och tjänstekollektivavtal för de kommande landskapens del. Visserligen kan man ändå göra upp planer om det kommande, klargör Sainila-Vaarno.

Man har nu börjat bereda valfrihetslagen som ett tjänstemannaarbete igen. Det är sannolikt meningen att sända ett nytt regeringsförslag till lag på remiss i november, men tidtabellen kan ännu ändras.

Enligt planerna ska regeringen ge en ny proposition med förslag till valfrihetslag till riksdagen i början av 2018. Lagarna som gäller landskapen, vårderna och valfriheten behandlas samtidigt i riksdagen våren 2018. Då kan lagarna träda i kraft sommaren 2018. ■

Centralorganisationerna kräver att reformen av familjeledigheten sätts i gång snabbt

Arbetsmarknadens centralorganisationer – EK, FFC, Akava och STTK – föreslog att landets regering inleder beredandet av reformen av familjeledigheten i budgetmanglingen i slutet av augusti. Beredningen ska göras på trepartsbasis i samarbete med arbetsmarknadsorganisationerna.

Familjeledighetssystemet påverkar det dagliga livet på arbetsplatserna och avtalet om arbetsvillkoren. Det är fråga om en reform av arbetslagstiftningen och det i huvudsak arbetsbaserade socialskyddet. Arbetsgivaren och arbetstagarna finansierar tillsammans med sina sjukförsäkringsavgifter den inkomstrelaterade föräldrapenningen i sin helhet. Staten bekostar bara den föräldradagpenning som betalas till minimibelopp.

Målet för reformen ska vara jämnare fördelning i användningen av familjeledigheten och familjeansvaret, förbättring av kvinnornas ställning på arbetsmarknaden, bättre sysselsättning och en smidig samordning av arbets- och familjelivet. De mångahanda situationerna i arbets- och familjelivet och

den ökande jämlikheten i användningen av familjeledigheter kräver flexibla möjligheter att utnyttja ledigheterna. I reformen måste olika slags familjeformer beaktas.

Idag bär kvinnorna ett betydligt större ansvar än männen för vården av småbarnen. Männen använder bara 1–3 procent av de familjeledigheter som alternativt antingen pappan eller mamman kan använda. Den här andelen har inte förändrats på över tio år. Disproportionen har försämrat kvinnornas ställning på arbetsmarknaden liksom den har hindrat lönejämlikheten att gå framåt och gjort det svårare för kvinnorna i arbetslivet och karriären.

Sysselsättningsgraden i Finland är klart lägre än i de övriga nordiska länderna. För att finansieringen av välfärdstjänsterna och inkomstöverföringarna samt av arbetspensionerna ska lyckas på ett hållbart sätt måste sysselsättningsgraden vara klart högre än nu.

I beredningen av en familjeledighetsreform som stöder de ovan nämnda målen måste man enligt centralorganisationerna föreslå ändringar i familjeledigheterna, föräldrapenningen och hemvårdsstödet. ■



Delta – du kan vinna 1500 € till din arbetsplats.

Stiftelsen La Carita delar ut två hederspriser på 1500 euro för utvecklingsarbete som främjar en individcentrad vardag inom äldreomsorgen på SuPers studiedagar i februari 2018.

Ta emot utmaningen och sök hederspriset elektroniskt genom att svara på frågan:
På vilket sätt har ni inom er arbetsgemenskap skapat nya modeller för att berika vardagen och för att säkra en individcentrerad äldreomsorg?

Beskriv in ansökan er vardag och era verksamhetsprinciper. Varför förtjänar just er arbetsgemenskap hederspriset?

Sök La Carita priset på nätet senast 25.10.2017 på adressen <https://my.surveypal.com/lacarita2018sv>
Ifall länken inte går att öppna kan du kopiera länkadressen och bifoga till webbadressfältet.

Tilläggsuppgifter: Sara Simberg
sara.simberg@superliitto.fi
Tel. 09 2727 9197

LA CARITA SÄÄTIÖ

VAIHUSTEN JA IKÄÄNTYVIEN HYVINVOINNIN EDISTÄMINEN SUOMESSA

SUPER PRESENTERAR

Studiedagar

Kom med och utveckla ditt kunnande på
SuPers svenska studiedagar i **Tammerfors**
13.–14.2.2018

På programmet står intressanta föreläsningar
för SuPer-medlemmarnas behov i arbetslivet.

**FORTBILDNING ÄR BÅDE EN
RÄTTIGHET OCH EN SKYLDIGHET.**