

# SUPER

12/2017

*Edes esimies ei tiedä*

MITÄ LÄHIHOITAJA OSAA

*Elintavat ratkaisevia*

MUISTISAIRAUKSIEN  
EHKÄISYSSÄ

*Työyhteisöön  
sopeutuminen*

ON KAKSISUUNTAINEN  
PROSESSI

*Suomalaisen naisen  
supervoimat ovat*

MONITAITOISUUS  
JA TASA-ARVO



*SuPer hakee  
palkankorotuksia*

*Ostovoimaa lisää,  
lomarahaleikkaus  
korvattava*

**ELSA VASILOPOULOU,  
HOITAJA KAUNIALASTA**

## 34

Sirkka-Liisa Kivelä  
käsittelee  
kolumnissaan  
perinteitä.



## 36

Suomessa on 2,7  
miljoonaa naista.  
Lähihoitaja Janan  
Al-auda on  
yksi heistä.



## 30

Elintavat  
vaikuttavat  
aivoterveysteen.



## 56

Päättävä  
Mirja Ylijoki  
perehtyi kotihoitoon.



## joulukuu

**3** Pääkirjoitus **4** Ajankohtaista **5** Puheenjohtajalta **6** SuPer hakee palkankorotuksia **8** Valinnanvapauslaki epätasa-arvoinen **9** Annika Saarikko: sote-laki välttämätön **10** Järjestötoiminta auttaa yksinäisiä **11** Korjauksia rokoteohjeisiin **12** Joulukuun lyhyet **13** Näin vastattiin, Lehtikatsaus **14** Lähi- ja perusruokaa: Marjainen joululeipä **KANNESSA** **16** Elsa Vasilopouloun työpäivä **22** Moninaisuudesta monia etuja **24** Lähihoitajan osaamista ei tunneta **29** Pahat uutiset pelottavat lasta **30** Elintavat ratkaisevia muistisairauksissa **34** Sirkka-Liisa Kivelän kolumni **35** Korvaus laittomasta irtisanomisesta, Ohjeita oman auton käytöstä **36** Naisten ajatuksia 100-vuotiaassa Suomessa **42** Moduuliopiskelu on tiimityötä **44** Hyvä hoitaja kertoo, miten kääntää **45** Palasia sieltä täältä **46** Meidän juttu: kasvihuone ja perhosbaari **48** Työmarkkinapäivät **52** Liikkeen luovutuksen vaikutus työsuhteen ehtoihin **54** Superristikko **55** Paras juttu **56** Kaksi kuukautta kotihoidon matkassa **58** Jäsenyksikön palvelukortti **59** Hanna Jokisen pakina **60** Työttömyyskassa tiedottaa **70** Kuulumisia **72** Superkulttuuria **73** Anna kiitos kollegalle **74** Luonnossa **75** P.S. Järvenpäästä



## 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

Sonja kähkönen 09 2727 9175

## TOIMITTAJAT

Henriikka Hakkala 09 2727 9193  
Elina Kujala ma. 09 2727 9165  
Minna Lyhty 09 2727 9176  
Marjo Sajantola 09 2727 9173

## VIERAILEVAT KIRJOITTAJAT

Antti Vanas

## KANNEN KUVA

Elsa Vasilopouloun kuvasi  
Marjo Sajantola

## ULKOASU

Eyekraft Oy  
Jukka Järvelä

## PAINOS

93 200

## ILMOITUKSET

Mona Mikkola 09 2727 9191

## OSOITTEENMUUTOKSET

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

## KIRJAPAINO

 punamusta  
ISSN 0784-6975



Painotuotteet  
4041-0619

TOTUUTTA  
SILMIIN

**R**auman sosiaali- ja terveystieteiden tutkimuskeskuksen puheenjohtaja Mirja Ylijoki matkusti kahden kuukauden ajan kotihoidon työntekijöiden mukana näiden työmaalla, niin arkena kuin pyhänä, aamulla kuin illalla. Syynä tähän oli pitkään kuntapäätäjänä toimineen henkilön halu ottaa selvää, mistä jatkuva lisärahoituksen tarve johtuu. Kokemus avasi silmät. Koskaan ei tiedä, mikä asiakkaan ovela avattaessa yksin työtään tekevää hoitajaa odottaa. Ja kun se on jotain odottamatonta, suistuu koko työvuoro raiteiltaan. Kahdessa kuukaudessa kotihoidon todellisuus avasi silmät. Kokemuksen myötä Rauman kotihoitoon on saatu lisää henkilökuntaa ja myös heidän liikkumistaan on helpotettu. Toki tarve kasvaa edelleen, mutta tilanne on todennettu ja sen kehittymistä seurataan. Vastaavaa kiinnostusta hallinnonalansa tilanteeseen soisi päättäjien osoittavan yleisemminkin: itse koettuna työ näyttäytyy sellaisena kuin se todellisuudessa on.

Tässä numerossa julkaistaan viimeinen osa kahdesta eri juttusarjasta. Me tekijät luovumme haikkein mielin sekä *Meidän juttu* että *Anna kiitos kollegalle* -sarjasta. Niitä molempia on ollut mukava tehdä. Kävi kuitenkin melko työlääksi etsiä uusia tarinoita, vaikka varmasti aiheita löytyy jokaisen superilaisen työpaikalta. Ehkä se, että meistä kukin on jo oman julkisen elämänsä herra sosiaalisessa mediassa, tuottaa iloa ja tyytyväisyyttä sekä itselle että lähipiirille. Näin lehden kautta saatu julkisuus ei enää ole antamassa lisäarvoa enempää hyvälle henkilösuhteille kuin toimiville nikseillekään, vaikka oman reviirin ulkopuolella niistä innostuttaisiinkin.

Siirrymme juhla-kauteen. Ensin keskitymme Suomen 100-vuotisjuhlapäivään ja sitten joulun tunnelmiin. Tämän numeron erikoisartikkeli kokoa yhteen viiden naisen ajatuksia elämästä tässä maassa juuri tänään. Kukin heistä avaa myös suunnitelmiaan itsenäisyyspäivän vietosta ja merkityksestä. Seuraamme myös Elsa Vasilopouloun työpäivää veteraanisairaalan osastolla.

Rauhallista juhla-aikaa kaikille. ■



leena.lindroos@superliitto.fi

## Kalenteri

### JOULUKUU

- |            |                                                   |
|------------|---------------------------------------------------|
| 2.12.–7.1. | Linnoitustontun reitti, Suomenlinna               |
| 3.12.      | Kansainvälinen vammaisten päivä                   |
| 3.–10.12.  | We Jazz 2017, Helsinki                            |
| 6.12.      | Suomen 100. itsenäisyyspäivä                      |
| 6.–10.12.  | Naisten Joulumessut, Helsinki                     |
| 10.12.     | Ihmisoikeuksien päivä                             |
| 20.12.     | Kansainvälinen inhimillisen solidaarisuuden päivä |
| 21.12.     | Talvipäivän seisaus                               |

### TAMMIKUU

- |           |                                                |
|-----------|------------------------------------------------|
| 6.–10.1.  | Lux Helsinki 2018                              |
| 18.1.     | Urheilugaala 2018, Helsinki                    |
| 18.–21.1. | Matka 2018, Helsinki                           |
| 27.1.     | SuPer 70 vuotta & Kansallinen lähihoitajapäivä |
| 27.1.     | Ipanahipat 2018, Turku                         |



## SuPerin joulun aukioloajat



Liiton toimisto on joulun aikaan suljettu 27.–29.12. Toimisto päivystää tänä aikana puhelimessa kello 9–13.

**Päivystysnumerot ovat:**

- Edunvalvontayksikön kuntasektori 09 2727 9160
- Edunvalvontayksikön yksityissektori 09 2727 9171
- Kehittämisyksikkö 09 2727 9170
- Jäsenyksikkö 09 27279140

**Super työttömyyskassa** on arkisin auki normaalisti kello 8.30–16. Puhelinpalvelu on auki 27.12., 29.12., 2.1., ja 4.1. Puhelinpalvelua kassa antaa kello 9–13 numerossa 09 2727 9377. ■

## Selvä enemmistö kannattaa palkkaeron kaventamista

STTK:n teettämän kansalaiskyselyn mukaan kolme neljäsosaa suomalaisista, 76 prosenttia, on sukupuolten välisen palkkaeron kaventamisen kannalla. Kyselyn perusteella vain 16 prosenttia oli eri mieltä ja kahdeksan prosenttia ei ilmoittanut kantaansa.

STTK:n yhtenä keskeisenä tavoitteena on palkkatasa-arvon edistäminen työelämässä.

Tilastokeskuksen toisen vuosineljänneksen ansiotasoindeksiin mukaan naisten keskiansiot ovat tänä vuonna keskimäärin 83,4 prosenttia miesten keskiansioista. Ero on sama kuin viime

vuonna. Sukupuolten välinen palkkaero on kaventunut hyvin hitaasti viime vuosina Suomessa.

– Tarvitsemme useita samanaikaisesti vaikuttavia keinoja, joilla palkkatasa-arvoa voidaan edistää. Palkkaeroja ei voi hyväksyä, sillä niillä on vaikutus naisten heikomman ansiokenhityksen ohella myöhemmin esimerkiksi heikompaan eläkekertymään, STTK:n johtaja Katarina Murto korostaa.

STTK pitää palkkojen nykyistä laajempaa avoimuutta tärkeänä keinona palkkatasa-arvon edistämisessä. ■

### NYT ON AIKA

- ▶ Onnitella valmistuvia.
- ▶ Osallistua ammatiosaston syyskokoukseen.
- ▶ Tienata 30 euron lahjakortti suosittelemalla SuPeria.
- ▶ Ilmoittautua SuPerin ammatillisille opintopäiville Tampereelle.
- ▶ Käydä omilla jäsensivuilla ja laittaa yhteystiedot kuntoon.
- ▶ Ilmoittautua SuPer mentorointiin aktoriksi tai mentoriksi.
- ▶ Alkaa suunnitella miten SuPerin 70-vuotisjuhlavuotta vietetään ammatiosastoissa.
- ▶ Juhlia itsenäisyyttä.

# Mitä nyt tapahtuu?

## SuPerin työlistalla on sote ja neuvotteluissa palkankorotukset

**S**uperilaisista moni työskentelee vanhuspuolella ja siksi avaan taas enemmän sotea. Unohdamatta silti muualla työskenteleviä superilaisia – ei heitä unohdeta muutoinkaan edunvalvonnassa. Mutta koska sote-uudistus koskee nyt eniten niitä hoitajia, joiden hoidettaville suunnitellaan niin henkilökohtaista budjettia kuin asiakasseteliä, ovat tulevat muutokset monissa asioissa suuremmat vanhushpalveluissa kuin esimerkiksi maakuntaan jäävissä sairaaloissa. Sielläkin toki on omat murheensa toimimuuksineen ynnä muineen.

On aloitettava siitä tosiasia, että useat kunnat ovat yksityistäneet vanhustenhoitoa. Ja mihin se on johtanut? SuPer on monissa lausunnoissaan tuonut esille, että sote-soppaa ei saa maksattaa työntekijöillä. Sanomme ehdottomasti ei tes-shoppailulle eli palkanalennukselle, henkilöstömitoitusten pienentämiselle ja työnkuvan muutokselle. Moni saattaa kysyä, että miten niin? Totuus on se, että kun kunta yksityistää jonkun toiminnan, se tekee sen kahden vuoden takaisilla budjeteilla. Kun tähän vielä lisätään yrityksen voiton tavoittelu, niin jo parin viikon kuluttua alkavat yt-neuvottelut henkilöstön vähentämisestä.

Tästä taas seuraa se, että superilaisten työnkuva laajenee uusille toimialueille eli keittiö-, pyykki- ja siivoushommiin, jolloin vähenemä tulee tärkeimmäksi – hoitamisesta. Se on joissakin paikoissa johtanut ammatillisen työn kaatumiseen. Tällaista toimintakaavaa

emme hyväksy. Eri ammattiryhmien kesken täytyy olla järkevä työnjako, jolloin taataan hoidettavalle hyvä ja laadukas hoito, ei vain yritykselle tulosta. Kyse on ammatillisen osaamisen tunnistamisesta ja mahdollisuudesta saada toteuttaa osaamistaan ilman, että organisaatio sen kieltää. Tässä ei pitäisi olla mitään skismaa, sillä tuloksellisuuttahan kaikki kaipaavat.

Kuten alussa totesin, näitä samoja ongelmia ratkotaan kaikkialla, ei vain vanhustenhoidossa. Kunnissa yksityistetään monia toimintoja, varhaiskasvatusta, terveysasemia ja nyt viimeisenä koko sairaanhoitopiirin toiminta. Näissä kaikissa tapahtuu aina se tes-muutos. KVTESin voimassaoloaika päättyy 31.1.2018, joten tes-muutokset astuvat nopeasti voimaan.

Meille neuvotteluissa on tärkeintä superilaisten edunvalvonta taloudellisesti ja ammatillisesti. Tällä kierroksella on todella tärkeää saada palkankorotukset ja muut tavoitteet maaliin. Superilaisten työpaikkojen ja työn laaja-alaisena säilyminen ovat tulevaisuudessa keskeisiä edunvalvontakysymyksiä. Nämä koskevat kaikki superilaisia, työskentelevät he sitten yksityisellä tai kunnalla. Näiden asioiden kanssa jatkamme supertyötä yhdessä.

Vaikka tässä onkin eniten ajatuksia neuvotteluista, niin on annettava myös tilaa joululle, sillä ihan kohtaan se on täällä. Mietin tässä SuPeria ja superilaisia. SuPer on jo sana voimakas ja ylivoimainen, kuten ovat jäsenet ja heidän työnsä. Superilaisten omanarvontunne on voi-

makas eikä epäoikeudenmukaisuutta suvaita. Tämä sama ajatus sisältyy joulun sanomaan.

*Toivon sinulle ja läheisillesi lämmintä ja rentouttavaa joulun aikaa sekä onnistunutta vuotta 2018.*

*Silja*



# SuPer hakee palkankorotuksia

Ostovoima turvattava tammikuun neuvotteluissa

TEKSTI JUKKA JÄRVELÄ

SuPerin tavoitteet ovat selvät, kun työ- ja virkaehtosopimusneuvottelut alkavat täydellä voimalla: ostovoima on turvattava ja kikyn tuomat heikennykset kuntapuolelle on korvattava lomarahaleikkausten kompensatiolla.

SuPer lähtee hakemaan hoitoalalle selkeitä palkankorotuksia ja hoitajien omaa sopimusta. Hoitajien oma sopimus parantaisi mahdollisuuksia korjata hoitoalan epäkohtia kuten palkkausta, työaikoja sekä muita työehtoja.

– Tämä oma sopimus on mahdollinen vain julkisella puolella. Aika näyttää, kuinka moni superilainen jää maakuntaan sote-uudistuksessa, SuPerin puheenjohtaja Silja Paavola sanoo.

– Tällä kierroksella tärkein tavoite on saada kaikille kunnon palkankorotukset, koska palkat ovat pienet. Neuvottelut etenevät nyt siten, että joulukuun aikana tunnustelut ja tapaamiset lisääntyvät ja tammikuu on varsinaisten neuvottelujen aikaa.

## PALKKA JA LOMARAHALEIKKAUS

Kuntasektorilla KoHo on asettanut yleiset tavoitteensa. KoHo on SuPerin, Tehyn ja Palomiesliitto SPALin yhteinen neuvottelujärjestö kuntapöydässä.

– Tavoitteena on 1–2 vuoden sopimuskausi. Kärkeen nousevat ostovoiman turvaavat palkankorotukset, joissa yleinen linja näyttää marraskuussa yksityisellä teollisuuspuolella tehtyjen sopimusten perusteella olevan 3,2 prosenttia kahdessa vuodessa. Näissä ratkai-



suissa painotuksia on paikalliseen sopimiseen. Se ei SuPerille käy, liitto hakee hoitajille yleiskorotuksia, edunvalvontajohtaja Anne Sainila-Vaarno kertoo.

Silja Paavola muistuttaa, että SuPer nostaa kunta puolen lomarahojen kiky-leikkauksen korvaamisen näkyvästi neuvottelupöytään.

– Leikkaus näkyi negatiivisesti koko maan tasolla bruttokansantuotteen notkahduksena viime kesänä. Tämän pudotuksen korjaus pitäisi olla itsessään selvää.

Kikyn vuoksi julkisen sektorin työntekijöiden lomarahosta leikataan 30 prosenttia vielä kahtena tulevana vuotena. Suomen kansantalouden tuotanto pieneni kesäkuussa 0,5 prosenttia vuo-

den takaisesta. Ennen kesäkuuta tuotanto oli kasvanut edellisvuoteen verrattuna 18 kuukautta peräkkäin.

## LUOTTAMUSMIEHET

SuPer hakee nykyisessä sote-uudistustilanteessa paikallisille neuvottelijoille eli luottamusmiehille lisää toiminta-aikaa.

– Sote-alueista tulee näillä näkymin suuria. Jos jokaisella 18 sotealueella tehdään paikallisia sopimuksia, luottamusmiehillä pitää olla nykyistä enemmän aikaa hoitaa asioita.

– On pidettävä huoli, että työntekijöiden yhdenvertainen kohtelu toteutuu: sama palkka samasta työstä, Paavola tähdentää.



”

Sote- ja maakuntauudistus tuo suuria haasteita sosiaali- ja terveysalalle. Uudistuksen tavoitteena on palvelujen saatavuuden turvaaminen. Käytännössä koulutettu hoitohenkilöstö vastaa uudistuksen onnistumisesta. Jos alan epäkohtia ei saada kuntoon, työvoimaa valuu entistä enemmän muille sektoreille. Suurimpia epäkohtia ovat palkkaus, kuormittavat työolot ja riittämätön henkilöstömäärä. Palkan on turvattava toimeentulo kaikissa tilanteissa ja sen on vastattava työn vaativuutta.”

SUPERIN PERUSTELUT HOITAJIEN YHTEISELLE SOPIMUKSELLE

## TEOLLISUUDESSA ENSIMMÄISET SOPIMUKSET

Ensimmäiset työ- ja virkaehtosopimukset neuvoteltiin marraskuussa teollisuudessa.

Teollisuusliitto eli entinen Metalliliitto avasi tekemällä sopimuksen, joka tarjoaa 3,2 prosentin palkankorotuksen kahden vuoden aikana.

Paperiteollisuuden puolella palkanlisä oli 3,5 prosenttia.

Myös muita sopimuksia tehtiin 3,2 prosentin palkannousulla kahden vuoden aikana.

KoHon neuvottelutavoitteiden joukossa on myös kotihoidon työaika- ja muu- to. Kotihoidon tulee olla jaksotyöajassa joutuissalla ruokailulla. Listalla on muitakin palkkaukseen, vuosilomaan, perhevapaisiin ja luottamusmiestoimintaan liittyviä tavoitteita.

– Kaikki edellä mainittu koskee, lomarahaleikkausten kompensatiota ja jaksotyöaikaa lukuun ottamatta, sekä julkista että yksityistä puolta. Yksityisellä puolella yksi ehdottoman iso oma asia on, voiko samasta työstä maksaa kahta eri palkkaa samalla työnantajalla, Paavola sanoo.

Marraskuun lopussa, tämän lehden painoon menon jälkeen, kunnallinen KVTES todennäköisesti irtisanottiin, jonka jälkeen SuPerin tavoitteet annettiin työnantajalle.

## HOITOTYÖN ASEMA

Silja Paavola nostaa neuvottelupöytänsä muitakin tärkeitä asioita.

– Koko ajan on pidettävä mielessä myös se, että sote-uudistusta ei voida ottaa henkilöstön selkänahasta.

– Samoin tässä tilanteessa on muistettava sekin, että muutoksen alla ole-

va lähihoitajakoulutus pysyy laadukkaana. Työpaikoilla olevat ihmiset eivät saa ylettömästi kuormittua lähestyvistä koulutusreformista.

Julkisen puolen merkitys koko kansantaloudelle on Paavolan mukaan otettava esille.

– Julkinen puoli ei voi koko ajan maksaa siitä, että se tekee lakisääteisiä pakollisia toimintoja, joista kaikki eivät ole valmiita maksamaan. Ikään kuin se kuuluisi kontrahtiin, että olet valmis hoitamaan tämän tai tuon puolella palkalla. Tätäkään epäkohtaa ei saa unohtaa neuvottelupöydässä.

## SAMAT PÄÄTAVOITTEET

SuPerin yksityissektorin neuvottelupäällikön Pia Zaerensin mukaan yksityissektorilla on osittain samat tavoitteet kuin kuntapuolella.

– Yksityissektorilla palkankorotukset ovat ykköstarvite, samoin tärkeää on luottamusmiesten aseman parantaminen.

Zaerens korostaa myös palkkausjärjestelmien täsmentämisen ja kehittämisen tarvetta kaikilla yksityissektorin so- pimusalajoilla. ■

## Mielenterveyshoidon saatavuus on turvattava

Mielenterveys- ja psykoterapiapalvelut on turvattava soteuudistuksessa nykyistä paremmin, vaatii Mielenterveyden keskusliiton valtuusto. Vailla hoitoa on nyt jopa puolet mielenterveyden ongelmia kohdanneista. Riittävät ja tarpeenmukaiset palvelut kuuluvat yhdenvertaisesti kaikille, ja niiden turvaaminen on julkisen sektorin tehtävä. Tällä hetkellä mielenterveyshoitoa ei ole saatavilla läheskään riittävästi häiriöiden yleisyyteen nähden. Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen mukaan vain viidesosa heistä, joilla on jokin mielenterveyden häiriö, on riittävässä ja laadultaan hyvässä psykiatrisessa hoidossa. Jopa puolet on vailla mitään hoitoa.



## Toisen asteen koulutus voi maksaa tuhansia

Pelastakaa Lapset ry on selvittänyt toisen asteen opintojen kustannuksia ja niiden vaikutuksia opiskelijoiden ja heidän perheidensä elämään ja toimeentuloon. Lähes neljännes kyselyyn vastanneista arvioi maksaneensa 3000 euroa tai enemmän toisen asteen koulutuksen välttämättömiä kustannuksia. Oppilaitokset tiedottavat kustannuksista harvoin tai liian myöhään. Selvitys tehtiin osana Pelastakaa Lasten ja yhteistyökumppaneiden Maksuton 2. aste-kampanjaa, jossa järjestöt vaativat kansalaisaloitteella aidosti maksutonta toisen asteen koulutusta kaikille.

# Valinnanvapauslaki ei turvaa yhdenvertaisuutta

TEKSTI SONJA KÄHKÖNEN

Mikäli ehdotus valinnanvapauslaista toteutuu, terveydenhuollon kustannukset nousevat merkittävästi. Kiristyvä taloustilanne tulee karsimaan sosiaalipalveluja, joista kotiin annettavat palvelut kärsivät eniten.

Luonnos valinnanvapauslaista eteni lausuntokierrokselle lokakuussa. Suomen lähi- ja perushoitajaliitto on ottanut kantaa useisiin epäkohtiin, joita se lakiehdotuksessa näkee.

SuPerin kehittämisjohtaja Jussi Salo pitää merkittävänä ongelmana maakunnille kaavailtua liian laajaa tehtäväkenttää ja sitä, että maakunta saa itse päättää rahoituksen kohdentamisesta.

– Käytännössä tämä tarkoittaa, että ensin rahoitetaan hallinto, sitten erikoissairaanhoido. Sosiaalipalvelut ovat listalla viimeisenä, joten rahat eivät tule riittämään vanhustyöhön ja kotihoidoon.

Salon mukaan eniten kärsivät juuri ennaltaehkäisevä työ ja erityisesti kotiin annettavat palvelut. Sen seurauksena asiakkaiden tilanteet kärjistyvät ja heidät hoidetaan lopulta sairaalassa.

– Kustannukset karkaavat käsistä. Sote- ja maakuntauudistuksen tavoitteena oli alun perin kolmen miljardin säästöt. Valtiontalouden tarkastusvirasto arvioi marraskuussa, ettei tämä säästötavoite ole realistinen.

## LISÄPALVELUT KUSTANNETAAN OMALLA RAHALLA

Sote-uudistusta on myyty valinnanvapaudella: jokaisella on vapaus valita haluamansa palvelut, joista maksetaan vain asiakasmaksu. Rahapulnan vuoksi maakunnat joutuvat kuitenkin leikkaamaan asiakassetelin ja henkilökoh-  
taisen budjetin tasoja. Asiakkaille tarjo-

taan siis hyvin riisuttuja palveluja.

– Lakiluonnoksessa todetaan, että asiakassetelin käytön lisäksi asiakas voi halutessaan ostaa lisäpalveluita. Käytännössä tämä tarkoittaa, että yhteiskunta tarjoaa asiakkaalle näkkärin, mutta voi ja leikkelet on maksettava itse. Sama pätee henkilökohtaiseen budjettiin. Osalla on varaa lisäpalveluihin, osalla ei.

Salo huomauttaa, että lakiehdotus törmää tässä kohtaa perustuslakiin. Sen mukaan julkisen vallan tulee turvata kaikille riittävät sosiaali- ja terveyspalvelut.

– Kansalaiset eivät ole yhdenvertaisessa asemassa, jos lisäpalvelujen kustantaminen omalla rahalla on merkittävässä roolissa.

## JULKISET PALVELUNTARJOAJAT PÄRJÄÄVÄT HEIKOSTI

Sote-uudistuksen myötä voimakkaasti lisääntyvä palveluntuottajien määrä aiheuttaa epäterveen kilpailun työvoimasta. Jos työntekijöitä ei ole tarpeeksi, päivistysten ylläpito vaarantuu. Miten sitten turvataan julkisen terveydenhuollon asiantuntijoiden taso, kun yritykset ostavat huippuosaajat omaan palvelukseensa?

– Osaajat voidaan tuki ostaa takaisin sairaaloihin suurilla summilla. Homma pyörii, mutta kustannukset tulevat olemaan valtavat.

Salon mukaan julkinen sektori pärjää heikosti myös silloin, kun asiakas

valitsee eri palveluntarjoajien välillä. Asiakas voi valita sote-keskuksen, jolla on toimipisteitä maakunnan sisällä tai yksityisen palveluntarjoajan, jolla on toimipisteitä ympäri maata.

– On inhimillistä valita tuo koko maassa toimiva pörriäinen. Yksityissektori myös valikoi asiakkaikseen vähemmän hoitoa tarvitsevat asiakkaat. Silloin maakuntien rahat eivät riitä niiden vastuulle jäävien palvelujen tuottamiseen.

## KUKA VALVOO HOIDON TOTEUTUMISTA?

Sote-uudistuksen myötä palveluntuottajakenttä pirstaloituu. Maakunnilla ei ole jatkossa mahdollisuutta ohjata sekä valvoa tulevia palveluntuottajia ja niiden lukuisia alihankintaketjuja.

– Valvonta painottuu yhä enemmän palveluntuottajien omavalvontaan. Myös tulevan valvontaviraston LUOVA:n tärkein tehtävä tulee olemaan omavalvontajärjestelmän tukeminen. Tämä järjestelmä ei tule toimimaan, Jussi Salo huomauttaa.

Salon mukaan valinnanvapauslaki on kaiken kaikkiaan hyvin sekava ja vaikeasti tulkittava. Lakiluonnos palautetaan lausuntokierrokselta joulukuun 15. päivä ja hallituksen on tarkoitus antaa eduskunnalle uusi esitys valinnanvapauslaiksi maaliskuussa 2018.

– Ei ole vielä mitään varmuutta siitä, että sote- ja maakuntauudistus tulee toteutumaan. Sen kohtalo nähdään kevään aikana. ■

**HOMMA PYÖRII, MUTTA KUSTANNUKSET TULEVAT OLEMAAN VALTAVAT.**





Ministeri Annika Saarikko tähdensi, että potilas on nostettava keskiöön.

# Saarikko: Aika siirtyä rakenteista sisältöihin

TEKSTI JA KUVA HENRIKKA HAKKALA

Perhe- ja peruspalveluministeri Annika Saarikko korosti SuPerin työmarkkinapäivillä pitämässään puheenvuorossa, että sote- ja maakuntauudistus on välttämätön, kiireinen ja se pitää tehdä. Hän totesi, että suomalaisessa yhteiskunnassa alkaa olla aika kiinnittää rakenteiden sijasta huomio siihen, miten käytännön työn tekeminen ja toimintakulttuuri muuttuvat. Alun perin uudistuksen oli tarkoitus olla nyt jo toimeenpanovaiheessa.

– Nyt on aika päästä eteenpäin, tehdä päätöksiä, pysyä niissä, ja saada tämä vuosien keskustelu maaliin. En tiedä, kuka todella haluaisi vielä aloittaa uudelleen.

Ministeri muistutti, että tämän kokoluokan uudistuksesta ei tule kerralla täydellistä ja valmista. Varsin pianikin voi löytyä kohtia, joita on korjattava. Hän totesi kuitenkin uskovansa siihen, että henkilöstö on tämän muutoksen suurin voimavara, ja että luottamus uudistuksen tuomiin hyötyihin syntyy työpaikkojen kahvitauolla.

Saarikko painotti lisäksi, että jatkosakin palvelut sijaitsevat kotikunnis-

sa ja edelleen niitä tekevät samat sote-ammattilaiset. Keskustelua kuumentanut ja perustuslakivaliokunnan uudelleen valmisteltavaksi lähettämä valinnanvapauskaan ei mullista kaikkea. Oikeus palveluihin syntyy tulevaisuudessakin aina sote-ammattilaisen kanssa yhdessä tehdyn tarpeen arvioinnin perusteella, ei pelkästään sillä, että kansalainen kokee tarvitsevansa jotakin.

Huolta markkinamiesten ja yksityisten rynnimisestä sote-palveluihin ministeri Saarikko kommentoi sanomalla, että ei voi rynnä, jos on jo täällä. Useissa suomalaisissa kaupungeissa jo pitkälti yli puolet esimerkiksi ikäihmisten palvelutuotannosta on yksityisten tuottamaa. Hinnan tosin annetaan ratkaista liian usein. Saarikko muistutti, että kunat ja muut kilpailuttavat tahot voisivat jo nyt hyödyntää hankintalakiin sisäänkirjoitettua henkeä, joka ei lähde vain hinnasta.

– Minä itse asiassa väitän, että oikealla tavalla käytetty kilpailutus tai sen väistämisen palvelusetelillä tai suorahankinnalla on täysin mahdollista jo nyt, jos lakisäilytys hyödynnettäisiin oikein. ■

LUE LISÄÄ TYÖMARKKINAPÄIVISTÄ  
SIVUILTA 48–50.

## Suomen lääketilasto 2016 nyt verkossa

Suomen lääketilasto 2016 on saatavilla verkossa Kelan ja Fimean sivuilla. Julkaisu ilmestyy painettuna joulukuun alussa. Julkaisuun on koottu tilastotietoa lääkkeiden käytöstä ja lääkekustannusten korvaamisesta Suomessa. Tilastojen tuottamisessa on käytetty muun muassa lääkkeiden tukkumyyntitietoja ja Kelan rekisteriaineistojen tietoja lääkekorvausjärjestelmän piiriin kuuluvista lääketoista. Kirjassa esitetään sekä vuoden 2016 tiedot että aikasarjoja. Julkaisussa on yhteensä 56 taulukkoa ja 29 kuviota, joista tiedot löytyvät suomeksi ja englanniksi. Artikkeleissa kuvataan lääkekorvausjärjestelmää, viitehintajärjestelmää ja lääkevaihtoa sekä lääkevalmisteiden myyntilupamenettelyä, kliinisiä lääketutkimuksia ja apteekkien toimintaa.



## Eläkeasiat vielä vieraita nuorille

Nuoret suhtautuvat tulevaisuuteensa ja työeläkkeisiin myönteisesti, vaikka eläkeasiat tuntuvat vielä vierailta. Tulevaisuuden työelämä näyttäytyy nuorille usein vaihtuvina, joustavina työsuhteina ja itsensä työllistämisenä. Nuorten kiinnostusta työeläkkeisiin lisää tieto, että työeläke alkaa kertyä jo 17-vuotiaana. Toisen asteen opiskelijat ovat pohtineet työeläkkeitä ja tulevaisuuden työelämää Eläketurvakeskuksen, Työeläkevakuuttajat Telan sekä Nuorten Akatemian hankkeessa.

Vanhustyön keskusliitto tutki:

# Huono-osaisimmat hyötyvät osallistumisesta eniten

TEKSTI HENRIKKA HAKKALA

Järjestötoiminnalla voidaan lievittää ikäihmisten yksinäisyyttä. Toiminnan suunnittelussa on kuitenkin otettava huomioon ihmisten erilaiset elämäntilanteet ja yksilöllisyys.

Vanhustyön keskusliitto on tutkinut koordinoimaansa Eloisa ikä -ohjelmaan osallistuneiden 31 hankkeen vaikutuksia ihmisten arkeen, osallisuuden ja toijuuden kokemuksiin sekä psykososiaaliseen hyvinvointiin.

Sosiaali- ja terveysjärjestöjen hankkeet ulottuivat päiväkeskuksessa järjestetystä digi-kurssista etsivään vanhustyöhön ja ryhmätoiminnasta kahdenkeskisiin tapaamisiin oman tukihenkilön kanssa.

Eloisa ikä -ohjelman tutkimustulokset osoittavat, että itselle mieluisan kohtaamisen ja kuulluksi tuleminen mahdollisuuksia tarjoavalla järjestötoiminnalla voidaan lievittää ikäihmisten yksinäisyyden ja ulkopuolisuuden kokemuksia.

Etenkin huono-osaisimmat hyötyvät osallistumisesta. Myönteisiä muutoksia tapahtui erityisesti psykososiaalisen hyvinvoinnin kannalta keskeisissä muutujissa. Tutkimukseen vastanneiden näkemykset itsestään sekä heidän mielialansa ja kokemuksensa toisten kanssa vietetyn ajan määrästä ja laadusta parantivat.

Tulos on merkittävä siksi, että yksinäisyyden kokemus on usein yhteydessä monenlaisiin elämänlaatu- ja -halintaa heikentäviin tekijöihin. Tällaisia ovat muun muassa huonompi terveydentila, heikompi palvelujen saan-



## TUTKIMUS

Eloisa ikä -ohjelman tutkimus toteutettiin kahtena reilulle 500 osallistujalle tehtynä kyselynä ennen ohjelman hankkeiden alkua ja toiminnan jatkuttua vuoden ajan sekä vajaan sadan 60–92-vuotiaan osallistujan laadullisena haastatteluna. Tutkijoiden mukaan aineistossa näkyi monin tavoin kahtiajako hyvinvointiin ja ongelmien kanssa painiviin ihmisiin.

ti, mielenterveyden ongelmat ja arjessa selviämisen vaikeudet.

## AMMATTITAITOISET VETÄJÄT JA MONINAISUUTTA

Yksittäiset hankkeet saattavat riittää rikastamaan jo lähtökohtaisesti aktiivisten osallistujien arkea. Monelle heistä myös itse vapaaehtoisena toimiminen on tärkeä kanava jatkaa merkityksellistä osallistumista yhteiskunnan toimintaan.

Jotta järjestötoiminta tavoittaisi kuitenkin myös ne ikäihmiset, jotka eivät itse hakeudu toiminnan piiriin, tarvitaan ammattitaitoisia vetäjiä ja moninaista, eri asioihin painottuvaa toimintaa.

– Paljon on jouduttu miettimään sitä, miten toimintaa voidaan fokusoida niin, että vähemmän aktiivisetkin löytäisivät mukaan ja ihmisten ja tilanteiden moninaisuus tulee huomioiduksi, toteaa tutkija Marja Saarenheimo.

Toiminnan vetäjän ammattitaito ko-

rotuu siinä, miten he tarjoavat kaikille mahdollisuuden tuntea itsensä arvostetuksi ja yhdenvertaiseksi muiden kanssa.

– Ujot ja arat eivät lähde turuille ja toreille osallistumaan. Eivätkä kaikki yksinäisyyttä kokevat ja vaikeissa elämäntilanteissa olevat ole samanlaisia, tutkija Minna Pietilä korostaa.

Viisivuotisen Eloisa ikä -avustusohjelman päättyessä vuoden 2017 lopussa vain osalla hankkeista on Sosiaali- ja terveysjärjestöjen avustuskeskukselta jatkuva rahoitus.

Eloisa ikä -tutkimuksen julkistustilaisuuden avannut geriatri, lääketieteen tohtori Harriet Finne-Soveri painotti jatkuvuuden merkitystä, jos halutaan toteuttaa vaikuttavaa toimintaa:

– Jos halutaan, että jotain tapahtuu, täytyy olla suunnitelmat ja rahoitus. Asioilla pitää olla jatkuvuutta, niiden pitää juurtua. Ja jos satsataan, saa myös vaatia tuloksia. ■



INGIMAGE

## Korjauksia rokotussuojaa koskeviin tietoihin

Tartuntatautilain 48. pykälässä säädetty rokotussuojavelvoite koskee myös palveluasumista. Se koskee myös kotihoiton työntekijöitä, jos he työnsä johdosta asioivat tai tekevät työtä asiakkaiden kodin lisäksi sellaisissa sosiaali- ja terveydenhuollon toimipisteiden asiakas- ja potilastiloissa, joissa hoidetaan tartuntatautien vahingollisille seuraamuksille alttiita asiakkaita tai potilaita.

Tältä osin elokuun SuPer-lehdessä julkaistussa uutta tartuntatautilakia käsitelleessä artikkelissa, jossa todettiin, että tartuntatautilain 48. pykälän rokotussuojaa koskeva velvoite ei koskisi kotihoitoa ja palveluasumista, oli siis virhe.

Saimme asiaan vahvistuksen THL:stä ja STM:sta vasta syyskuun lopulla. Pahoittelemme virheellistä ohjeistusta.

Liittoon on koko syksyn aikana tullut niin valtavasti yhteydenottoja rokotussuojaan liittyen, että niihin vastaminen on valitettavasti ruuhkautunut.

Kehotammekin superilaisia ensin tutustumaan liiton sivuilta löytyvään rokotusohjeeseen. Jos sen jälkeen on asiasa vielä epäselvyyttä, kannattaa ottaa yhteyttä luottamusmieheen tai omaa aluetasi edustavaan liittohallituksen jäseneseen lisäinformaation saamiseksi.

Ohje löytyy osoitteesta [www.superliitto.fi](http://www.superliitto.fi) osiosta Ajankohtaista > Uusi tartuntatautilaki: lue SuPerin ohjeistus ja usein kysytyt kysymykset. ■

MERJA HYVÄRINEN  
LAKIMIES



ROKOTUSOHJE LÖYTYY MYÖS TÄÄLTÄ

## Palveluasuminen valtaa alaa

Ikääntyneiden ympärivuorokautisen palveluasumisen eli tehostetun palveluasumisen asiakasmäärä nousi kuusi prosenttia vuonna 2016. Tehostetussa palveluasumisessa oli viime vuonna 42 161 asiakasta, hertoo THL

Lähes puolet ikääntyneiden palveluasumisesta on yksityisten palveluntuottajien tuottamaa.

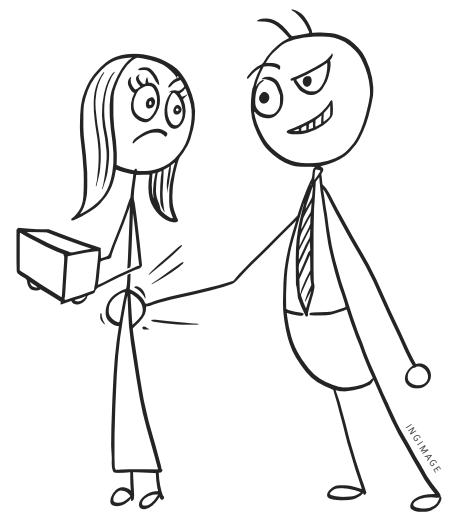
Vanhainkotihoidossa oli 8 212 asia-

kasta vuonna 2016. Asiakasmäärä väheni yli 13 prosenttia edelliseen vuoteen verrattuna. Pitkäaikaishoidon asiakkaiden määrä perusterveydenhuollon vuodeosastolla oli 1 662, mikä oli 27 prosenttia vähemmän kuin vuonna 2015.

Kehitysvammaisten laitoshoidossa oli vuoden 2016 lopussa 920 asiakasta, mikä on 16 prosenttia vähemmän kuin edellisenä vuonna. ■

## Sexpo: Koulutettu seksuaalikasvattaja jokaiseen kouluun

Sexpo-järjestö pitää tärkeänä, että jokaisesta koulusta löytyisi koulutettu seksuaalikasvattaja, joka on niin lasten ja nuorten kuin henkilökunnankin tukena myös mahdollisten häirintätilanteiden selvittämisessä. Sexpon mukaan asia ei ole iso resurssikysymys: vuoden pituinen täydennyskoulutus sopii yhtä hyvin oppilashuollon ammattilaisille kuin opettajillekin. Järjestön mukaan kyse on viime kädessä poliittisesta tahdosta. Kouluissa täytyy olla selkeä malli puuttua häirintäepäilyihin. Hyvän seksuaalikasvatuksen avulla voidaan antaa sellaisia ihmissuhde-, tunne- ja turvataitoja, jotka auttavat tunnistamaan rajat ylittävää käytöstä ja helpottavat siihen reagoimista.



INGIMAGE

## Tehyn uudeksi puheenjohtajaksi valittiin Millariikka Rytönen

Millariikka Rytönen on valittu sosiaali- ja terveysalan ammattijärjestö Tehyn uudeksi puheenjohtajaksi. Rytönen on 42-vuotias kättilö Porvoosta. Hän on aiemmin toiminut Tehyn ammatillisen yhteistyöjärjestön, Suomen Kättilöliiton puheenjohtajana ja ennen sitä työskennellyt muun muassa Porvoon sairaalassa osastonhoitajana. Uuden puheenjohtajan toimintakausi on 2017–2021.





## Keliakiaa on entistä vähemmän

Keliakian määrä näyttäisi olevan vähenemässä. Uusia tapauksia diagnosoidaan joka vuosi yli kolme prosenttia edellistä vuotta vähemmän. Yli 35-vuotiaiden naisten keliakiadiagnoosien määrä on vähentynyt eniten. Ennen

havaittua laskua keliakiaa sairastavien määrä lisääntyi jyrkästi 1990-luvulta lähtien. Keliakia syntyy altistuttaessa vehnälle, rukiille tai ohralle, mutta keliakian vähenemisen perimmäisten syiden selvittäminen muistuttaa salapoliisintyötä, johon on nykytiedoilla vaikea päästä käsiksi.

HUS

INGIMAGE

## TIESITKÖ:

14 prosenttia synnyttäjäistä tupakoi raskauden aikana vuonna 2016.



## Hoida oikein nenääsi!

Suomalaisen nenät ovat erityisen kovilla rankan ilmaston vuoksi, joten ne vaativat hoitoa. Terve nenä sisältää hyvin hoidetun limakalvon, joka on kostea ja ehjä. Jos ei ole, tarjolla olevat hoitavat tuotteet kosteuttavat ja hoitavat limakalvoa sekä niiden vaurioita. Monet käyttävät hoitavia ja avaavia tuotteita väärin. Avaavia nenäsuihkeita tulisi käyttää ainoastaan lyhytaikaisesti nuhan tai poskiontelotulehduksen yhteydessä. Avaavat tuotteet eivät hoida nenän limakalvoa ja saattavat jopa ärsyttää sitä.

EPRESSI.COM

## Kaihileikkaus saattaa pidentää iäkkään elinikää

Kaihileikkaus voi suoda lisää elinvuosia iäkkäille kaihipotilaille. Kaihi on yleisimpiä näkövammaisuuden aiheuttajia maailmassa. Tulosten perusteella kaihileikkauksessa olleiden riski menehtyä tutkimuksen seurannan aikana oli noin 60 prosenttia pienempi kuin saman ikäisten potilaiden, joiden silmiä ei leikattu.

DUODECIM



## Liikunta on masennuslääke

Joka kahdeksas masennusoire olisi jäänyt kehittymättä, jos liikuntaa harrastamattomat olisivat liikkuneet tunnin viikossa. Tähän tulokseen on päädytty Norjassa. Jo 1–2 tuntia kevyttäkin liikuntaa viikossa voi pienentää riskiä sairastua masennukseen. Tutkimuksen mukaan riski sairastua oli 44 prosenttia suurempi niillä osallistujilla, jotka eivät harrastaneet liikuntaa tämän 11-vuotisen tutkimuksen aikana.

DUODECIM



MARRASKUUN KYSYMYS OLI:

## Juhlitko satavuotiasta Suomea?

KYLLÄ  
93%

- Itsenäisyys on kalliisti lunastettu.
- Sata on juhlan arvoinen.
- Olen hoitanut montaa veteraania. He ovat itsenäisyyttä puolustaneet ansiokkaasti.
- Työn merkeissä juhlimme asukkaiden kanssa. Heidän kanssaan tulee juhlan tuntu!
- Töissä lasten kanssa. Kerrotaan ja näytetään lapsille, miksi Suomea juhlistaan.
- Olen kiitollinen, että saan asua vapaassa maassa, tehdä työtä ja saanut kasvattaa lapset turvallisesti.
- Isäni kunniaksi, joka oli jatkosodassa.
- Miksikäs ei. Kerranhan sitä ollaan 100-vuotias.
- Kotimaamme on juhlimisen arvoinen: turvallinen sekä puhdas ja upea luonto. Paljon hyvää on tapahtunut. Tämän hetken Suomesta voimme kiittää menneitä polvia ja ikä-ihmisiämme.
- Joka päivä itsenäisessä Suomessa on juhlapäivä. Kiitollinen olen.
- Sodassa on taisteltu ansiokkaasti. Itsenäisyys ja jälleenrakentaminen on ollut kovaa työtä. Kunnioitan entisajan ihmisten lujutta.

EN  
7%

- Olen yövuorossa silloin.

JOULUKUUN KYSYMYS LÖYTYY SUPERIN NETTISIVUILTA KOHDASTA SUPER-LEHTI, KISAT JA KYSELYT. KAIKKIEN JOULUKUUN 15. PÄIVÄÄN MENNESSÄ VASTANNEIDEN KESKEN ARVOTAAN SUPER-LEHDEN KÄTEVÄ AAMIAISTARJOTIN. MARRASKUSSA SEN VOITTI ULLA-MAIJA MATTINEN KEMIÄRVELTÄ.



## MUUT LEHDET

”Paljon enemmän on ihmisiä, jotka ovat oikeutettuja työmarkkinatukeen, mutta he eivät nosta sitä. Paljon enemmän on myös niitä, jotka olisivat valmiita ottamaan vastaan minkä tahansa työn.”

FILOSOFI, TIETOKIRJAILIJA  
FRANK MARTELAN KOMMENTTI  
IDEOLOGISEEN TYÖTTÖMYYTEEN  
DEMOKRAATTI 9.11.2017

”Haluan päästä kiinni siihen hetkeen, kun se ensimmäinen nallekarkki on otettu, ennen kuin näpistelyjä kertyy neljä tai viisi ja nuori oppii valehtelemaan vanhemmilleen.”

NUORISOTYÖNTEKIJÄ PETER PETRO  
NUORISTA NÄPISTELIJÖISTÄ  
JYTY 8/2017

## 30 VUOTTA SITTEN



Liiton puheenjohtaja Salme Pihl kirjoitti Joulupukille ja toivoi seuraavia asioita: lisää palkkaa, riittävästi virkoja, riittävästi vara-

henkilöstöä, perushoitajien virkoja ei saa vaihtaa sairaaloissa erikoishoitajien viroiksi. Lisää toiveita puheenjohtaja lupasi lähettää Kunnallisen työmarkkinalaitoksen tontuille.

”Tiedän, että moni koneita hoitava kouluttamatonkin saa enemmän palkkaa (kun on muka vanhempi ammattimies tai joku muu mies).”

PERUSHOITAJA 12/1987

Näppituntumalla syntyy

## Marjainen joululeipä

TEKSTI JA KUVAT MINNA LYHTY

Minna Haapalan joulu syntyy itse tekemällä.  
Ruokapöydässä kaikki on kotona valmistettua leivästä lähtien.

**K**un lähihoitaja Minna Haapala leipoo, hän ei mit-  
taa aineksia.

– Teen leivät siten, että heittelen kaikenlaista  
joukkoon. Haluan, että leipä on joka kerta tarkoi-  
tuksella erilaista. Tällä kertaa laitoin leipään mar-  
joja, mutta niiden tilalla voisi olla kuivattuja he-  
delmiä tai pähkinöitä. Leseinä voi käyttää esimerkiksi kaura-  
leseitä ja laittaa ripauksen myös pellavansiemeniä.

Minna leipoo mieluiten mökillä, jossa leivät voi paistaa lei-  
vinuunissa. Ruisleipiin hän käyttää 70 vuotta vanhaa taikina-  
juurta. Uunissa paistuvat myös maalaislei-  
vät ja sämpylät, harvemmin makeat leivon-  
naiset, koska suolaiset maistuvat perheelle  
paremmin.

Minna asuu miehensä ja nuorimman  
14-vuotiaan tyttärensä kanssa Espoossa.  
Joulunaikaan pöydän ääreen kokoontuvat  
myös Minnan isä, vanhempi tytär perhei-  
neen ja toisinaan myös poika perheineen.

– Viime jouluna porukkaa oli harvina-  
isen paljon, sillä tyttäreni Länsi-Saharasta  
kotoisin olevan miehen sukulaiset viettivät  
jouluu kanssamme. Teen joulupöytäni lähes kaiken itse, mut-  
ta tyttärenikin ovat innokkaita kokkaamaan, joten tarjolla on  
myös jotain heidän valmistamaansa.

Haapaloiden joulupöytä on kalapainotteinen. Tarjolla on  
suolakalaa, lohta, mätejä, sillejä ja ehdottomasti lohiihytte-  
lää. Porkkanalaatikko tehdään mannapuuroon, lanttu- ja pe-  
runalaatit perinteisemmin. Sienisalaatti valmistuu itse ke-  
rätyistä sienistä.

Minna on työskennellyt hoitajana jo kaksikymmentä  
vuotta, joten monenlaisia muistoja on myös työjoulusta.  
Joulut palvelutaloissa, kotihoitossa ja nykyisessä työpaikas-  
sa Jorvin sairaalassa ovat osoittaneet, että monen vanhuksen  
joulu on yksinäinen.

– Perheet viettävät pyhiä omissa oloissaan ja harva ottaa  
iäkkään omaisensa mukaan joulunviettoon. Vanhuksille luo-  
daan joulutunnelmaa viettämällä joulujuhlaa, laittamalla soi-  
maan joululauluja ja tarjoamalla jouluisia ruokia.

Alun perin Minnasta ei pitänyt tulla hoitajaa lainkaan.

– Äitini oli hoitaja. Sanoin nuorena, ettei minusta tule kos-  
kaan hoitajaa. Äiti oli usein väsynyt ja minun mielestäni ai-  
na töissä. Koska olin paljon yksin kotona, minusta tuli inno-  
kas ruoanlaittaja.

Minna opiskeli ensiksi kokiksi ja työskenteli viisi vuotta  
keittiöalalla, kunnes kyllästyi työn yksinäi-  
syyteen. Pohdinnan jälkeen hän ymmärsi, et-  
tä haluaa tehdä ihmisläheistä työtä. Hän ha-  
ki töihin hoitoapulaiseksi ja samaan aikaan  
opiskelemaan perushoitajaksi.

– Kun pääsin opiskelemaan, sain kuul-  
la, että perushoitajaopinnot on lopetettu ja  
meistä tulee lähihoitajia. Työelämässä uusi  
tutkinto oli vieras ja sai aina selittää, mitä  
osaamme. Ala tuntui kuitenkin heti omalta.

Vanhustenhoitoon erikoistuttuaan Min-  
na työskenteli vuosia palvelutaloissa ja koti-  
hoidossa. Vuonna 2011 hän opiskeli jalkojenhoidon ammat-  
titutkinnon. Hän teki töitä toiminimellä, kunnes pääsi osa-  
aikaiseksi jalkojenhoitajaksi Jorvin sairaalaan. Osan viikosta  
hän oli hoitotyössä. Kun verisuoniosasto siirrettiin Meilah-  
teen, jalkojenhoitajaa ei enää tarvittu. Viime vuoden joulu-  
kuusta lähtien Minna on ollut hoitotyössä plastiikkakirurgi-  
sella osastolla.

– Osastollamme on useita lähihoitajia töissä, ja ammattitai-  
toamme arvostetaan paljon. Lähihoitajat tekevät muun muas-  
sa haavanhoitoja. Työ on haastavaa ja minulle mieluista.

Tämä joulu on Minnalle poikkeuksellinen: joulupäivät  
ovat vapaita. Se tarkoittaa enemmän yhteistä aikaa perheen  
parissa. ■

**OSASTOLLAMME ON  
USEITA LÄHIHOITAJIA  
TÖISSÄ JA  
AMMATTITAITOAMME  
ARVOSTETAAN  
PALJON.**





## Marjainen joululeipä

### 3 vuokaa

- 4 dl kermaviiliä
- 6 dl kotikaljaa
- 75 g hiivaa
- 1 tl pomeranssia
- 1,5 tl suolaa
- 2–3 dl siirappia
- 3 dl leseitä
- 3 dl ruisjauhoa
- 8–10 dl vehnäjauhoa
- 1 dl kuivattuja puolukoita
- 1 dl kuivattuja karpaloita
- 2 porkkanaa
- ½ dl taatelia

Lämmitä kotikalja ja sekoita joukkoon huoneenlämpöinen kermaviili. Lisää hiiva kädenlämpöiseen nesteeseen. Lisää jauhot, leseet, mausteet ja siirappi. Vaivaa taikinaa, kunnes se irtoaa astiasta. Lisää lopuksi marjat, porkkanaraaste ja taateli. Paista uunissa tunti, ota leipä pois uunista ja voitele se siirappivedellä. Paista vielä puoli tuntia.



# KREIKKALAISTA OLIIVIÖLJYÄ KAUNIALAN VUODEOSASTOLLA

TEKSTI JA KUVAT MARJO SAJANTOLA

Lähihoitaja Elsa Vasilopoulou hoitaa suomalaisia vanhuksia Kaunialan sairaalassa kreikkalaisella lämmöllä ja tunteella.

**Y**öhoitajan raportin kuuleminen kello seitsemältä aamulla aloittaa lähihoitaja Elsa Vasilopouloun aamuvuoron vuodeosasto Helmessä Kaunialan sairaalassa. Hänellä on tänään kolme omahoidettavaa, mutta hän osallistuu tarpeen mukaan tiimin muihin tehtäviin.

Hoidettavien tottumukset ja toiveet tunnetaan, joten yksikön aamutoimet käynnistyvät verkalleen. Osa potilaista on jo hereillä ja joku on pedannut jo petinsäkin, kun toiset vielä nukkuvat.

Kaunialan Sairaala, aiemmin Kaunialan sotavammassairaala, on toiminnut sotainvalidien hoito- ja kuntoutuslaitoksena vuodesta 1946 lähtien. Nykyisin Vantaan kaupunki omistaa lähes puolet vuonna 2007 perustetusta Kaunialan Sairaala Oy:stä, joten myös vantaalaiset saavat täällä niin lyhyt- kuin pitkäaikaista sairaalahoittoa.

–Täällä on yksi osasto, Marski, jossa hoidetaan vain sotainvalideja ja sotaveteraaneja, mutta heitä hoidetaan myös muilla osastoilla, kuten Helmessä, Elsa kertoo.

Hän jatkaa, että veteraanitkin muistelevat enemmän omaa lapsuuttaan kuin sodan kauhuja. Joitain tarinoita toki kerrotaan sota-ajoltakin.

– Kerran minulle on käynyt niin, että potilas oli ihan peloissaan, kun herättelin häntä. Hän oli nähnyt varmaan painajaisia.

Kun presidentti käy kerran vuodessa Kaunialassa tervehtimässä sotaveteraaneja, se on suuri hetki.

– Viime vuonna yksi sotainvalidi kertoi minulle, että hän jännitti niin, että hänellä oli ihan stressi. Minä sainoin, että tiedätkö, hän on presidentiksi, koska sinä olit sodassa. Mies rauhoittui ja tunsikin taas ylpeyttä.

Elsa on kotoisin Thessalonikista. Hänen tietääkseen Kaunialan tapaista palvelutarjontaa ei kreikkalaisille sotainvalideille ole, mutta eläkettä heille on maksettu. Jo 1900-luvun alkupuolelta asti Kreikan valtio on tukenut sotainvalideja rakentamalla heille pieniä kioskeja, joista he saivat vaatimatoman elantonsa. Alun tupakkakioskeista on kehittynyt nykyisinkin toiminnassa olevia monipuolisen tarjonnan kioskeja.

– Ajatus oli, että jos sotainvalidi on vain kotona, hän saattaa tuntea itsensä arvottomaksi. Me haluamme myös, että meidän isoiset ja isoäidit tuntevat itsensä tarpeellisiksi perheessään. Siksi nuoret käyvät kysymässä heiltä tärkeistä asioista, kuten menenkö naimisiin, menenkö opiskelemaan. Kun vanhus pohtii näitä asioita, aivotkin saavat työtä ja pysyvät kunnossa, Elsa naurahtaa.

## PALJON VUOTEeseen HOIDETTAVIA

Käytävää pitkin rullailee hiljalleen pyörätuolilla mies, jolta toinen jalka on amputoitu. Hän asettelee tuolinsa pöydän ääreen ja jää odottamaan aamupalaa. Yksi hoitajista tuo toisen miehen aamiaiselle pyörätuolilla. Muut potilaat nukkuvat tai odottavat aamiaista vuoteissaan. ►





Lähihoitaja Elsa Vasilopoulou muutti perheineen Suomeen vuonna 2010. Hän puhuu suomea jo hyvin, mutta ääkköset ovat vielä vähän vaikeita.



Taukuhuoneessa on rento meininki, vaikka työasioista puhutaankin.



Elsan omapotilas saa ravintonsa PEG-letkun kautta. Nyt Elsa antaa hänelle vielä vettä.



Soja Hakalan kotikylä Hautavaara jäi sodan jalkoihin jo Talvisodan ensimmäisenä päivänä.

Elsa ottaa tarjottimelle omapotilaansa lääkemukin ja aamupalatarpeet ja vie ne potilashuoneeseen.

– Hyvää huomenta! Minä luulin, että olet jo ruokasalissa. Miten sinä olet nukkunut? Elsa kysyy kahden hengen huoneen toiselta asukkaalta, joka on lähdössä aamiaiselle rollaattoriinsa tukeutuen.

Potilas toteaa palelleensa yöllä ja Elsa lupaa tuoda villaisen peiton, ei täällä toki palella tarvitse.

Huoneen toinen asukas on Paula Nieminen. Hänellä on pitkälle edennyt Alzheimerin tauti ja ennen sairaalaan tuloaan hän oli vuosia kotona oman puolisonsa hoidettavana.

Elsa tervehtii myös Paulaa ja auttaa hänet istuma-asentoon rupatellen samalla niitä näitä. Aamiainen maistuu potilaalle, ja sitten hän jää lepäilemään. Elsa sanoo tulevaisuuden pian suihkuttamaan hänet.

– Paulan mies käy täällä joka päivä. Se on minusta ihanaa, Elsa kiittelee.

Hän ei kuitenkaan halua arvostella niiden potilaiden omaisia, jotka käyvät harvoin tai eivät ollenkaan.

– Kreikkalaiselle perheelle on skandaali, jos vanha ihminen pannaan vanhainkotiin. Kreikkalaisenakaan en sano mitään. On helppo sanoa, voi kun hänen tyttö ei tule katsomaan, mutta mistä minä tiedän, millainen isä on työlle ollut. En tiedä, mikä juttu on. Jos omaiset eivät tule, minä olen täällä kuitenkin!

## MUISTI MENE, TUNNE JÄÄ

– Oi, oi, auttakaa minua! potilas pyytää, kun Elsa kysyy, ottaisiko hän aamupalaa.

Elsa nostaa potilasta ylöspäin ja tarjoaa lusikalla ruokaa. Aamiainen ei juuri maistu, mutta Elsa saa hänet juomaan vähän enemmän maitoa.

– Kun hän ei enää halua, hän sylkee kaikki ulos. Emme pakota ketään syömään, mutta houkuttelemme edes juomaan jotain.

Elsa toteaa, että vaikka ihminen on niin muistamaton, ettei muista missä on, hän tuntee, jos hoitaja on vihainen tai kiireinen. Hoitajan on pyrittävä luomaan hoidettavalle turvallinen olo.

– Muistisairauden kanssa pitää aina ajatella, että joka päivä minulla on eri rooli ja potilas päättää, mikä se on. Kun menen huoneeseen, en tiedä, olenko hänen vaimo, paras kaveri vai vihollinen. Jos olen vihollinen, lähdän pois ja palaan kymmenen sekunnin kuluttua.



## TAUON PAIKKA

Henkilöstötilassa on paikalla jo iso porukka, kun Elsa saapuu paikalle. Tauon aikana puhutaan enimmäkseen työasioista, eräänlainen väliraportti siis. Elsa ehtii kuitenkin kertoamaan hieman taustastaan.

– Tulimme Suomeen vuonna 2010. Vaikka meillä on sukua Saksassa ja Ruotsissa, halusimme tänne. Olin museossa töissä, kun kreikkalainen nainen kertoi, että hänen tyttärensä meni naimisiin suomalaisen kanssa ja asuu Suomessa. Tyttären mielestä Suomi on paras maa kasvattaa lasta. Kun menin kotiin, sanoin miehelleni, että muutetaan Suomeen. Hän sanoi, että no, opetellaan kieli ja mennään.

Elsa nauraa, että olihan se ihan hullu päätös, ei heillä ollut asunnostakaan tietoa, kun he saapuivat lapsensa kanssa autolla Suomeen.

– Mieheni on insinööri ja sai hyvin töitä. Minä olen ammatiltani ääniteknikko ja olen työskennellyt Kreikan televisiossa ja radiossa. Niitä töitä en halunnut enää tehdä. Minulle ehdotettiin hoitotyötä. Ajattelin, miksipä ei, jos kerran on mahdollisuus opiskella jotain lisää ja suoritin vanhustyön lähihoitajatutkinnon.

Verrattuna suomalaisiin ikäihmisiin kreikkalaisilla on vähemmän verenpainetautia ja dementiaa.

– Minun mummoni kuoli 95-vuotiaana, mielestäni ihan vain vanhuuteen. Hoidin häntä viikon verran ennen hänen kuolemaansa. Toki koko perhe oli pitänyt huolta hänestä jo kauan, asuimme samassa talossa ja kerroksessakin.

Tauon jälkeen Elsa lähtee pesemään Paulan suihkussa.

## OLIIVIÖLJYÄ IHOLLE

Elsa saapuu potilashuoneen ovelle, jossa on keltainen koodilappu. Se tarkoittaa mrsa-tartuntaa. Hengityssuojaimen käyttö on paikallaan, koska potilas yskii paljon.

– Vedän maskin kuitenkin pois tervehtiessäni, että hän näkee kuka minä olen. Minä luulen, että hän ymmärtää vähän kreikkaa, on ehkä matkustellut siellä.

Potilas ei kommunikoi sanallisesti, mutta kun Elsa tervehtii häntä kreikaksi, kaliméra, ti kánis, nousee miehen kasvoille muukea hymy. Vielä kun aurinkokin paistaa säle-verhojen välistä, tuntuu, että hänellä on oikein hyvä hetki juuri nyt.

Potilas on saanut aamiaisensa PEG-letkun kautta, ja Elsa annostelee letkuun vielä vettä, ennen kuin sulkee korkin ja pesee letkun ja ruiskun.

Potilaan iho on huonossa kunnossa, ja perushoitoon kuuluu ihonhoito voiteineen. Kun Elsa huomasi, ettei mistään ►

Paula Nieminen ilahtuu nähdessään Elsan ja lähihoitajaopiskelija Johanna Luostarisen.



# MUISTISAIRAUDEN KANSSA PITÄÄ AINA AJATELLA, ETTÄ JOKA PÄIVÄ MINULLA ON ERI ROOLI JA POTILAS PÄÄTTÄÄ, MIKÄ SE ON.

voiteista ollut oikein apua suun ympärystän ongelmiin, hän toi kotoaan oliiviöljyä, josta onkin apua.

– Käytin poikani lääkäriä, joka määräsi atooppiseen ihoon lääkkeitä ja voiteita. Voiteista ei ollut oikein apua. Sitten otin ison pullon oliiviöljyä ja hoidin sillä pojan ihon kuntoon.

Käytävällä Elsa kohtaa työparinsa, sairaanhoitaja Phuong Phamin eli koltoisasti Pipsan. Tämä kysyy, voisiko Elsa hoitaa hänen potilaansa sillä aikaa, kun hän itse on toisella osastolla auttamassa. Ja kyllähän se käy. Nyt Elsan vastuulla on kuusi potilasta.

## MONIPUOLINEN TYÖSSÄOPPIMISPAIKKA

Elsa on lähihoitajaopiskelija Johanna Luostarisen työpaikkaohjaaja. Johan-

na opiskelee sairaanhoidon ja huolenpidon osaamisalaa, koska on kiinnostunut erilaisten sairauksien ja vaivojen hoidosta. Myös ensihoito houkuttelee. Vuodeosasto on hänen mielestään hyvä työssäoppimispaikka.

– Elsa on hyvä työpaikkaohjaaja. Hän kertoo asioista monipuolisesti ja on tosi mukava. Tällä osastolla olen saanut opetella laajasti erilaisia hoitotointenpiteitä.

Johanna lähtee Elsan avuksi Soja Hakalan luo, joka on sitä mieltä, että Johannasta tulee vielä tosi hyvä hoitaja.

Puoli kahdeltatoista Elsa lähtee henkilöstötilaan syömään eväitä. Ruokatauon jälkeen potilaita aletaan nostaa ylös lounasta varten, mutta tänään Elsa osallistuu henkilöstölle järjestettyyn haavanhoitokoulutukseen, joka kestää koko iltapäivän.

– Meillä on paljon ammatillista täydennyskoulutusta. Lisäksi torstaisin on kielikoulutusta, jossa voi opiskella suomenkielistä ammattisanastoa. Tarjolla on myös talon ulkopuolista koulutusta. Seuraavaksi opiskelen saattohoitoa Omniassa.

Elsa toteaa, että hän pitää vanhustyöstä myös siksi, että se on täysin erilaista, kuin hänen tekemänsä ääniteknikon työ.

– Kun olin nuori ja tykkäsin musiikista, halusin sille alalle. Pikkuhiljaa alkoi tuntua, että en jaksa olla enää tv-kanavalla. Ihmisillä on sellainen temperamentti, että kun on kiire, kaikki huutavat.

Ulkona alkaa pakkanen kiristyä. Kylmyys ei haittaa Elsaa, Thessalonikissakin sataa talvisin lunta. ■

Syksyllä 2017 sotiemme veteraaneja on joukossamme 15 000, heistä sotainvalideja on 2 000.

Keski-ikä on lähes 93 vuotta. Muutaman vuoden kuluttua enemmistö sotaveteraaneista on naisia.

## Tänään töissä

### KUKA

Lähihoitaja Elisavet, eli Elsa, Vaselopoulou, 38. Kutsumanimi Elsa on käytössä myös Kreikassa. Kreikan taloudellisen tilanteen vuoksi muutti perheensä kanssa Suomeen vuonna 2010.

### OPINNOT JA TYÖURA

Ääniteknikon tutkinto. Töissä Thessalonikin televisiossa ja radiossa. Jonkin aikaa töissä myös museossa. Valmistui lähihoitajaksi Omniassa 2016.

### PERHE

Puoliso sekä 10- ja 5-vuotiaat pojat, joista nuorempi on syntynyt

Suomessa. Kotona puhutaan kreikkaa ja lapset käyvät Kreikka-koulua kerran viikossa.

### HARRASTUKSET

Lapset harrastavat äidinkin edestä. Tarvitessaan omaa aikaa Elsa uppoutuu musiikkiin.

### PARASTA TYÖSSÄ

Kun lähtee töistä, se fiilis, että tänään on ainakin yhden ihmisen elämästä tehnyt vähän paremman, ainakin hetkeksi.

### HAASTAVINTA TÖISSÄ

Kun näkee, että ihminen on niin sairas, ettei hänellä ole enää mitään elämänlaatua, eikä häntä voi enää mitenkään piristää.





# *Haluatko kumppanin, jolle olet vain yksi monista?*

Superilaisia kosiskellaan nyt eri liittoihin jopa katteettomilla lupauksilla. Kannattaa kuitenkin muistaa, että SuPer on ainoa liitto, joka hoitaa nimenomaan sosiaali- ja terveydenhuoltoalan sekä kasvatusalan toisen asteen tutkinnon suorittaneiden edunvalvontaa.

**SuPer on Suomessa ainoa ammattiliitto, jossa päätösvalta on lähi- ja perushoitajilla.**

**Jäsenenä sinulla on tieto SuPerin edunvalvonnasta ja jäseneduista. Tässä muutama muistutus:**

- SuPer esti vanhustenhuollon toimintayksiköissä henkilöstömitoituksen laskun. Mitoitus säilyi vähintään 0,5 tasolla.
- SuPer on ainoana liittona ajanut pakollista lääkeshoidon koulutusta kaikille alan ammattilaisille.
- SuPer on voimakkaasti ajanut sitä, että varhaiskasvatussuunnitelman laatiminen kuuluu myös lähihoitajille ja lastenhoitajille.
- SuPerin kanta on, että lähihoitaja vastaa terveydenhuollon ammattihenkilönä lääkeshoidosta ja toteuttaa sitä.
- SuPerin linjaus on, että lähihoitajakoulutus antaa erinomaiset valmiudet työskennellä laaja-alaisesti sosiaali- ja terveydenhuollossa sekä kasvatusalalla.
- SuPerin sopimusedunvalvonta sai vuonna 2016 jäsenille korvauksia noin miljoonan euroa.
- SuPer ei suostunut neuvotteluissa kokonaisten lomapäivien eikä arkipyhien vähentämiseen.
- KVTES:in jaksotyöaikauudistus oli SuPerin ansiota.

## **#VAIHTAMALLA EI PARANE**



**SUPER**



Kaikista ei kannata leipoa suomalaisia keski-ikäisiä naisia

# MAAHANMUUTTAJAT ASTUVAT KOMPASTELLEN TYÖYHTEISÖIHIN

TEKSTI SONJA KÄHKÖNEN KUVA INGIMAGE

Monikulttuurisuus on arkipäivää yhä useam-  
massa sote-alan työyksikössä. Ulkomaalais-  
taustaisten integroitumisessa on kuitenkin  
haasteita. Liian usein ajatellaan, että työyh-  
teisöön sulautuminen on ainoastaan tulok-  
kaiden vastuulla.

**S**uomalaiset työyhteisöt monimuotoistuvat nopeas-  
ti. Monikulttuurisuudesta on tutkimusten mu-  
kaan paljon hyötyjä, mutta siitä huolimatta ihmi-  
sillä on luontainen taipumus hakeutua samankal-  
taisten joukkoon. Tutkimukset kertovat, että ihmi-  
set pitävät lähtökohtaisesti enemmän yksilöistä, joil-  
la on esimerkiksi samoja kirjaimia omassa nimessä kuin it-  
sellä. Bonuspisteitä saavat myös he, joilla on samankaltainen  
syntymäpäivä.

– Usein hakeudutaan samanlaisten ihmisten seuraan, ja  
heidän kanssaan helposti ystäväystytään, toteaa Työterveyslai-  
toksen vanhempi asiantuntija Barbara Bergbom.

Ryhmissä, joissa jäsenet muistuttavat paljon toisiaan, pii-  
lee kuitenkin riskinsä.

– Tällaisissa ryhmissä voi tapahtua samanmielisyyden har-  
ha. Asioista aletaan olla samaa mieltä jopa siinä määrin, et-  
tä ohitetaan selviä faktoja. Se voi johtaa huonoihin ratkaisui-  
hin ja ongelmiin.

Bergbomin mukaan ihmisillä on myös taipumusta sosiaa-  
liseen luokitteluun. Ihmiset jaotellaan niin sanottuihin sisä-  
ryhmiin, joihin samaistutaan, ja ulkoryhmiin, joihin suhtau-  
dutaan usein ennakkoluuloisesti. Erilaisia yksilöitä myös ar-  
vioidaan kielteisemmin. Kaiken tämän seurauksena voi syn-  
tyä sosiaalisia jännitteitä ja konflikteja.

## TYÖYHTEISÖN JÄSENIKSI TULLAAN KOMPASTELLEN

Hoiva-avustajiksi tai lähihoitajiksi tulleet ulkomaalaistaustai-  
set hoitajat eivät aina löydä paikkaansa työyhteisössä. Esimer-  
kiksi kotimaassaan sairaanhoitajiksi opiskelleet voivat kokea  
Suomeen tultuaan, että ammatillinen ja annettu työrooli ovat  
kaukana toisistaan ja että ammattitaito ruostuu. Muita haas-  
teita ovat epäselvä asema työyhteisössä sekä kieli- ja vuoro-  
vaikutusongelmat.

Tampereen yliopiston tutkija Päivi Vartiainen oli mukana  
toteuttamassa tutkimusta, jossa seurattiin filippiiniläisten, es-  
panjalaisten ja virolaisten sairaanhoitajien polkua osaksi työ-  
yhteisöä. Virolaiset kulkivat niin sanottua sisäpiiriläisten pol-  
kua. He saivat omia vastuualueita, antoivat palautetta ja osal-  
listuivat toiminnan kehittämiseen. Sen sijaan filippiiniläiset ja  
osa espanjalaishoitajista kokivat, etteivät he päässeet käyttä-  
mään ammattitaitoaan tai kehittämään työtään muun muas-  
sa heikon kielitaidon takia. Osa myös kuvasi, että joskus hei-  
dät suljettiin pois yhteisestä toiminnasta.

Vartiainen mukaan suoranaista syrjintää ei ollut, mutta  
suomalaiset työntekijät olettivat, että ulkomaalaistaustaiset  
halusivat olla rauhassa. Kantäväestö ikään kuin suojeli maa-  
hanmuuttajataustaisia omien oletustensa pohjalta.

Tutkimukseen osallistuneissa työyhteisöissä suomalaisuus  
näyttäytyi muuttumattomana normina. Vallitseva ajatus oli,  
että ainoastaan ulkomaalaistaustaiset olivat prosessissa, jossa  
he tulivat osaksi työyhteisöä. Henkilökunnalla oli kyllä ha-  
lua ulkomaalaistaustaisten tukemiseen, mutta kiirettä pidet-  
tiin esteenä.

## AFRIKKALAISMIEHISTÄ YRITETTIIN TEHDÄ KESKI-IKÄISIÄ NAISIA

Päivi Vartiainen mukaan ulkomaalaistaustaiset integroituvat

### KEINOJA AUTTAA ULKOMAALAIS- TAUSTAISIA KIELEN OPPIMISESSÄ

- Selkokieli ja puheen yksinkertaistaminen.
- Avainsanojen toistaminen.
- Murresanojen välttäminen.
- Näyttäminen.
- Ymmärtämisen tarkistaminen.
- Ammattisanaston ja kielen opetus.

osaksi työyhteisöä kahdella tavalla. Toisessa mallissa integraatio tapahtuu yksipuolisena sulautumisena. Siinä vähemmistöt sulautuvat organisaation jäseniksi työntekijöiden enemmistön määrittämällä ehdoilla.

– Isompi ikään kuin nielaisee pienemmän yksilön, ja tavoitteena on muovata vähemmistöistä enemmistön kaltaisia. Pahimmillaan molemmat osapuolet yrittävät tehdä jotain sellaista, mikä ei ole organisaation kannalta järkevää.

Vartiainen kertoo erään sairaalan työyhteisöstä, jossa suomalaisten hoitajien ja ulkomaalaistaustaisten miestyöntekijöiden välille syntyi kitkaa. Josain vaiheessa yksi suomalaisista hoitajista ymmärsi ongelman ytimen.

– Suurin ongelman aiheuttaja oli yksinkertaisesti se, että suomalaishoitajat yrittivät tehdä nuorista afrikkalaisista miessairaanhoitajista suomalaisia keski-ikäisiä naisia.

Vartiainen mukaan toinen integraatiomalli on parempi: siinä työyhteisöön sopeutuminen on kaksisuuntainen prosessi. Eri osapuolet sulautuvat toisiinsa ikään kuin muovailuvahan palaset ja kumpikin osapuoli oppii toiselta. Tuloksena on toimiva kokonaisuus, joka on enemmän kuin osiensa summa.

Vartiainen huomauttaa, että olennaista integraatiossa on virallisen työyksikön sisällä vaikuttava epävirallinen yhteisö.

– Se vaikuttaa pitkälti siihen, millä ehdoilla ihmisiä työyhteisöön hyväksytään, mitä tulijalta edellytetään ja toisaalta mitä jo olemassa olevilta organisaation jäseniltä edellytetään.

## MONIKULTTUURISUUS PARANTAA ASIAKASTYYTYVÄISYYTTÄ

Työyhteisön moninaisuudessa piilee merkittäviä etuja. Tutkimusten mukaan ihmisten erilaisuus edistää luovuutta ja innovatiivisuutta – se auttaa hahmottamaan ongelmia ja luomaan uusia ratkaisuja, tuotteita sekä palveluja. Lisäksi työntekijöiden maailmankuva laajenee ja suvaitsevaisuus lisääntyy. Monikulttuurisesta työyhteisöstä hyöttyy myös monimuotoistuva asiakaskunta. Tällaisella työyhteisöllä on toisenlaiset valmiudet kohdata muut-

tuva asiakaskunta, jolloin asiakaspalvelu sekä asiakastyytyväisyys paranevat.

Barbara Bergbomin mukaan on myös viitteitä siitä, että maahanmuuttajien hyvä työmotivaatio tarttuu koko työyhteisöön. Hänen mukaansa monet esimiehet ovat jälkeinpäin todenneet, että maahanmuuttajien palkkaaminen oli hyvä ratkaisu.

– Usein koetaan, että työyhteisöön on tullut uudenlaista tekemisen meininkiä ja intoa. Maahanmuuttajien on yleensä keskimäärin vaikeampi työllistyä, joten työpaikan saatuaan he ovat usein hyvin sitoutuneita.

Bergbomin mukaan monikulttuurisuutta voi hyödyntää tehokkaammin esimerkiksi perustamalla työyhteisöön kulttuurisesti monimuotoisia työryh-

mä ja edistämällä työyhteisön sosiaalista toimivuutta. Kielen oppimista voi tukea vaikkapa antamalla esimiehille selkokielikoulutusta. Huolta tulisi pitää myös siitä, että eri kulttuureista tulevilla on samat mahdollisuudet osallistua koulutuksiin.

– Yhdenvertaisuuteen tulee panostaa organisaation eri toimintojen tasoilla. Toivottavaa olisi, että johto, henkilöstöhallinto ja esimiehet tekisivät enemmän yhteistyötä monimuotoisuuskyksyksissä. ■

SOTE-ALAN MONIMUOTOISTUVISTA TYÖYHTEISÖISTÄ PUHUTTIIN 7. MARRASKUUTA HELSINGISSÄ JÄRJESTETYSÄ TILAISUUDESSA SOTE-ALA MURROKSESSA: MONIMUOTOISTUVAT TYÖYHTEISÖT JA KANSAINVÄLISTYVÄ ASIAKASKUNTA.





järjes-tely

ohjeis-tus

känny-loin-ti

kip-saus

vaipan-vaihto

kuun-tele-mi-men

ka-tet-roin-ti

kir-jaus

omai-set

Väitös osoittaa lähihoitajuuden  
pysyneen asenteiden ja  
tietämättömyyden vankina

# HOITOALAN TYÖNJAKO EI SELKIINNY

TEKSTI ANTTI VANAS KUVITUS SALLA PYYKÖLÄ

Sairaanhoitajilla ja esimiehillä ei ole vieläkaan selvää käsitystä lähihoitajien työnkuvasta. Aiheesta väitelleen Päivi Lavanderin mielestä valtio voisi ottaa nykyistä jämäkemmän roolin hoitoalan työnjakoon liittyvien takkujen selvittäjänä.

**H**oitoalan työnjaosta lokakuussa väitelleen Päivi Lavanderin mukaan sairaalan esimiehillä ja sairaanhoitajilla on hyvin erilainen käsitys lähihoitajien osaamisesta ja tehtävistä kuin lähihoitajilla itsellään. Lavander työskentelee itse ylihoitajana tutkimuskohteessaan Oulun yliopistollisessa sairaalassa.

– Töitä tehdään yhdessä joka päivä, ja lähihoitajatutkimuksen uudistuksestakin tulee ensi vuonna kuluneeksi jo neljännesvuosisata. Kaikesta tästä huoli-

matta sairaanhoitajilla ja esimiehillä ei näytä olevan vieläkaan selvää kuvaa siitä, mitä lähihoitajat tarkkaan ottaen tekevät.

Lähihoitajien tehtävänkuvia oli Lavanderin mukaan kyllä kirjoitettu sairaalassa auki, ja joillakin osastoilla asiassa on päästy eteenpäin. Yhteistä, koko keskussairaalan kattavaa näkemystä tehtävien jaosta ei kuitenkaan ole saatua aikaan.

– Tilanteessa ei ole kehumista siihen nähden, että valtio on rahoittanut viime vuosina erilaisia terveydenhuol-



lon työnjakoa selkeyttäviä hankkeita 20 miljoonalla eurolla. Asiassa päättäisiin ehkä eteenpäin, jos valtio ottaisi nykyistä tiukemman roolin sairaaloiden työnjakoon liittyvissä asioissa, Lavander ehdottaa.

Paikalleen juuttuneeseen tilanteeseen on monta syytä, joista osa liittyy organisaatioon, osa yksilöihin. Joillakin työntekijöillä kyse on vanhentuneista asenteista tai peloista, jotka liittyvät työtehtävän menettämiseen.

– Työnjaon epäselvyys vaivaa sekä lähi- että sairaanhoitajia. Lähihoitajilla mukana on lisäksi tunne siitä, ettei omalle osaamiselle anneta työpaikalla sille kuuluvaa arvoa.

#### TUKITYÖTÄ VALUNUT HILJALLEEN HOITAJILLE

Tärkeimpänä tuloksenaan Lavander pitää sitä, että vain alle puolet lähi- ja sairaanhoitajien työajasta kului varsinaisessa hoitotyössä. Aikaa kului paljon muun kirjaamiseen ja hyllytys- tai kuletustehtäviin.

– Varsinaiseen hoitoon kuulumatonta työtä on luisunut hoitajille pikkuhiljaa pitkän ajan kuluessa. Hoitajien määrää ei kuitenkaan ole lisätty.

Hoidon tukitehtäviä pitäisi Lavanderin mielestä siirtää sinne minne ne kuuluvat, sairaalan tukipalvelujen puolelle. Helppoa se ei ole.

– Jos tehtäviä siirretään pois hoitajilta, syntyy paine vähentää vastaavasti hoitopuolen vakansseja. Siihen taas ei olisi varaa.

Hoitotyön osuutta on onnistuttu jonkin verran lisäämään, mutta parannettavaa riittää. Teknologialta odotetaan paljon: robottien toivotaan korvaavan inhimillistä työtä esimerkiksi lääkkeiden annostelussa ja raskaita nostoja vaativissa tehtävissä.

– Robotti voi jakaa lääkkeitä annoksiin, mutta on tärkeää, että lääkkeiden vieminen potilaille pysyy hoitajan tehtävänä. Digitalisoituminen tekee mahdolliseksi myös potilaiden omien voimavarojen tehokkaan käytön hoidossa. Potilaat pitää vain ohjata oikean tiedon äärelle internetissä. ►





## MIKÄÄN EI MUUTU JOS ASEENTEET EIVÄT MUUTU

Lavanderin väitöksen mukaan hoitoalan työnjaon ongelmiin liittyy paljon pelkoja, arvottomuuden tunteita ja motivaation puutetta. Kaikki väitöksen kyselyyn vastanneet hoitotyön ammattilaiset toivat esiin vanhojen, piintyneiden tapojen ja muutosvastarinnan merkityksen.

Lähihoitajat kertoivat osaamiseensa liittyvistä ennakkoluuloista ja epäilivät, etteivät esimiehet halunneet heidän laajentavan tehtäväkuvaansa. Lavanderin tutkimuksessa puheenvuoron saavat lähihoitajat eivät sanojaan säästele:

”Hoitopuolen johto on kaikki nämä talossa olovuoteni tehnyt kaikkensa, että koulutason ammattilaisten toimenkuva olisi mahdollisimman suppea.”

”Asenne tässä on suurin haaste. Luulen, etteivät sairaanhoitajat ja osastonhoitajat tunne lähihoitajan koulutusta eivätkä halua nähdä lähihoitajan toimenkuvan laajentamista

## ”LÄHIHOITAJILLA ON PALJON OSAAMISTA, JOTA VOITAIISIIN HYÖDYNTÄÄ, MUTTA NYKYISET TOIMENKUVAAAN LIITETYT RAJOITUKSET ESTÄVÄT SEN.”

positiivisena asiana, joka auttaisi muiden työntekoa ja helpottaisi kiirettä.”

Lavander selvitti väitöstutkimuksessaan hoitohenkilökunnan työnjakoa kirjallisuuskatsauksen ja kyselytutkimuksen pohjalta. Kyselyyn vastasi 660 hoitotyön ammattilaista Pohjois-Pohjanmaan sairaanhoitopiiristä.

## Hoitoon käytetyn ajan osuus Suomessa maailman huippua

- Kansainvälisten tutkimuksen mukaan hoitajat käyttävät alle puolet työajastaan potilaan välittömään hoitoon. Siihen käytetyn ajan osuus on suurin Suomessa, Ruotsissa ja Australiassa.
- Suomessa lähihoitajat tekevät varsin laajasti erilaisia tehtäviä lähihoitajien ja sairaanhoitajien työnjaon rajapinnalla.
- Lähihoitajat tekivät usein myös ei-hoidollisia tehtäviä. Tavoitteena on, että he voisivat keskittyä koulutuksensa mukaisiin tehtäviin. Koko osaaminen pitäisi käyttää hyödyksi ja ei-hoidolliset tehtävät siirtää pois hoitotyöntekijöiltä.
- Työntekijäryhmien käsitykset lähihoitajien tehtävistä erosivat merkittävästi toisistaan yli puolessa tehtävistä.
- Tavoitteena on, että tehtäväkuvaukset tehdään lähihoitajien osalta yhtenäisiksi koko sairaalassa, että työntekijäryhmät tehdään tietoisiksi toistensa peruskoulutuksesta ja tehtäväkuvista, ja että esimiehet perehtyvät lähihoitajien koulutukseen ja tehtäväkuviin.
- Työnjaon rajapinta on tärkeää määritellä tarkasti: mitkä tehtävät kuuluvat lähihoitajille ja mitkä sairaanhoitajille? Määrittelemätön rajapinta voi aiheuttaa päällekkäistä työtä, tai osa töistä voi jäädä kokonaan tekemättä.
- Työntekijäryhmät olivat yhtä mieltä siitä, että työnjaon kehittämisen esteet liittyivät yksilön kokemuksiin, yksilön tietotaitoon ja organisaatioon. Hoitotyön johdon tehtävänä on poistaa näitä esteitä erilaisin interventioin.



TI KE TO PE LA SU



Vastanneista 121 oli nimikesuojattuja ammattihenkilöitä: perushoitajia, lähihoitajia, lastenhoitajia ja lääkintävahtimestari-sairaankuljettajia. Laillistettuja ammattihenkilöitä – sairaanhoitajia, kättilöitä ja röntgenhoitajia – oli vastanneiden joukossa 427, ja esimiehiä 67.

Rasti ruutuun -kysymysten lisäksi lomake sisälsi avoimen kysymyksen: Millaisia haasteita tai esteitä näet liittyvän hoitotyössä toimivien nimikesuojattujen ja laillistettujen ammattihenkilöiden välisen työnjaon kehittämiseen? Kysymykseen vastasi 260 henkilöä.

## ARVOSTUKSEN PUUTE AHDISTAA

Lähihoitajat pitivät koulutuksensa arvostusta heikkona. He kokivat olevansa toisen luokan kansalaisia ja jatkuvasti epäilyksen alla: ”Lähihoitajia yleensä pidetään alempiarvoisina, epäillään ettei osata, vaikka olisi koulutettukin.”

Sairaanhoitajat ja esimiehet puolestaan pelkäsivät perushoidon kärsivän, jos lähihoitajille siirretään vielä lisää tehtäviä. Esimiehet epäilivät myös, että sairaanhoitajilla saattaa olla vaikeuksia luopua tehtävistään, tai pelkoa omien töiden menettämisestä.

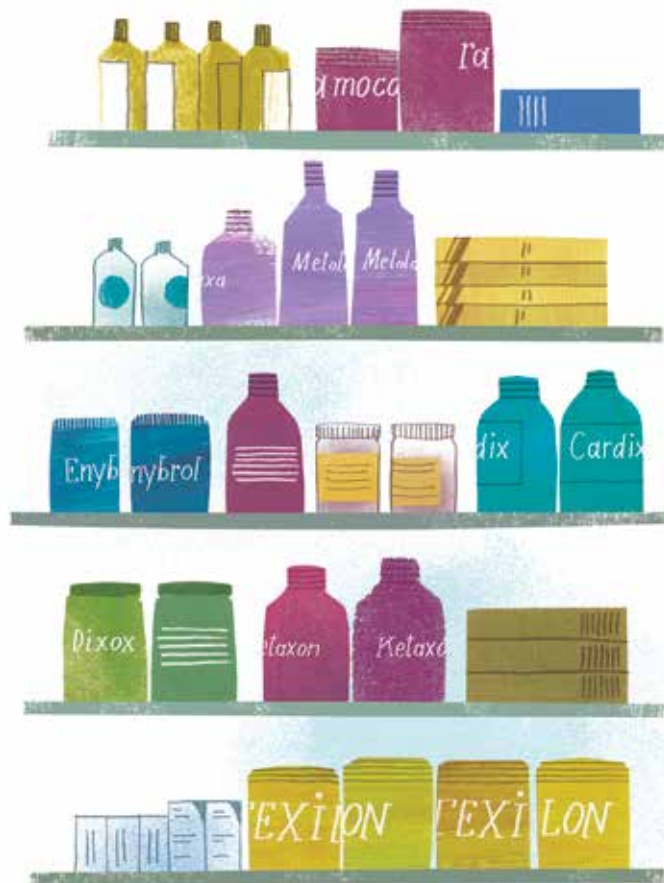
Osa sairaanhoitajista koki, että lähihoitajat eivät olleet valmiita laajentamaan työnkuvaansa esimerkiksi ottamalla hoitaakseen potilashaastatteluja. Sairaanhoitajat ja esimiehet vaativat selkeyttä vastuukysymyksiin: kuka on vastuussa, jos sattuu virhe?

Pätevyyteen sekä lähi- ja perushoitajien erilaiseen osaamiseen liittyvät asiat huolettivat kaikkia vastaajia. Täydennyskoulutusta pidettiin tarpeellisena, koska osalla perushoitajista oli vanhamuotoinen koulutus. Sairaanhoitajat myönsivät, ettei heillä ollut tarpeeksi tietoa lähihoitajien nykyisestä koulutuksesta.

”Nyt yksiköissä on hyvin eri vaiheissa koulutettuja apu-, perus-, lähihoitajia. Osaamista on vaikea arvioida. Tuore koulutus ja pitkä kokemus eivät ole suoraan verrattavissa”, pohdiskelee eräs esimies.

Sairaanhoitajien ja esimiesten yleisimmin esiin tuoma haaste liittyi työnjaon rajojen hämäryyteen: työnkuvat ovat epäselviä, rajat häilyviä, ja yleinen ohjeistus puuttui.

Esimiehet toivoivat samanlaisia käytäntöjä kaikkiin yksi-



köihin. He nostivat esiin myös lähihoitajien osaamisen vaajaikäytön: ”Lähihoitajilla on paljon osaamista, jota voitaisiin hyödyntää, mutta nykyiset toimenkuvaan liitetyt rajoitukset estävät sen”. ■

PÄIVI LAVANDER: NIMIKESUOJATTUJEN JA LAILLISTETTUJEN AMMATTIHENKILÖIDEN TYÖNJAKO YLIOPISTOSAIRAALAN MUUTTUVASSA TOIMINTAYMPÄRISTÖSSÄ. OULUN YLIOPISTO 2017.





SUPER

SUPERIN AMMATILLISET

# Opinto- päivät

TAMPERE 13.–14.2.2018

**TULEVAISUUDEN...  
HOITOTYÖ**



Tervetuloa etähoitajan vastaanotolle!  
Katso videot:  
[youtube.com/superliitto](https://www.youtube.com/superliitto)

## Tiistai 13.2.2018

- 8.30 Ilmoittautuminen ja aamukahvi
- 10.00 Päivien avaus / puheenjohtaja Silja Paavola, SuPer
- 10.15 Hyvä työelämä tulevaisuudessa / Antti Palola, STTK
- 10.30 Valvonta läpinäkyväksi / ylijhtaja Markus Henriksson, Valvira
- 11.15 La Carita -säätiön tunnustuspalkinnon jako
- 11.30 Tietosuoja sosiaali- ja terveystalveissa  
Tietosuojavastaava Ari Andreasson, Tampereen kaupunki
- 12.30 Lounas
- 14.00 läkkään lääkehoidon riskien arviointimittari lähihoitajien  
käyttöön / farmasian tohtori Maarit Dimitrow
- 14.45 Kahvi
- 15.15 Kipu, mieli ja aivot / erikoispsykologi Tage Orenius
- 16.00 Mielenhoitoa ja naurulihasten huoltoa  
Christoffer Strandbergin kanssa

## Keskiviikko 14.2.2018

- 9.00 Kosketus hoitotyössä – viestintää, yhteyttä ja tunnetta  
Kulttuuriantropologi Taina Kinnunen
- 10.00 Kulttuurienvälinen hoitotyö / TtT Anita Wikberg
- 11.00 Itsemääräämisoikeus – koskemattomuus ja rajat  
TtM Kristina Lamberg
- 11.45 Lounas
- 12.45 Teknologia kehittyä – muuttuuko hoitotyö?  
Tulevaisuustutkija Ilkka Halava
- 13.45 Kahvi
- 14.15 Signmark – mikään ei ole mahdotonta

## OPINTOPÄIVIEN PÄÄTTEEKSI: SIGNMARK

Miten heikkoudet kääntyvät vahvuuksiksi, kun vaihtaa näkökulmaa? Signmark syntyi yhdistämällä kaksi asiaa, joita ei heti ensimmäisenä tulisi mieleen liittää toisiinsa: kuurot ja musiikki. Marko Vuoriheimo on artisti, puhuja ja juontaja. Hän toimii myös Suomen World Visionin tasa-arvoasioiden lähettiläänä.



[www.superliitto.fi](http://www.superliitto.fi)



superliitto #opintopäivät

Lapsella on oikeus tunteisiin

# Pahat uutiset pelottavat

TEKSTI MINNA LYHTY

Uutiset terrorismi-iskuista, perhesurmista ja tulipaloista kantautuvat pientenkin korviin. Pitääkö ikävistä uutisista puhua lasten kanssa?

– Jos maailmalla tapahtuu jotakin paha, esimerkiksi terrorismi-isku, aikuisen tehtävänä on suojella lasta kuulemasta ja näkemästä uutisia. Aikuisia tällaiset asiat kiinnostavat, mutta kannattaa malttaa ja katsoa uutiset vasta sitten, kun lapsi ei ole vieressä. Vaikka tekisi näin, väistämättä lapset kuulevat myös ikäviä uutisia, sanoo perhekeskustoiminnan päällikkö Tarja Satuli-Kukkonen Mannerheimin Lastensuojeluliitosta.

Jos lapsi on kuullut pahoista tapahtumista, ne saattavat olla hänen mielessään myös päiväkodissa ja tulla osaksi puheita ja leikkejä. Tällöin kasvattajan kannattaa jutella lapsen kanssa.

– Voi sanoa, että minusta tuntuu siltä, että mietit tätä asiaa. Mitä ajattelet siitä? Pelottaako se sinua? Aikuisen tehtävänä on kuunnella, olla kärsivällinen ja antaa tilaa ihmettelylle. Lapsen kokemina tunteita ei saa väheksyä.

Aikuinen voi ilmaista sen, että on itsekkin surullinen tapahtuneesta.

– Voi sanoa, että minustakin tuntuu pahalta tai että harmittaa, kun näin pääsi käymään. Tällöin tavallaan osallistuu lapsen tunteeseen.

Jos jossakin lähellä on tapahtunut jotakin ikävää ja lapset miettivät sitä, siitä voi keskustella yhdessä esimerkiksi aamupiirissä.

– Kasvattajan pitää kertoa pakolliset tosiasiat ikätaso huomioiden. Valehdella ei saa. Kun aikuinen pysyy rauhallisena, lapset kokevat olevansa turvassa. Päivän jälkeen pitää kertoa vanhemmille, mistä on juteltu ja ohjeistaa heitä

kuuntelemaan lapsiaan.

Aikuiset keskustelevat mielellään keskenään lähellä tai kaukana sattuneista ikävistä tapahtumista. Satuli-Kukkonen painottaa sitä, että täytyy olla tarkkana, mitä lasten kuullen puhutaan.

– Lapsi tarttuu yksittäisiin sanoihin nopeasti. Sitten joutuu miettimään, miten kerron tästä enemmän.

## MIELIKUVITUS SUURENTELEE ASIOITA

Leikki on keskeisin tapa, miten päiväkotikäinen käsittelee vaikeita tunteita ja tilanteita. Sen avulla voi käydä läpi asioita, joita ei itse ymmärrä. Satuli-Kukkonen tietää, että leikillä on taipumusta lähteä lentoon, jolloin vain mielikuvitus on rajana.

– Leikissä asiat saattavat muuttua entistä pahemmiksi. Silloin täytyy keskustella yhdessä ja aikuisen on kerrottava faktoja, jotta kaikkea ei tarvitse ammentaa mielikuvituksesta.

Lapset saattavat leikkiä sotaa, tulipa-

loja ja terroristi-iskuja. Satuli-Kukkonen mukaan leikkiä ei tarvitse kieltää. Lapsi ei ajattele samalla tavalla kuin aikuinen. Hän ei välttämättä mieti, ovatko leikissä tapahtuvat asiat oikeita vai väärä. Tärkeintä hänelle on purkaa tunteuksiaan. Jos leikki menee liian rajuksi, silloin siihen on puututtava.

Satuli-Kukkonen mukaan on välttämätöntä, että lapsi saa käsitellä ikävää asiaa jonkun turvallisen aikuisen kanssa. Kun lapsi kokee tulevaisuutta kuulluksi, ymmärretyksi ja lohdutetuksi, syntyy tunne siitä, ettei itsellä ole mitään hätää.

– Lapselle pitää opettaa, että kaikista asioista, myös ikävistä, pitää pystyä puhumaan. Kun pystyy jakamaan vaikeita tunteita aikuisen kanssa, oppii käsittelemään niitä myös itseksensä. ■





# Muistisairauksia voi ehkäistä elintavoilla

TEKSTI MINNA LYHTY KUVAT INGIMAGE, ISTOCKPHOTO JA SHUTTERSTOCK

Hoitotyöhön kuuluu elintapaohjaus. Diabetes- sekä sydän- ja verisuonitautiriskin lisäksi puheeksi pitäisi ottaa muistisairauksien ennaltaehkäisy.

**A**lzheimerin taudin lääketutkimuksia tehdään paljon, mutta uutta aiempaa tehokkaampaa lääkettä ei ole tullut markkinoille. Itä-Suomen yliopiston neurologian professori Hilkka Soininen totesi Neurologipäivillä marraskuussa, että uusia oireenmukaisia ja taudin kulkuun vaikuttavia lääkkeitä tarvitaan. Tällä hetkellä markkinoilla on neljä oireita lievittävää lääkettä.

Koska muistisairauksiin ei ole parantavaa hoitoa, niiden ennaltaehkäisy on tärkeää. Suomessa toteutetussa FINGER-

tutkimuksessa selvitettiin, voidaanko monipuolisella elintapaohjelmalla ehkäistä muisti- ja ajattelutoimintojen heikkene- mistä ikääntyneillä. Elintapaohjelmaan kuuluivat ravitsemus- ohjaus, liikunta, muistiharjoittelu sekä sydän- ja verisuonisai- rauksien riskien hallinta.

Tutkimukseen osallistui 1260 suomalaista, joilla oli todet- tu kohonnut riski sairastua muistisairauksiin. He olivat iäl- tään 60–77-vuotiaita. Tutkimus tehtiin kuudella paikkakun-

**JOPA 30 PROSENTTIA MUISTI-  
SAIRAUKSISTA OLISI  
KOKONAAN EHKÄISTÄVISSÄ.**





nalla: Helsingissä, Kuopiossa, Oulussa, Seinäjoella, Turussa ja Vantaalla.

FINGER-tutkimus on ensimmäinen ja ainoa elintapainterventio, joka on osoittanut, että elintapamuutoksilla voi tukea muisti- ja ajattelutoimintojen säilymistä. Terveistä elintavoista hyötyvät nekin, joilla on perinnöllisiä rasitteita muistisairauksiin. Ellei sairauden puhkeamista pysty kokonaan ehkäisemään, ainakin sitä voi todennäköisesti viivyttää useilla vuosilla. On arvioitu, että jos sairauden puhkeamisen ajankohtaa voisi siirtää viisi vuotta, tautimäärät puolittuisivat.

– FINGER-tutkimuksen erityiseksi tekee se, että aiemmin on tutkittu kerralla vain yhden riskitekijän, esimerkiksi liikunnan, vaikutusta muistisairauksien ennaltaehkäisyyn. Tulokset tällaisissa tutkimuksissa ovat jääneet vaatimattomiksi. FINGER osoitti, että muistisairauksien ennaltaehkäisyssä täytyy huomioida elintavat kokonaisvaltaisesti, sanoo Terveyden ja hyvinvoinnin laitoksen erikoistutkija Jenni Kulmala.

## PELOTTAVA MUISTISAIRAUS

Etelä-Pohjanmaalla pyritään jalkauttamaan FINGER-tutkimuksen tulokset. Vuosi sitten alkaneessa Muistikko-hankkeessa tavoitteena on lisätä tietoisuutta siitä, miten elintavat vaikuttavat muistisairauksien syntymiseen.

– Edelleen ihmisillä, jopa terveydenhuoltoalan ammattilaisilla, on sellaisia käsityksiä, että muistisairauksien puhkeamiseen vaikuttavat vain ikä ja geenit. On arvioitu, että jopa 30 prosenttia muistisairauksista olisi kokonaan ehkäistävissä, jos elintapoihin liittyviä riskitekijöitä poistetaan, Jenni Kulmala kertoo.

Hankkeessa selvitetään myös, miten kokonaisvaltainen elintapaohjaus saataisiin osaksi terveydenhuoltoa.

– Päämääränä on luoda työkalupakki, jonka avulla voidaan tunnistaa ihmiset, joilla on riski sairastua muistisairauteen. Intervention kohdistaminen oikeaan ryhmään on kustannustehokasta.

Hankkeessa on jo tunnistettu yhdeksi selkeäksi kohderyhmäksi keski-ikäiset, jotka tulevat muistisairaana vanhempansa kanssa hoitajan tai lääkärin vastaanotolle. Tälle kohderyhmälle kannattaisi antaa elintapaohjausta.

Kulmalan mukaan ihmiset tietävät, miten ehkäistä sydän- ja verisuonitauteja sekä diabetesta, mutta he ovat tietoisia myös siitä, että niihin on saatavilla lääkitystä ja hoitoja.

– Monelle on herätyskohta, kun he ymmärtävät, että elintavat vaikuttavat myös muistisairauksien syntymiseen. Se motivoi kokonaisvaltaiseen itsestä huolehtimiseen, varsinkin, jos on nähnyt, miten muistisairaus vaikuttaa läheisen elämään. ►



## Kymmenen vinkkiä aivoterveYTEEN

Aiemmin uskottiin, että muistisairaudet kuuluvat ikääntymiseen. Nykyään tiedetään, että aivojen terveyteen voi vaikuttaa elintavoilla merkittävästi. Aivojen terveyden hoidossa on kymmenen olennaista asiaa.



### 1. TERVEYSARVOT KUNTOON

Korkea verenpaine, korkea kolesteroli ja kohonnut verensokeriarvot kasvattavat riskiä sairastua muistisairauksiin. Sairaudet alkavat kehittyä jo vuosikymmeniä ennen muistioireiden ilmaantumista, joten sitä parempi, mitä aiemmin kiinnittää elintapoihin huomiota.



### 2. TUMPPAA TUPAKKA

Tupakointi nostaa verenpainetta ja muuttaa veren rasva-arvot epäedulliseksi. Aivoverenkiertohäiriöiden riski kasvaa ja uhkana on verisuoniperäinen dementia. Maailman terveysjärjestön mukaan 14 prosenttia Alzheimer-tapauksista voidaan katsoa tupakoinnin aiheuttamiksi.



### 3. HALLITSE PAINOA

Ylipaino lisää riskiä sairastua sydän- ja verisuonisairauksiin, ja ne taas vaikuttavat muistisairauksien kehittymiseen.



### 4. RUOKI AIVOJASI

Aivot tarvitsevat monipuolisesti ravintoaineita, joten terveellinen ruokavalio pienentää muistisairauksien riskiä. Aivoterveellista ruokaa ovat kala, kasvikset, kasviöljyt, marjat ja hedelmät. Tydyttyntä rasvaa, suolaista ja punaista lihaa kannattaa käyttää niukasti. 3–5 kupillista kahvia päivässä pienentää Alzheimerin taudin riskiä. Kaakao ja tumma suklaa parantavat aivojen verenkiertoa, mutta niitä pitää käyttää kohtuudella. ►

## RISKITESTI RUTIINIKÄYTTÖÖN

Muistikko-hanke kestää ensi vuoden syyskuun loppuun asti. Tavoitteena on, että siihen mennessä tuotetaan varhaisen puuttumisen malli, joka aiotaan levittää myöhemmin muuallekin. Lisäksi kehitetään terveydenhuollon henkilöstölle aivoterveysten edistämiseen ohjeita ja työvälineitä.

Jenni Kulmala toivoo, että muistisairauksien riskitesti saataisiin laajempaan käyttöön.

– Diabeteksen riskitesti on jo rutiinikäytössä terveydenhuollossa. Samalla tavalla pitäisi kartoittaa muistisairauksien riskitekijät.

Muistikko-hankkeessa on Etelä-Pohjanmaan sairaanhoitopiirin ja Etelä-Pohjanmaan soten lisäksi mukana Etelä-Pohjanmaan Muistiyhdistys. Kulmala näkee järjestöjen työn ratkaisevan tärkeänä muistisairauksien ehkäisemisessä.

– Terveystenhuollolla ei ole välttämättä resursseja tarjota kognitiivista harjoittelua ja tukea sosiaalista aktiivisuutta, jotka ovat tärkeitä aivotoinnille. Järjestöt voivat järjestää juuri tällaista toimintaa.

FINGER-tutkimus on saamassa seuraajia Yhdysvalloissa, Singaporessa, Australiassa ja Kiinassa, kun tutkijat etsivät muistisairauksien ehkäisymahdollisuuksia World Wide Fingers -verkostossa. Tulevina vuosina on odotettavissa lisää tietoa elintapaintervention vaikutuksista. ■



TEE MUISTISAIRAUKSIEN RISKITESTI

## Muistisairaudet ovat yleisiä

- Suomessa sairastuu 14 500 ihmistä vuosittain muistisairauteen.
- Joka kolmas yli 65-vuotias kokee muistinsa heikentyneen, vaikka suurimmalla osalla heistä ei ole etenevää muistisairautta.
- Jopa 200 000 suomalaisella tiedonkäsittely on lievästi heikentynyt. 100 000 kärsii lievistä ja yli 90 000 keskivaikeasta tai vaikeasta dementiasta.
- Työikäisiä muistisairaita on 7000.



## Muistikonferenssi 2017

# Muistisairaalla on oikeus hyvään elämään

Muistisairaahan ihmisen kohtaaminen ei ole aina mutkatonta. Muistiliiton asiantuntija Anita Pohjanvuori antoi vinkkejä vuorovaikutustilanteisiin Muistikonferenssissa marraskuussa.

**E**räs rouva oli muuttanut hoivakotiin, mutta arkana ihmisenä pysytteli aluksi vain omassa huoneessaan. Kun hän viimein suostui tulemaan yhteisiin tiloihin, hän istui pää kumarassa ilman kontaktia keneenkään. Aina ohi mennessään hoitaja pysähtyi hänen luonaan, otti katsekontaktin ja kosketti

turvallisen vakaasti. Pikkuhiljaa rouvan kasvoille palasi hymy. Hän alkoi rentoutua, koki olonsa turvallisiksi ja pystyi luottamaan muihin. Muistijälki onnistuneesta kohtaamisesta oli toistunut riittävän monta kertaa.

Anita Pohjanvuori korosti kertomassaan esimerkissä kosketuksen merkitystä hoitotyössä. Muistisairaahan perustarpeista huolehtiminen ei riitä hyvän hoidon laatuksiteriksi, vaan arkeen tarvitaan sisältöä ja tekemistä sekä muistisairaahan aitoa kohtaamista.

– Pitäisikö hyvän hoidon sijasta puhua esimerkiksi Allin paremmasta arjesta? Useat sairastuneet ja omaiset kuvailevat hoitopaikkoja tylsiksi säilytyspaikoiksi, jossa kenelläkään

ei ole hyvä olla. Hoitajat haluaisivat antaa aikaa asukkaille. Asukkaat toivoisivat enemmän tekemistä.

Pohjanvuori tietää, että joissakin paikoissa muistisairaat voivat elää hyvää elämää. Onnistumisen edellytyksenä on ollut se, että päivät suunnitellaan asukaslähtöisesti yhdessä muistisairaiden ja heidän läheistensä kanssa.

## TOIVE TULLA KOHDATUKSI

Muistisairaalla on tarve olla vuorovaikutuksessa, vaikka kielelliset kyvyt ja sosiaaliset taidot olisivat heikentyneet. Hän saattaa ilmaista itseään tavoilla, jotka läheiset ja hoitajat kokevat hankaliksi. Hoitoalan ammattilaiset tietävät, että taustalla ovat aivojen vauriot, joiden seurauksena on vaikeaa hahmottaa ympäristöä tai ymmärtää muiden toimintaa.

– Jos muistisairas ei pysty ilmaisemaan itseään sanallisesti, kukaan ei voi tietää tarkalleen, mitä hän ajattelee. Tiedämme kuitenkin, että hän voi tuntea ja aistia sen, miten hänet kohdataan. Arvostus muistisairasta kohtaan näkyy siinä, jaksameko etsiä toimivia keinoja hankalissakin vuorovaikutustilanteissa, Anita Pohjanvuori pohtii.

Hoitaja voi omalla käyttäytymisellään vaikuttaa vuorovaikutustilanteiden sujumiseen.

– Hoitotyössä pitää pysähtyä välillä miettimään seuraavia kysymyksiä: Mitä teen? Miksi teen? Milloin teen? Mitä tekemisestäni seuraa? Mitä tulee huoneeseen, kun menen sinne? Miten kosketan? Mitä sanon vai olenko hiljaa?

## TARVE KOKEA TURVALLISUUTTA

Anita Pohjanvuori kannustaa työyhteisöjä tarkastelemaan kriittisesti vakiintuneita käytäntöjä ja luomaan uusia yhtenäisiä toimintatapoja. Apuna voi käyttää Muistiliiton julkaisemaa Hyvän hoidon kriteeristö -työkirjaa, joka on tarkoitettu muistisairaiden ihmisten hoidon ja elämänlaadun kehittämiseen.

Pohjanvuoren mielestä myös vuorovaikutustilanteiden haasteita kannattaa pohtia yhdessä. TunteVa-menetelmä auttaa ymmärtämään, mitä tarkoittaa muistisairaana kohtaaminen tunnetasolla.

– Muistisairaat ihmiset voivat paremmin, kun heitä ei pakoteta toimimaan, vaan otetaan tunteet todesta ja yritetään rauhallisesti selvittää tilannetta.

Jokainen kohtaaminen on erilainen, vaikka kyseessä on sama ihminen. Hoitaja joutuu etsimään tavan, jolla hän luo luottamusta ja turvallisuutta. Kohtaamiset voivat sisältää iloa, naurua, tyytyväisyyttä, apaattisuutta, itkuja, vihaa tai aggressiivisuutta. Tilanteissa tarvitaan sanojen lisäksi sanatonta viestintää, kosketusta ja läheisyyttä.

Muistisairaana kohtaamista helpottaa hänen elämänhistoriansa tunteminen. Menneisyydestä voi löytyä selitys nykyiselle käyttäytymiselle.

Pohjanvuori kannustaa hoitajia heittäytymään vuorovaikutustilanteisiin.

– Tartu ja heittäydy roolittomasti ohikiitäviin hetkiin. Pienetkin hyvää oloa tuovat tuokiot voivat olla mittaamattoman merkityksellisiä muistisairaalle ihmiselle ja kantavat pitkälle, kun ne jäävät tunnemuistiin. ■



OTA KÄYTTÖÖN HYVÄN HOIDON KRITEERISTÖ -TYÖKIRJA



## 5. KOHTUUTTA JUOMISEEN

Runsas ja pitkäaikainen alkoholinkäyttö vaikuttaa muistiin ja tiedonkäsittelyyn, keskittymiskykyyn, tarkkaavaisuuteen ja koordinaatiokykyyn. Erityisesti työmuistin toiminta heikkenee, jolloin uuden oppiminen vaikeutuu. Suurkulutuksen riskinä ovat myös aivo-verenkiertohäiriöt, tapaturmista aiheutuneet aivovammat ja vitamiinien puutostilat. Dementia- tai aivosairauksien oireita on kymmenellä prosentilla suurkuluttajista.



## 6. LIIKUTA AIVOJASI

Aivot nauttivat liikunnasta. Sen aikana verenkierto vilkastuu, jolloin aivot saavat runsaasti happea ja ravinteita. Liikunta pitää kunnossa verisuonistoa, laskee verenpainetta, auttaa pitämään verensokerin tasapainossa sekä vähentää haitallista ja lisää hyvää kolesterolia. Lisäksi liikunta kiihdyttää uusien aivosolujen syntyä, parantaa työmuistia ja lisää stressinsietokykyä.



## 7. NUKU RIITTÄVÄSTI

Riittävä uni on aivojen toiminnan edellytys. Päivällä opitut asiat tallentuvat pitkäkestoiseen muistiin yöunen aikana. Unenpuute aiheuttaa muistihäiriöitä, ja pitkään jatkuessa se on yksi muistisairauksien riskitekijöistä.



## 8. VÄLTÄ STRESSIÄ

Positiivinen stressi on hyödyllistä, mutta jos stressiä on liikaa, työmuistin toiminta heikkenee. Kun muisti ei toimi kunnolla, laajojen kokonaisuuksien hallinta ja luova työskentely vaikeutuvat. Keski-ikäisen työpäivän stressi on yksi muistisairauksille altistava riskitekijä.



## 9. ANNA AIVOILLE TÖITÄ

Älylliset haasteet luovat aivosolujen välille uusia yhteyksiä. Hyvin verkottuneet aivot vaikuttavat positiivisesti muistiin. Aivoja voi treenata esimerkiksi shakilla, sudokuilla tai ristisanatehtävillä. Aivot virkistyvät, kun poikkeaa rutiineista, esimerkiksi kävelee eri reittiä kuin tavallisesti. Lukeminen, kulttuurin harrastaminen ja uuden taidon opiskelu ovat aivoille hyödyksi.



## 10. OLE VUOROVAIKUTUKSESSA

Aktiivinen sosiaalinen elämä ja läheiset ystävyyssuhteet auttavat hallitsemaan stressiä ja ehkäisevät masentuneisuutta. Stressi ja masennus voivat aiheuttaa muistivaikeuksia. Hyvät sosiaaliset suhteet pitävät mielen myönteisenä, jolloin aivot toimivat ketterästi. Yksinäisyys on muistisairauksille altistava tekijä.



## PERINTEET KANTAVAT



**T**elevisiossa syksyllä esitetty sarja nomadeista eli vaeltavista ihmisryhmistä kertoi perinteistään kiinni pitävistä yhteisöistä. Puuesineiden valmistamisen, porojen kasvattamisen, hoitamisen ja laiduntamisen, asuntojen rakentamisen, ruoan laitton ja ompelemisen taidot sekä muut elämässä tarvittavat tiedot siirtyvät nuoremmille sukupolville heitä vanhempien opettamina. Yhteisöissä toimitaan lähes entiseen tapaan. Muutos on hidas.

Tilanne on ollut samantyylinen kahden, kolmen vuosisadan takaisessa suomalaisessa yhteiskunnassa. Maanviljelyksessä, kalastuksessa ja metsästyksessä tarvittavat opit siirtyivät kodin ja suvun kautta. Kirvesmiehet, puusepät ja muut käsityöläiset hakivat taitonsa ammattikuntiansa edustajilta. Tervanpolton, sahauksen ja rautaruukkityön taidot opittiin aikaisemmilta työntekijöiltä. Uusien työmuotojen ja työtapojen kehittäminen oli hidasta. Perinteisiin perustuvat opit ja hitaat muutokset kuvastivat yhteiskuntaamme ja sen rakenteita ja oppimista-voja aina 1800-luvulle saakka.

Teollistumisen käynnistyminen 1800-luvulla, teollinen vallankumous 1900-luvulla ja niitä seurannut tietoyhteiskunnan kehittyminen syrjäyttivät aikaisemmat, perinteisiin perustuvat oppimisen perusteet ja mahdollistivat kulttuuria. Kasvattajiksi ja opettajiksi tuli tiettyihin ai-

heisiin perehtyneitä, nuoria tai keski-ikäisiä henkilöitä. Tietojen nopea lisääntyminen johti siihen, että opettajien oli hallittava syvällisiä tietoja omalta, melko kapealta erikoistumisalaltaan. Tietotekniikan kehittyessä yhä nopeampaa vauhtia lapsista ja nuorista tuli isovanhempiensa ja jopa vanhempiensa opettajia. Näytti siltä, että perinteet joutavat romukoppaan.

Suomen 100-vuotisjuhlavuosi on nostanut esiin maamme historiaa ja perinteitä. Ajassamme on muitakin ilmiöitä, jotka korostavat suomalaista identiteettiä ja sen rakentumista aidosti omaan kulttuuriin. Perinnekeksityöt, himmeliänteko, vintagevaatteisiin pukeutuminen, vanhoilla huonekaluilla kalustaminen ja oman suvun vaiheisiin perehtyminen ovat yleisiä harrastuksia. Nopeasti uusiutuvien tietojen maailmaan on tullut perinteitä arvostava virta. Näytämme oivaltaneen sen, että uudet tiedot ja taidot perustuvat aikaisempiin ja kulttuurimme perinteiset tavat tukevat identiteettiämme ja hyvinvointiamme. Uutta ei synny ilman entistä tietopohjaa, ja perinteet kantavat meitä.

Uusi valtavirta on nostanut iso- ja isovanhempien merkitystä yhteiskunnassa. Vuoden isovanhemman tunnustuksen saanut kirjailija Kirsi Kunnas pohtii: *“Maailma muuttuu niin nopeasti, että emme tiedä millaiseen maailmaan lapsia kasvatamme. Isovanhemmat jarruttavat lasten vieraantumisen tunnetta. Isovanhempien kautta siirtyy tunteita, kulttuuria ja henkistä perintöä vuosikymmenien takaa, sadankin vuoden yli. Syntyä looginen side, joka kulkee läpi yhteiskunnan.”*

Jouluun kuuluu paljon kristillisiä ja ei-kristillisiä perinteitä. Joulutortut, piparit, laatikkoruoat, kinkku, joulukortit ja muut joulun vieton tavat luovat juhlan ja tuovat rauhan tunteen mieliimme. Voimme hetken huokaista hektisen elämänmenon keskellä.

Rauhallista Joulua! ■

### KORJAUS

Sirkka-Liisa Kivelän kolumniin lehdessä 11/17 oli toimituksellisen prosessin aikana tullut virhe. Lassi Nummen runon sitaatin loppuun oli merkitty sitaatiksi myös kolumnistin oma ajatus ”Keskustelijoiden ei pitäisi pelkästään tuoda esille omia ajatuksiaan. Heidän tulisi kuunnella ja myös kuulla muidenkin näkemyksiä.” Pahoittelemme virhettä.

– toimitus

# AY-TOIMINNAN VUOKSI IRTISANOTULLE KORVAUS OIKEUDESSA

Superilainen hoitaja on saanut 26 000 euron korvauksen laittomasta irtisanomisesta. SuPer pitää irtisanomisen syynä sitä, että hoitaja ajoi oikeuksiaan ammatityhdistystoiminnan kautta.

Pirkanmaan käräjäoikeus tuomitsi Pihlajalinna Terveys Oy:n maksamaan 26 000 euroa superilaiselle lähihoitajalle, koska hänen työsopimuksensa oli päätetty perusteettomasti ja koska häntä oli syrjitty.

Käräjäoikeus katsoi, ettei SuPerin jäsen ollut syyllistynyt yhtiön väittämiin laiminlyönteihin. Käräjäoikeus myös piti todennäköisenä, että todellinen syy irtisanomiselle oli muu kuin irtisanomisilmoitukseen kirjattu syy.

## LIIAN VÄHÄN YÖHOITAJIA

Pappilanpuiston hoivakodissa työskennellyt yöhoitaja irtisanottiin loppuvuonna 2015. SuPerin aiemmin julkisuudessa esiin nostamat asiat yöhoitajien asemaan liittyen tulivat tuomion myötä näytetyksi toteen. Lähihoitajan irtisanomisen tosiasiallisena syynä oli hänen ammatillinen toimintansa, ammattityhdistystoiminta ja omien oikeuksien ajaminen.

Pirkanmaan käräjäoikeus katsoi tuomiossaan, ettei näyttöä työntekijän viaksi luettavasta vanhusten itsemääräämisoikeuden rajoittamisesta tai laiminlyönnestä ollut. Käräjäoikeuden mielestä asiallista ja painavaa irtisanomisperustetta ei ollut. Yhtiö veloitettiin maksamaan yöhoitajalle kymmenen

kuukauden palkkaa vastaava korvaus, josta kuitenkin vähennettiin syrjintähyvitys.

Oikeus kiinnitti huomiota siihen, että yöhoitaja oli irtisanottu pian sen jälkeen, kun yhtiö oli joutunut palkkaamaan kolmannen yöhoitajan sen vuoksi, että yöhoitajat olivat ilmoittaneet aluehallintovirastoon yöhoitajien alimitoituksesta. Irtisanominen oli toteutettu kiirehtien ilman varoitusta. Käräjäoikeus katsoi, että yöhoitajaa oli syrjitty lainvastaisesti ja tuomitsi yhtiön maksamaan hyvityksenä 10 000 euroa.

## EPÄREILU KORVAUSVÄHENNYS

SuPerin lakimies Juho Kasanen ihmettelee käräjäoikeuden tuomiossaan määräämän syrjintähyvityksen täysimittaista yhteensovittamista työsuhteen perusteettomasta päättämisestä tuomitun korvauksen kanssa. Sen vuoksi korvaussumma pieneni 10 000 eurolla.

– Näkemykseni mukaan yhdenvertaisuuslain mukaisen hyvityksen tulisi olla korvausta syrjinnästä ja työsopimuslain mukaisen korvauksen perusteettomasta päättämisestä tulisi olla korvausta itse irtisanomisen loukkaavuudesta.

– Mielestäni laitton ja loukkaava irtisanominen tulisi korvata erikseen ja syrjivä irtisanominen ay-toiminnan vuoksi erikseen. Käräjäoikeuden asiasta nyt esittämä tulkinta johtaa pahimmassa tapauksessa siihen, ettei yhdenvertaisuuslain mukaan tuomittavalla hyvityksellä saavuteta sille laissa säädettyä päämäärää: edistää yhdenvertaisuutta ja ehkäistä syrjintää. ■

## Oman auton käyttö kotihoidossa

SuPer pitää tärkeänä, että työnantajat hankkisivat riittävästi hyväkuntoisia kulkuneuvoja kotihoidon henkilöstön käyttöön, jotta heiltä ei edellytetäisi oman auton käyttöä työvälineenä.

Kun asiaa tarkastellaan juridisesta näkökulmasta, pitää kuitenkin kiinnittää huomiota seuraaviin seikkoihin:

- Voiko työnantaja edellyttää työntekijän käyttävän omaa autoaan työssä? Vastaus tähän on kyllä, silloin, kun siitä on ilmoitettu hakuilmoituksen tai työsopimuksen solmimisen yhteydessä. Työntekijä voi aina kieltäytyä solmimasta työsopimusta, jossa edellytetään oman auton käyttöä työajoihin. Kyse ei ole myöskään työsopimuslain 10. luvun 2. pykälän mukaisesta kohtuuttomasta sopimusehdosta, sillä työntekijä saa korvauksen oman auton käytöstä vero-

vapaana kilometrikorvauksena.

- Verovapaista kilometrikorvauksista säädetään verohallinnon vuosittaisissa päätöksissä ja joissakin työehtosopimuksissa. Kilometrikorvaukset eivät ole miltään osin osa työntekijän palkkaa, vaan korvausta oman auton käyttökustannuksista, joihin kuuluvat polttoaineen lisäksi muun muassa huollot, kuluminen, pesut ja vakuutukset.

Esimerkki: 100 kilometriä ajoa, kilometrikorvaus verovapaana 41 euroa, josta polttoaineeseen 10 l/100 kilometrin kulutuksella menee 16 euroa, jää 25 euroa 100 kilometriä kohden muihin autoilun aiheuttamiin kuluihin. Viiden tuhannen kilometrin työajoilla jää polttoaineen jälkeen 1250 euroa autoilun aiheuttamiin kustannuksiin. KVTES:n mukaan kilometrikorvaus alenee 41

sentistä 37 senttiin kilometriltä 5000 kilometrin jälkeen. Verohallinnon päätöksessä tällaista rajaa ei ole, eli tämä on yksi niistä asioista, joihin SuPer tulee kiinnittämään huomiota tulevissa työehtosopimusneuvotteluissa.

- Työnantaja ei ole vahingonkorvausvastuussa työntekijän autolle mahdollisesti aiheutuneista vahingoista, parkkikoista tai vastaavista kuluista. Tätä varten on liikenne- ja kaskovakuutukset. Vain, jos työnantaja on tahallaan tai huolimattomuudesta aiheuttanut vahinkoa työntekijän autolle, on työnantaja vahingonkorvausvastuussa työntekijälle. Työnantaja vastaa niin sanotun isännänvastuun perusteella työntekijän työssään kolmannelle aiheuttamista vahingoista. ■

JUHO KASANEN  
LAKIMIES

Suomalaisella naisella  
on aina ollut monta roolia

# Tasa-arvo on Suomen supervoima

TEKSTI JA KUVAT ELINA KUJALA. ANITTA AHOSSEN KUVA LIISA KARLING

Suomessa asuu 2,7 miljoonaa tyttöä ja naista. Seuraavilla sivuilla heistä on haasteltu viittä. Mukana on 90-vuotta täyttävä leskirouva, jonka puheessa kuuluu vanha Tampereen murre ja lämmin huumori, suuren sijaisperheen äiti, kahdessa kulttuurissa aikuiseksi kasvanut suomalaisirakilainen tulkki, syövästään vitsaileva stand up -koomikko ja vuosi sitten lähihoitajaksi valmistunut nuori nainen, joka järjesti vaatekeräyksen vähävaraisille vanhuksille. Yhtäkkiä ajatellen näillä naisilla ei ole mitään muuta yhteistä kuin se, että moni heistä mainitsi katsovansa itsenäisyyspäivän iltana Linnan juhlat.

Naisten kertomassa kiteytyy kuitenkin yksi suomalaisuuden tärkeä, kulttuurinen piirre. Suomalaiset naiset ovat aina olleet moniosaajia. Jokaisella haastatellulla naisella on elämässään ollut monenlaisia töitä ja rooleja. Kun yksi ura tyssäsi, vaihdettiin toiseen ja monta kertaa vielä kolmanteenkin. Lapset, vanhukset ja sairaat läheiset on hoidettu omien töiden ohessa. Välillä on opiskeltu lisää ja toisinaan huomattu, että oma intohimo saattaakin olla josakin aivan muualla.

Euroopan tasa-arvoinstituutin tutkimuksen mukaan Suomi oli viime vuonna Euroopan toiseksi tasa-arvoisin maa. Ohi kiilasi vain rakas Ruotsi. Se ei tarkoita sitä, että epäkohdat pitäisi henkseleitä paukutellen sivuuttaa, mutta totuus on, että Suomella kuten muillakin Pohjoismailla menee aika mukavasti. Tasa-arvo tuo mukanaan turvaa ja taloudellista menestystä.

Yhtenä Pohjoismaiden menestyksen salaisuutena pidetään sitä, että miehet ja naiset ovat karuissa ja kylmissä olosuhteissa joutuneet tekemään töitä yhdessä, sillä molempien tasavertaista panosta on tarvittu kaskenpolton ja kirnuvoin vuosina. Se loi pohjan tasa-arvolle. Suomi on maailman en-

simmäinen maa, joka myönsi naisille täydet poliittiset oikeudet.

Tasa-arvo on myös yksi lähihoitajan, monipuolisen hoitotyön ammattilaisen, eettisistä periaatteista.

## TASA-ARVO ON YKSI LÄHIHOITAJAN, MONIPUOLISEN HOITOTYÖN AMMATTILAISEN, EETTISISTÄ PERIAATTEISTA.

Hoitajan on kohdeltava ihmisiä tasa-arvoisesti asemasta, sukupuolesta, iästä, vakaumuksesta tai elämäntilanteesta riippumatta. Sosiaali- ja terveysministeriö sanoo, että tasa-arvo on sosiaalinen innovaatio, jota Suomi haluaa erityisesti vaalia. 100-vuotisen itsenäisyyden kunniaksi tärkeä arvo halutaan nostaa uudelleen valokeilaan, jonka se ansaitsee.

SUOMI  
JULISTAUTUU  
ITSENÄISEKSI

1917

SINIRISTILIPUSTA  
SUOMEN VIRALLINEN  
LIPPU

NAIMISSA OLEVAT NAISET  
SAAVAT OIKEUDEN KÄYDÄ TÖISSÄ  
ILMAN MIEHENSÄ LUPAA

1918

1919

LOTTA SVÄRD  
PERUSTETAAN

1921

MIINA SILLANPÄÄSTÄ  
TULEE ENSIMMÄINEN  
NAISMINISTERI

1926

AVIOAIMO VAPAUTUU  
MIEHENSÄ HOLHOUKSESTA

1930



Julia Piironen:

# Vanhat ovat viisaita

**H**uomasin töissä, että monilla vanhuksilla on pulaa vaatteista. Kotihoidossa ja palvelutaloissa näkee, että joltakin puuttuu sukkia, toiselta boxereita, kolmannelta vaikka tarpeeksi lämmin talvitakki. Vanhusten omaisia tai edunvalvojia pyydetään tuomaan vaatetta tarpeen mu-

kaan, mutta läheskään kaikilla vanhuksilla ei ole omaisia tai he ovat kaukana, eivätkä käy. Kotihoidossa tapaa vähävaraisia ihmisiä, joilla ei ylimääräistä ole.

Olen tänä syksynä järjestänyt Tampereella vaatekeräyksen vanhuksille. Alkusysäys oli oikeastaan yksi takki, jonka sain ja joka oli itselleni liian iso. Kierrätys on lähellä sydäntäni. Päätin, että voin antaa takin jollekin papalle, jos hän vain haluaa ja on tarvetta. Yllätyin asian saamasta huomiosta. Ihmiset ovat tarjonneet Facebookissa minulle ehjää ja hyvää vaatevaraa vaikka kuinka paljon. Olen ollut muutamassa hoitokotiin yhteydessä ja miehimme nyt yhdessä, kuinka varastossani olevat vaatteet on parasta jakaa eteenpäin.

Kun aloitin lähihoitajan opinnot ajattelin, että en ainaakaan ikinä halua vanhustyöhön mummojen pylyjä pyyhkimään. Nyt ajattelen asiasta ihan toisella tavalla. Vanhoilta ihmisiltä oppii. He ovat viisaita. Nautin siitä, kun näen vanhuksen kasvoilla hymyn ja tiedän, että hän on tyytyväi-

nen, kun hoidan hyvin. Monet vanhukset tykkäävät meistä nuorista hoitajista, sillä meillä riittää vauhtia. Fiuh-fiuh-tytöksi joku on sanonut.

Vanhustenhoidon taso vaihtelee Suomessa. Teen töitä keikkalaisena ja olen nähnyt erilaisia hoitokoteja. Kaikki vanhukset eivät halua ulkoilla tai innostu askartelemisesta, mutta toivoisin, että jokaiselle löytyisi jotakin mukavaa tekemistä.

Hoitokodissa voisi järjestää vaikka tanssit ja pistää pystyyn baarin. Jonakin päivänä voitaisiin tilata pitsat. Eläinvieraat ovat vanhuksille tosi tärkeitä, on ihanaa kun hoitokodissa käy kaverikoiria ja muita eläimiä silittelävinä. En itsekään halua aina mennä saman kaavan mukaan, enkä usko että vanhuksetkaan haluavat.

En ymmärrä politiikasta mitään, enkä osaa käyttää hienoja aikuisten sanoja, vastaan opettelen sitä, mutta sen ymmärrän, että rahaa nykypäivän Suomessa laitetaan varmasti paljon turhempaankin kuin vanhustenhoitoon.

En tiedä vielä, miten juhlin itsenäisyyspäivää, minulla ei ole mitään erityisiä perinteitä. Täytän joulukuussa 20. Ehkä lähdän matkoille veronpalautusrahoilla. Tahdon auttaa muita aina kun voin, olen aina ollut sellainen. Minun mottoni elämässä ja työssä on, että kohtelee muita kuten haluaisit, että itseäsi kohdellaan. ►



SUOMEN ENSIMMÄINEN  
KANSANÄÄNESTYS  
KUMOAA KIELTOLAIN

1931

ÄITIYSPAKKAUS  
JAETAAN ENSIMMÄISEN  
KERRAN

1938

TALVISOTA

1939–1940

APUHOITAJAKOULUTUS SAA ALKUNSA,  
KUN SOTASAIRAALOITA VARTEN  
PERUSTETAAN APUSISARJÄRJESTÖ

1941

JATKOSOTA

1941–1944

LAKI ÄITIYS- JA  
LASTENNEUVOLOISTA  
ASTUU VOIMAAN

1944

Janan Al-auda:

# Arvostan Suomen terveydenhoitoa

**K**un ensimmäinen lapsemme syntyi, napanuora oli kiertynyt hänen kaulansa ympärille. Vauvalle tehtiin trakeostomia, henkitorviavanne. Äänihuulet eivät olleet kehittyneet, eikä vauvalla ollut ääntä, vain ilmeet. Tyttärempä oli sairaalassa puoli vuotta, mutta hän

parantui. Jos olisimme olleet Irakissa, lapsi olisi kuollut. Nyt hän on ahkera ekaluokkainen. Puhumme aina mieheni kanssa siitä, kuinka hyvä terveydenhoitojärjestelmä Suomessa on.

Perheemme tuli Suomeen marraskuussa 1996. Lentokentällä näimme lunta ensimmäisen kerran. Meille oli kerrottu, että Suomessa on kylmä, mutta emme ymmärtäneet, että niin kylmä. Äitini oli ihan järkyttynyt. Olemme kiintiöpakolaisia. Isäni uhattiin tappaa Saddamin hallinnon aikana. Pakenimme Saudi-Arabiaan, jossa asuimme kuusi vuotta pakolaisleirillä. Irakista en muista kovin paljon, mutta Saudi-Arabiasta jotakin. Asuimme ensin teltassa, sitten meille rakennettiin jonkinlaiset talot. Oli kuuma ja kaikkialla oli paljon hiekkaa. Me lapset yritimme käydä koulua leirillä.

Suomessa menin alakoulun viidennelle luokalle. Peruskoulun jälkeen opiskelin lähihoitajaksi. Tätä ammattia suositeltiin, sillä työllisyystilanne on hyvä. Erikoistuin lapsiin ja

nuoriin. Tällä hetkellä en tosin tee lähihoitajan töitä, vaan olen arabian ja suomen kielen tulkki. Lähihoitajan opinnoista on hyötyä, sillä tulkkia tarvitaan usein lääkärissä, sairaalassa tai päiväkodin keskusteluissa. Minusta tuntuu, että työnsaanti on vaikeampaa huivia käyttävälle naiselle.

Toivoisin, että työnantajat eivät katsoisi vain ulkokuorta. Suomeen on viime vuosina tullut paljon lapsia ulkomailta ja olisi tärkeää, että päiväkodissa on myös töissä arabiaa puhuvia.

Suomalaisen ja irakilaisen kulttuurin kasvatustapa eroaa toisistaan. Irakissa vanhempien sana on laki, Suomessa keskustellaan ja jo pieniltä lapsilta kysytään mielipidettä. Irakilaisessa kulttuurissa koko perhe, mummot, papat, sedät, tädit ja serkut asuvat lähellä toisiaan. Apua ja tukea on aina saatavana. Kaikki kasvattavat lapsia. Suomessa perhe voi olla todella yksin ja tukiverkko kaukana.

Tunnen itseni sekä suomalaiseksi että irakilaiseksi. Irakilaisessa kulttuurissa arvostan perhekeskeisyyttä ja sosiaalisuutta. Suomessa taas sitä, että ihmisiä kohdellaan tasa-arvoisesti ja maassa on laki, jota ihmiset noudattavat ja jonka rikkomisesta on seuraamuksia.

Itsenäisyyspäivänä aiomme mennä lasten kanssa katsomaan ilotulitusta, olemme käyneet jo monena vuonna. Ja tietenkin illalla täytyy katsoa linnan juhlat! ■



VUODEN KESTÄNYT  
LAPIN SOTA PÄÄTTYY

1945

SUOMEN APUHOITAJA-  
YHDISTYS PERUSTETAAN

1947

YYA-SOPIMUS  
NEUVOSTOLIITON  
KANSSA

HELSINGIN  
OLYMPIALAISET

1952

VIIMEINEN  
SOTAKORVAUSTOIMITUS

YLEISLAKKO

1956

SUOMI HYVÄKSYTTIIN  
YK:N JÄSENEKSI

Anitta Ahonen:

# Parhaat hoitajat jäävät mieleen

Olen stand up -koomikko, joka vitsailee syövästä. Suomalaiset osaavat nauraa monenlaisille asioille ja se on hieno juttu. Pikkujouluaikana kukkivat tuhat jutut ja navanalushuumori. Jo lapset nauravat pissakakkahuumorille, eivätkä aikuiset siitä paljon poikkea, vaikka muuta väittävät. Omaan settiini yritän miettiä itselleni läheisiä aiheita. Ajattelen, että henkilökohtainen on poliittista.

Sairastuin kohdunrungsyöpään vuonna 2014. Sain diagnoosin kirjaimellisesti 50-vuotislahjaksi. Ensimmäisellä leikkauskerralla hoitohuoneessamme oli niin hauskaa, että yksi hoitaja lupasi tehdä töitä ilmaiseksi. Olin hoidossa tähtytyksessä tehdyn kystaleikkauksen vuoksi ja silloin olin vielä niin hyvässä kunnossa, että jaksoin naurattaa hoitajia. Hymy kyllä vähän hytyi, kun sain syöpädiagnoosin pari viikkoa ensimmäisestä leikkauksesta. Tuli toinen leikkaus, robottileikkaus vaihtuikin avoleikkaukseksi ja menin todella huonoon kuntoon. Makasin sairaalassa jo tammikuussa ja lähes koko helmikuun. Katselin talviolympialaiset samalla. Kesällä katsoin MM-jalkapalloa ja annoin syöpäsoluilleni saksalaisia nimiä pelin innoittamana. Jurgen, Gunther ja Hans eivät oikein jaksaneet pelata, koska olivat kaikki yli 50-vuotiaita melko huonokuntoisia oluen ystäviä.

Totta kai hoitajilla on työpaikkahuumoria, mutta ei se kahvihuoneesta kuuluva nauru aina yllä sairaalavuoteen viereen asti. Pitkän linjan hoitajat erottuvat joukosta. Persoonallisuus saa näkyä hoitotyössä. Parhaat hoitajat jäävät mieleen ja heitä muistaa lämmöllä. Epäonnistuneet neulalla tökkimiset, huonot hetket ja väärät sanat yrittää unohtaa.

Vitsailen keikoilla myös kehitysvammaisesta veljestäni ja vanhasta äidistäni. Koen olevani äitini ja veljeni etäomaishoitaja, joka pysyttelee heistä mahdollisimman etäällä. Käytännössä äitini, 94, ja veljeni, 66, selviävät arjestaan usein hoitamalla toinen toistaan. Minulla on usein huono omatunto, kun en ehdi enkä jaksais käydä heidän luonaan niin usein kuin pitäisi. Olikos se niin, että joka kolmas työssäkäyvä on Suomessa käytännössä jonkun omaishoitaja? Ja joka kolmas sairastuu syöpään. Mikä sattuma, että elämän lotossa voitin nämä molemmat!

Tänä vuonna olen itsenäisyyspäivän aattona töissä ja käyn viimeisessä 3-vuotissyöpäkontrollissa. Itsenäisyyspäivänä poltan sinivalkoista kynttilää, katson linnan juhlia, nostan maljan Suomelle ja itselleni, kiittolaisena suomalaisesta terveydenhuollosta, joka antoi minulle jatkoaikaa hoitamalla minut niin terveeksi kuin mahdollista. ►



E-PILLERIT  
TULEVAT  
MYNTIIN

1962

APUHOITAJAYHDISTYS  
PURETAAN, TILALLE  
APUHOITAJALIITTO

KANSANTERVEYSLAKI.  
TERVEYSKESKUS-  
JÄRJESTELMÄ SYNTYÄ

1972

PÄIVÄHOITO-  
LAKI TULEE  
VOIMAAN

1973

APUHOITAJALIITON NIMI  
MUUTETTIIN SUOMEN  
PERUSHOITAJALIITTO  
SUPERIKSI

1984



Raija Vainio-Pekka:

# Lastensuojeluilmoitus voi olla perheen pelastus

**M**inusta tuli sijaisäiti samana päivänä, kun valmistuin lähihoitajaksi. Päivällä olin valmistujaisjuhlassa pokkaamassa stipendin, sitten ajoimme lastenkotiin ja haimme ihan punatukkaisen 10-vuotiaan tytön kotiin.

Olimme nelikymppisiä mennessämme yhteen mieheni Markun kanssa. Olin kahden teini-ikäisen pojan yksinhuoltaja. Kun opiskelin lähihoitajaksi, ehdotin miehelleni, että osallistuimme Pride-kurssille, jossa valmennetaan tulevia sijaisvanhempia. Saisin kurssista muutama opintopisteen, eikä se velvoittaisi meitä mihinkään. Markku taisi todeta jo silloin, että tietää, kuinka tässä tulee käymään.

Nyt olemme SOS-lapsikylän vanhempia. Muutimme kolme vuotta sitten Porista Tampereelle. Olin töissä päiväkodissa, mutta koin että halusin luoda lapsiin syvällisemmän suhteen. Toimimme Porissa myös tukiperheenä. Omakotitalo alkoi tuntua isolta, kun lapset lensivät maailmalle. Oivalsimme, että jos vielä haluamme tehdä elämänmuutoksen, sen aika on nyt. Tampereen malli sopii meille. Täällä SOS-lapsikylän perheet asuvat tavallisella asuntoalueella. Tukea on saatavana, mutta emme erotu joukosta.

Meillä asuvat nyt 13-vuotiaat kaksostytöt ja 15-vuotias

poika. Kaksi sijaislapsistamme on muuttanut jo omilleen. Monet kauhistuvat kuullessaan, että olemme nuorten sijaisvanhempia, sillä useimmat toivovat pieniä lapsia. Me halusimme lapset, joiden vanhempia voisimme oikeastikin olla oman ikämme puolesta. Perheessämme on eletty teini-ikää 18 vuotta! Nuoruus on tärkeä elämänvaihe, jossa on omat haasteensa ja hienot hetkensä. Teinimme ovat aina olleet älykkäitä, fiksuja nuoria, jotka osaavat keskustella ja kyseenalaistaa.

Välillä kyllä huudetaan kitarisat suorina.

Suomessa ei yhtäkään lasta oteta huostaan ilman erittäin hyvää syytä. Toivon, että ihmiset ymmärtäisivät tämän. Lastensuojelusta on edelleen monilla sellainen käsitys, että lapset viedään vanhemmiltaan jotenkin satumanvaraisesti ja mielivaltaisesti. Asia on päinvastoin. Monet lapset joutuvat asumaan kohtuuttoman pitkään ihan kohtuuttomissa olosuhteissa. Suomalaisessa kulttuurissa elää aika vahvasti asenne, ettei puututa muiden asioihin. Lastensuojeluilmoituksen tekeminen voi olla perheen pelastus, sillä silloin he pääsevät tukitoimien piiriin.

Itsenäisyyspäivänä sytytämme kynttilät, istumme pöydän ääreen ja juttelemme itsenäisyydestä ja suomalaisuudesta. Haluan korostaa naisten roolia. Suomalaiset naiset ovat olleet rohkeita, pystyviä ja vahvoja myös silloin, kun maa on itsenäistynyt ja suomalaista kulttuuria on rakennettu. ■



LAKI KOTIHOIDON-  
TUESTA TULEE  
VOIMAAN

1985

NAINEN VIHITÄÄN  
ENSIMMÄISTÄ  
KERTAA PAPIKSI

1988

LÄHIHOITAJA-  
KOULUTUS ALKAA  
KOKEILUNA KOLMELLA  
PAIKKAKUNNALLA

1991

LAMA ON SYVIM-  
MILLÄÄN, TYÖT-  
TÖMIÄ YLI PUOLI  
MILJOONAA

1993

ENSIMMÄISET PERUS-  
HOITAJAT VALMISTUVAT

SUOMEN VÄKILUKU  
YLITTÄÄ 5 MILJOONAA

LIITON UUSI NIMI KÄYTTÖÖN  
SUOMEN LÄHI- JA PERUS-  
HOITAJALIITTO SUPER RY

Sylvi Pajunen:

# Ihmisten kanssa kannattaa tulla toimeen

**A**iti kuoli vuonna 1939. Mää olin 10-vuotias ja pikkuveljeni 4. Samana vuonna isälle tuli kutsu sotaan. Me muutettiin veljeni kanssa asumaan äitini siskon luo, hän oli minulle rakas ihminen. En muista sotavuosilta paljon muuta

kuin sen, että Pyynikin kentällä käytiin luistelemassa ja kun tuli ilmahälytys, niin silloin juostiin kovaa kyytiä kotiin.

Mää olen Pispalassa Haulitornin vieressä kasvanut. Tampereella olen asunut koko ikäni. Ensi vuonna tulee yhdeksänkymmentä vuotta täyteen. Mulla on vanhat lapsetkin, vanhempi tytär on 67 ja nuorempi 64. Nuorena likkana olin töissä Suomen Trikoolla, perustin perheen ja olin kotiäitinä ja myöhemmin liike-elämän palveluksessa kaupantähtinä Sopuasussa. Sitteen vanhin tytär sai pojan ja toi sen mulle hoitoon. Minä hoidin sitä koululaiseksi asti, kävin koulun juhlissa ja joka paikassa. Ammattikoulussa poika sitten viimein sanoi, että nyt sun ei enää tarte tulla. Muori mää niille olen, en mummu tai mummo.

Olen asunut Viola-kodissa seitsemän vuotta. Ensin mieheni kanssa vuoden, ja hänen pois nukuttuaan yksin. Viihdyn hyvin. Me pelataan täällä bingoa ja onnenpyörää, bocciaa ja kesällä mölkkyä, mutta sitä nyt ei tietenkään talvela voi harrastaa. Kuulun Violiinat-tuolitanssiryhmään. Meil-

lä on samanlaiset huivit ja raitapaidat, ja ollaan käyty esiintymässäkin välillä.

Sen mää haluan nuoremmille sanoa, että ihmisten kanssa kannattaa yrittää tulla toimeen ja toista auttaa aina, kun pystyy. Ystävät on tärkeitä. Meillä on täällä neljän hengen oma kottirinki.

Kauniiden ja rohkeiden jälkeen mennään vuoron perään jonkun luo ja pelataan Kippoa melkein joka ilta puoli kahdeksaan asti. Eilen illalla istuttiin tässä mun luona, tarjosin kahveetkin.

Nuorille olen koittanut sanoa, että olisi hyvä jos olisi jokin urheiluharrastus tai muu mielenkiinnon kohde, jotta ei päädy mihinkään jengeihin. Kadulta pois! Vaikka niin ne nuoret tuolla bussissakin vaan tuijottaa sitä puhelin-taan koko ajan. Minä kun lähdän Sokokselle, niin pistän oman puhelimeni usein kiinni, jotta se ei vaan vahingossakaan siellä soisi. Sitä en tainnut huomata äskön sanoa-

kaan, että minähän pelaan kanssa tabletilla pasianssia. Ajattele, mää vanha ämmä! Itte ittelteni ostin tabletin, mutta en mä sitä muuhun käytä kuin pelaamiseen, mää mitään verkkopankkeja rupee opetteleen.

Itsenäisyyspäivänä meillä on täällä perinteisesti juhlat. Mieskuoro tulee laulamaan ja joku pitää puheen. Siitä mää olen Suomelle kiitollinen, että olen saanut eläkkeen, jolla pärjää. Mun kohdallani kaikki asiat on hyvin, en mää voimistään valittaa. ■

TARJA HALONEN  
VALITAAN  
PRESIDENTIKSI

1995

SUOMI LIITTYY  
EUROOPAN UNIONIN  
JÄSENEKSI

2000

2002

EURO  
OTETAAN  
KÄYTTÖÖN

2007

MINNA CANTHISTA TULEE  
ENSIMMÄISEN LIPUTUS-  
PÄIVÄN SAANUT NAINEN

SUOMI  
TÄYTTÄÄ  
100 VUOTTA

2017

SUPER TÄYTTÄÄ  
70 VUOTTA.  
JÄSENIÄ ON  
90 000.

2018



Susanna Marttinen  
sai moduuliopiskelun  
kautta 15 viikon aikana  
syvällisen perehdytys-  
hengityshalvaus-  
potilaan hoitoon.

# MODUULIOPISKELU ON SYVENTÄVÄÄ TIIMITYÖTÄ

TEKSTI JA KUVA JUKKA JÄRVELÄ

Lähihoitaja Susanna Marttinen vietti 15 viikkoa opiskelijamoduulissa työssä-oppimassa. Ohjattu harjoittelu oli varsinaista syväoppimista ja toi voiton tunteita.

**K**un Susanna Marttinen kuuli, että hän oli yksi niistä viidestä, jotka hyväksyttiin pilotina toimivaan lähihoitajien opiskelijamoduuliin työssä-oppimisjaksolle, hän hihkaili luokassa kuuluvasti. Luvassa oli antoisa 15 viikon jakso hengityshalvauspotilaiden hoitokodissa Vantaalla.

Marttinen oli tutustunut harjoittelupaikkaan ja halusi sinne. Hieman vieraalta kuulostanut moduuliopiskelukaan ei häntä pelottanut.

Moduuliopiskelu ryhmässä oli lopulta nappi juttu.

– Se todella oli syventävää oppimista, mitä en muualla samalla tavalla ole kokenut. Sain miettiä hoitoasioita yhdessä toisten opiskelijoiden kanssa, mukana oli kirjallisia tehtäviä ja lopulta tuli voiton tunne siitä, kun pystyi yksin hoitamaan vaativaa potilasta.

## NOPEAA TIIMIOPPIMISTA

Moduuliopiskelijoilla oli hoidettava-

naan neljä hengityshalvauspotilasta. Aamuvuorossa oli kolme opiskelijaa, illassa kaksi. Henkilökunta antoi taustalta ohjeita hoitoon: aluksi enemmän, lopuksi paljon vähemmän.

– Alussa oli kolme opiskelijaa potilaan luona yhtä aikaa ja ohjaajat ohjasivat meitä aika tiheään. Hengityshalvauspotilaan hoito ei ole kovin yksinkertaista.

– Loppuaikoina pärjäsinkin aika pitkälle yksinkin. Joskus oli tunne, että meitä opiskelijoita on potilaan ympärillä



jo liikaa eli tuli melkein kilpailua siitä, kuka saa tehdä minkäkin toimenpiteen.

Yksi moduuliopiskelun parhaista puolista oli Marttisen mukaan tiimityö.

– Ajatuksena oli, että asioita sai kysyä myös opiskelijatoverilta. Toki ohjaaja oli taustalla vastuussa kaikesta ja seurasi tilanteita.

## TAVOITTEET JA PALAUTTEET

Moduuliopiskelu suunniteltiin tarkasti hengityshalvauspotilaiden ryhmäkodissa. Oppimiselle oli viikkotavoitteet. Kirjallisissa tehtävissä kukin muun muassa otti vuorollaan tietyn potilaan taustoista selvää ja kertoi tiedot muille opiskelijoille.

– Taustojen tietäminen auttoi ymmärtämään vaativaa hoitoa tarvitsevan potilaan sairaushistoriaa ja lisäsi tietoa lääkkeiden yksilöllisistä vaikutuksista.

Ohjaajien palaute olisi voinut Marttisen mukaan olla vielä tiiviimpää.

– Sitä olisi voinut tulla systemaattisemmin, vaikka kerran viikossa, että mitä parannettavaa kunkin opiskelijan toiminnassa on. Toisaalta tämä moduulihan oli pilotti, eli varmasti asiaa kehitetään.

## OPISKELIJAMODUULI

”Autenttinen hoitotyön toimintaympäristö, jossa ohjatussa harjoittelussa olevat opiskelijat osallistuvat aktiivisesti potilaan hoidon ja ohjauksen suunnitteluun, toteutukseen ja arviointiin vastavuoroisessa suhteessa potilaan kanssa ja osana moniammatillista tiimiä.”

TERVEYSTIETEIDEN TOHTORI  
ARJA SUIKKALA

## KOMMUNIKOINTIA

Marttisen moduulityöskentely poiki kesätyösuhteen ja perään vielä vakituiseen työpaikan. Nyt hän työskentelee kotitiimissä ja hoitaa yhtä hengityshalvauspotilasta tämän kotona neljän muun hoitaja kanssa.

Potilaan kotona työtä tehdään yksin, joten nostotkin on tehtävä yksin, apuvälineiden avulla. Potilas kykenee kuis-kauksiin, ja Marttinen kehittyy huulilta lukijana koko ajan. Joskus kommunikaatiossa on edettävä kirjain kirjaimelta. Silmillä käytettävä kommunikaatio-

rikin on käytössä.

– Välillä potilaani pyörittelee silmiään, kun en ymmärrä, ja tuumailee, että hohhojaa, eikö tämä asia etene. Samanlainen huumorintajumme auttaa näissä tilanteissa eteenpäin.

## HOITOKONTAKTI

Ennen lähihoitajuuttaan Susanna Marttinen työskenteli henkilöstöravintolassa kassatarjoilijana. Lapsuuden haave auttamisesta ja hoitamisesta sekä halu läheisempään ihmiskontaktiin työssä veivät viimein alan vaihtoon.

– Muistan kun pienenä katselin leikkaussalihojelmia ja haaveilin hoitajan urasta. Kannattaa haaveilla!

– Opiskelin ensimmäisen vuoden iltaopiskelijana. Otin opintovapaata, koska olen tottunut elämään pienellä rahalla. Sain rauhassa keskittyä pääasiaan eli opiskeluun.

Nyt Marttinen toteuttaa haavettaan palkkatyössä.

– Saan olla kontaktissa ja tutustua ihmiseen. Meillä on potilaan kanssa hauskaa yhdessä. ■



SUSANNA KERTO, MIKÄ  
MODUULIOPIKSELUSSA ON HYVÄÄ

# Vastuuta yhdessä ja itsenäisesti

Yleistyvätkö moduuliopiskelun kaltaiset oppimisympäristöt lähihoitajakoulutuksessa? Siitä ei vielä osaa kukaan sanoa, mutta ilmassa on tyytyväisyyttä.

HUS:n hengityshalvausyksikön opiskelijavastaavat Suvi Hurskainen ja Minna Vallenius vastuuohjasivat Vantaan moduulia. He sekä hengityshalvausyksikön opetushoitaja Soile Yli-Arvo pitävät moduuliopiskelua tutustumisen arvoisena menetelmänä etenkin nyt, kun lähihoitajakoulutus elää muutosten aikaa.

HUS:ssa moduuliopiskelu on tutumpaa sairaanhoitajien parissa. Lähihoitajien pilotti laajensi kokeiluja. Mallia HUS on hakenut Ruotsista, jossa toimii jopa kokonainen opiskelijavetoinen osasto.

## SUUNNITELMAT TOTEUTUIVAT

Lähihoitajien moduuliopiskelun aloittaminen vaati tarkkaa suunnittelua. Vantaalla oli ilmassa pientä jännitystä, miten viiden hengen opiskelijaryhmä onnistuisi tehtävässään.

– Meillä kävi tuuri. Variasta tulleet opiskelijat olivat hyviä ja ryhmäytyivät hyvin, vaikka he olivat eri-ikäisiä. He tukivat toinen toisiaan ja nauttivat saamastaan luottamuksesta.

Ohjaajat jännittivät ennalta, miten hoitotilanteisiin meno onnistuisi opiskelijat edellä -tyylillä. Sekin toimi hyvin, sillä

opiskelijat osoittautuivat itseohjautuviksi ja motivoituneiksi. Tästä jäi hyviä käytäntöjä pilotin jälkeiseenkin opiskelijaohjaamiseen: enää ohjaajat eivät automaattisesti tee asioita opiskelijoiden puolesta, eli nyt opiskelija haastetaan miettimään ratkaisuja ongelmiin eikä edetä helpoimman ja nopeimman opetusmenetelmän kautta.

Oppimismuoto on myös potilaslähtöistä. Usein opiskelijat saivat hoidettavilta ohjeita, miten tilanteessa tulisi edetä. Potilaat nauttivat siitä, kun saivat monta auttavaa hoitokäsiä ympärilleen.

## HYÖTYJÄ MONEEN SUUNTAAN

Moduuliopiskelusta näytti valmistuvan entistä valmiimpia lähihoitajia työkentälle. Nyt pohditaan sitä, sopsisiko moduuliopiskelu kaikille, myös muita enemmän ohjaamista ja harjoittelua tarvitseville opiskelijoille.

Työpaikat hyötyvät moduulista myös sen päättymisen jälkeen. Vantaan pilotissa kesätyöntekijät ja yksi vakituinenkin työntekijä löytyivät moduuliopiskelijoiden joukosta.

Oppilaitoksille moduuliopiskelun kaltaiset harjoittelupaikat sopivat, koska yhteen harjoittelupaikkaan voi lähettää useita opiskelijoita. ■

## Kertoo, miten kääntää

Soja Hakala täyttää 14. joulukuuta 93 vuotta. Hänen kotiky-  
länsä Suojärven Hautavaara jäi Neuvostoliiton hyökkäyksen  
jalkoihin heti talvisodan ensimmäisenä päivänä ja asukkaat  
jäivät sotavangeiksi. Suomen puolelle he pääsivät palaamaan  
vasta maaliskuussa 1940 solmitun rauhan jälkeen.

Soja ilmoittautui mukaan sotaponnisteluihin keväällä 1942.  
Alkuun hän niitti tienvieriltä pusikoita, mutta tentittyään tar-  
vittavan oppikirjan asemapäällikölle hän pääsi asemamieheksi  
Suojärven Hautavaaraan. 17-vuotiaalla oli suuri vastuu.

### Mitä asemamies teki?

– Käänsin vaihteita valmiiksi tai ohjasin junia sivuraiteel-  
le. Käskyt sain puhelimella tehdyllä morsetuksella. Asemana  
oli junanvaunu, jota talvipakkasella lämmitin hiilellä, ja pak-  
kaset olivat kamalat. Työvuoro kesti aina vuorokauden, sit-  
ten oli lepo.

### Pelottiko yksinäisyys?

– Ei, mutta eräänä aamuna huomasin, että desantit oli-  
vat vieneet minun resiinani. Silloin ajattelin, että Taivahan  
Isä, onneksi eivät minulle tehneet mitään. Mitä tahansa oli-  
si voinut sattua.

### Milloin tehtävä loppui?

– Perääntymisvaiheessa, kun nousin junaan. Muistan,  
kun meidän piti juosta metsään, kun juna pommitet-  
tiin.

### Onko täällä Kaunialassa hyvä olla potilaana?

– Kyllä on. Olen oikein tyytyväinen.

### Millainen on hyvä hoitaja?

– Sanoo, miten minut kääntää, ettei tu-  
le ja yks kaks vain käännä. Keskustelee,  
jos minulla on tarvetta. Minusta on hyvä,  
kun tulee nuoria hoitajiksi ja mieshoi-  
tajat ovat kanssa hyviä. ■

TEKSTI JA KUVA  
MARJO SAJANTOLA



## Pienhiukkaset lyhentävät elinikää

Hengitysilman pienhiukkasten eli ilmansaasteiden vaarallisuudesta on taas saatu lisätietoa.



Vuosikausia jatkuva altistuminen hengitysilman pienhiukkasille voi tuoreen tutkimuksen mukaan suurentaa iäkkäiden riskiä menehtyä hengityselinten sairauksiin sekä sydän- ja verisuonitauteihin.

Nykytiedon valossa hengitysilman pienhiukkaset voivat lyhentää iäkkäiden elinikää, vaikka pitoisuudet olisivat raja-arvojen puitteissa.

Suomeen merkittävä osa pienhiukkasista kuluu ulkomailta, mutta paikallisesti autoliikenne ja puun pienpoltto voivat olla merkittäviä pienhiukkasten lähteitä. ■

## Äitiyspakkaus on jo 80-vuotias

Äitiyspakkaus on ilahduttanut suomalaisia perheitä jo 80 vuoden ajan.

Laki äitiysavustuksesta tuli voimaan vuonna 1937, ja seuraavana vuonna jaettiin ensimmäiset pakkaukset. Vuodesta 1949 lähtien etuuden ovat saaneet kaikki äidit perheen tulotasoon katsomatta.

Kela jakaa vuosittain noin 40 000 pakkausta. Ensisynnyttäjistä lähes kaikki valitsevat äitiyspakkauksen, ja kaikista äideistä vain kolmasosa ottaa äitiysavustuksen rahana.

Skotlanti on Suomen jälkeen ensimmäinen



maa, jossa äitiyspakkaus otettiin käyttöön yleisesti ja yhtäläisesti viime kesänä. ■



LISÄTIETOA PAKKAUKSESTA



## Alkoholi tappaa yhä

Alkoholi aiheuttaa yhä merkittävän osan ennenaikaisista kuolemista Suomessa, vaikka ennenaikainen kuolleisuus alkoholin takia onkin vähentynyt.

Suomessa alkoholin takia menetettyjen elinvuosien määrä on selvästi suurempi kuin Ruot-

sisssa ja Saksassa. Miehillä ero Ruotsiin on yli seitsenkertainen ja naisilla yli viisinkertainen. Saksaan verrattuna ero on miehillä yli kaksinkertainen ja naisilla kaksinkertainen.

Tiedot selviävät tutkimuksesta, joka kattaa kahdeksan pohjoisen ulottuvuuden jäsenmaata. Tutkimukseen osallistuivat Suomen lisäksi Latvia, Liettua, Puola, Ruotsi, Saksa, Viro sekä Valko-Venäjä tarkkailijajäsenenä. ■



JOOPA JOO...

”Kiitos kaikille palkan-saajille, että ollaan oltu mukana parantamassa kilpailukykyä näillä toimilla.”

KIKY-SOPIMUSTA KOMMENTOINUT  
ELINKEINOELÄMÄN KESKUS-  
LIITON PUHEENJOHTAJA  
VELI-MATTI MATTILA.

YLE TV1 YKKÖSAAMU 18.11.2017

## Vertailu

JOULUKUU

Vuonna 2016 noin

**45** prosenttia

1-2-vuotiaista suomalaislapsista oli päivä-

hoidossa. Muissa

Pohjoismaissa osuus

oli **70-88**

prosenttia.

THL







Erja Lehtimäki on tuonut luontonäkökulmaa kuntoutustyöhön Lapinjärven hoitokodissa. Jatta Lehtinen viettää mielellään aikaa ulkona ja nautti kesällä kasvihuoneen antimista.

# Kasvihuone ja perhosbaari vievät ikävät ajatukset pois

TEKSTI JA KUVA SONJA KÄHKÖNEN

Lapinjärven Hoitokodissa hyödynnetään luonnon hyvinvointivaikutuksia asukkaiden kuntoutuksessa. Mieli kevenee, kun kädet upottaa multa tai istahtaa hetkeksi kasvihuoneeseen.

Lapinjärven Hoitokoti, yksi Kulta-Ajankotien yksiköistä, sijaitsee maaseudulla keskellä peltomaisemaa. Täällä ympäristö tarjoaa erinomaiset puitteet, joista ammentaa luonnon hyvinvointivaikutuksia. Niistä on innostunut myös hoitokodissa työskentelevä superilainen lähihoitaja ja terveydenhoitaja Erja Lehtimäki. Hän perehtyi aiheeseen suorittaessaan monialaisen toimintakyvyn edistämisen ylempää ammattikorkeakoulututkintoa.

– Teimme opiskelukaverini kanssa opinnäytetyön aiheesta *Puutarhatoimintaa palvelumuotoilun keinoin*, jonka perustana oli Green Care. Kulta-Ajankodeissa on toteutettu jo vuosia vihreän ajattelun mallia, ja tänä vuonna liityimme Green Care Finlandin jäseneksi. Tavoitteena on edistää asukkaiden ja henkilökunnan hyvinvointia sekä parantaa elämänlaatua luontoon liittyvän toiminnan avulla.

Lapinjärven Hoitokoti tarjoaa lyhyt- ja pitkäaikaishoitoa päihde- ja mielenterveyskuntoutujille, vammaisille, muistisairaille sekä vanhuksille aina

elämän viime metreille saakka. Asukkaiden ikähaarukka on parikymppisestä 97-vuotiaaseen.

Hoitokodissa asuvat myös kissat Miisu ja Mauno, ja kahdeksan vuoden ajan joukkoa viihdytti erään asukkaan koira.

– Tänä vuonna rakensimme häkin kanoille, joita saamme lemmikiksi ensi kesänä. Lisäksi tänne on toivottu lampaita ja pessiä, Lehtimäki kertoo.

Erja toteaa, että luonto tarjoaa paljon virikkeitä, jotka ehkäisevät asukkaiden passivoitumista. Heille tulee silminnähden hyvä olo, kun he saavat myllätä taimien ja mullan kanssa. Kesäisin asukkaat osallistuvat mielellään nurmikon leikkaamiseen ja kukkien kasteluun. Puuhastelu vie pois mieltä painavat ajatukset.

– Eräs halvaantunut naisasukas löysi lehdestä vinkin perhosbaarista. Niinpä hänen rivitaloasuntonsa eteen sijoitettiin tuoksuvia kukkia ja aidalle puunkappale, johon siveltiin hyönteisiä houkuttelevia tuoksujia. Asukas seurasi perhosia ja muita hyönteisiä mielenkiinnolla.

Erjalla on myös toinen esimerkki

luonnon myönteisestä vaikutuksesta.

– Yksi miesasukkaista oli hyvin äkkipikainen ja rauhaton tänne tullessaan. Hän otti tavakseen mennä aamuisin rollaattorin kanssa kasvihuoneeseen. Siellä hän istui pitkään, katseli kasveja ja söi mansikoita sekä tomaatteja. Tämä auttoi häntä rauhoittumaan.

Lehtimäen mukaan on yleistä, että asukkaat tulevat hoitokotiin ahdistuneina ja haluaisivat lähteä pois. Sopeutuminen on kuitenkin nopeaa, kun he tutustuvat muihin ja huomaavat, että heidän mielipiteitään kuunnellaan päätöksiä tehtäessä. Osallistava toiminta vähentää eristäytymistä.

– Esimerkiksi Green Care -toiminnan puitteissa järjestimme asukkaille työpajoja, joissa he pääsivät suunnittelemaan pihaympäristöä. Asukkailla on mahdollisuus vaikuttaa myös siihen, mitä täällä syödään tai millaista harrastustoimintaa järjestämme. Kiky-tunnit suuntasimme asukkaiden kanssa harrastamiseen. ■

 KATSO LAPINJÄRVEN HOITOKODIN PIHAKIERROS



KERROIMME TÄSSÄ SARJASSA KAHDEN VUODEN AJAN NIKSEISTÄ, JOTKA AUTTOIVAT ARJEN TYÖSSÄ.  
SARJA PÄÄTTYY TÄHÄN.

# HYVÄT EVÄÄT UUDISTUKSIIN TYÖMARKKINAPÄIVILTÄ

TEKSTI JA KUVAT HENRIKKA HAKKALA

Useat samanaikaiset uudistukset työllistävät superilaisia edunvalvojia kaikkialla Suomessa. Onnistuminen edellyttää paikallisen näkökulman laventamista koko maakuntaan ja entistä tiiviimpää yhteydenpitoa.

SuPerin työmarkkinapäivät kokosivat marraskuun alussa Helsinkiin 338 superilaista paikallista luottamusmiestä, pääluottamusmiestä ja ammattiosaston puheenjohtajaa.

Kahden koulutuspäivän aikana päivitettiin tiedot sopimusedunvalvonnan ajankohtaisista asioista sekä tulevaan vuodenvaihteeseen ajoittuvan liittokierroksen neuvottelutavoitteista kunta- ja yksityissektorilla.

Ohjelmassa oli lisäksi laaja kir-

jo asiantuntijaluentoja. Ne tarjosivat pohdittavaksi erilaisia näkökulmia sopimusjärjestelmästä ja sen uudistamisesta, neuvottelukierroksesta ja muutuvasta toimintaympäristöstä.

## TYÖNANTAJAN NÄKÖKULMA ON HYVÄ TIEDOSTAA

Yleiskatsauksen sopimus- ja neuvottelujärjestelmän uudistukseen loi KT Kuntatyönantajien työmarkkinajoh-

taja Markku Jalonen. Hän totesi, että kuten työntekijäpuolikin, työnantajat asettavat parhaillaan tavoitteitaan neuvottelukierrokselle. KT tavoittelee Jalosen mukaan pidempää kuin yhden vuoden sopimusta.

Jalonen käsitteli puheenvuorossaan myös tekeillä olevaa neuvottelujärjestelmän uudistusta. Niin KT:lle kuin Kolehille ja SuPerille keskeiset tällä hetkellä neuvoteltavat asiat liittyvät siihen, mihin aloihin sopimuskenttä jae-

## Tietoa ja työkaluja

SuPer-lehti kysyi työmarkkinapäivien osallistujilta, mikä päivien ohjelmassa oli erityisen tärkeää ja löytyikö vakavan asian lomasta myös aikaa verkostoitua muiden SuPer-aktiivien kanssa.

**Leena Paakkunainen** on Savonlinnan seudun ammattiosaston puheenjohtaja, tuleva paikallinen sote-neuvottelija ja SuPerin edustajiston jäsen.

- Olen saanut täältä paljon

työkaluja just siihen, että osaan huomioida työryhmissä erilaisia asioita ja erityisesti niitä, jotka koskevat superilaisia. Meidän alueellamme on nyt sellaista odottelua. Odotamme lähtökäskyä siihen lopulliseen työhön, joten tässä pystyy vielä vaikuttamaan ja viemään viestiä.

- Ilman muuta verkostoituminen on tärkeä osa tätä tapahumaa. Esimerkiksi eilen illalla huomasin sen, että kun istahdin vain johonkin pöytään, niin siitä se juttu lähti. Se on itses- tä kiinni, ja itse haluan paljon verkostoitua.

**Tiina Haataja** on tuore Kuusamon ammattiosaston puheenjohtaja ja varapääluottamusmies.

- Tämä sote meitä koko ajan mietityttää. Varovaisella mie-







Keskustelupaneelissa alueellisista tilanteista kertoivat liittohallituksen jäsen ja Päijät-Hämeen hyvinvointikuntayhtymän pääluottamusmies Marjut Hakala, Hämeenlinnan kaupungin pääluottamusmies Helena Pimper, Porin Perusturvan yta-alueen pääluottamusmies Marie-Anne Saari, liittohallituksen jäsen ja HUSin pääluottamusmies Satu Kervinen, Eksoten pääluottamusmies Taina Niemenmaa sekä Siun soten pääluottamusmies Mirva Kuronen.

taan ja keillä on neuvottelu-oikeus kullakin alalla.

Jalosen mukaan on kuitenkin syytä huomata, että juuri tällä hetkellä kehitetään vielä väliaikaisratkaisua, jonka kanssa voidaan toimia ennen kuin tuleviin maakuntiin saadaan työ- ja virkaehtosopimusjärjestelmä.

– Tärkeää on kyetä sopimaan ja luomaan asioista yhteisiä pelisääntöjä ja suosituksia.

Sosiaali- ja terveysalan palveluja

tuottavia yrityksiä ja järjestöjä edustavan Hyvinvointialan liiton työmarkkinajohtaja Tuomas Mänttari kommentoi omassa puheenvuorossaan sitä, että työvoiman määrä Suomessa vähenee ja palveluntarve nimenomaan sosiaali- ja terveyssektorilla kasvaa. Hän peräänkuuluttikin lisää koulutuspaikkoja kaikille tasoille.

– Opetushallinto on tässä ylioptimistinen, kun se toivoo, että ehkä tällä kuitenkin pärjätään. Tässä meillä on

yhteinen edunvalvonnan paikka. Tarvitsemme tälle alalle lisää motivoituneita nuoria taikka ammatinvaihtajia.

Sote-uudistukseen liittyvää valinnanvapautta Mänttari kommentoi toteamalla, että sen pitäisi kilpailumekanismien kautta johtaa hyvälaatuisiin palveluihin.

– Meidän arviomme mukaan kilpailuneutraaliteetti on se keino, millä varmistetaan, että tämä hyvä tavoite toteutuu. ►



lellä itse olen, mutta täytyyhän siitä jotakin tulla. Pitkien välimatkojen takia me olemme saaneet pitää oman terveyskeskuksemme ja erikoissairaanhoidon palveluita ostetaan Coronarialta. Että sillä tavalla näen tilanteen valoisana.

Vanhuspuolella meillä on kyllä tullut paljon yksityisiä. Olen itse ollut kotihoidossa 30 vuotta, enkä uskalla sanoa, kuka on minun palkanmaksajani viiden vuoden päästä.

– Muihin aktiiveihin tutustuminen on minusta todella tärkeää. Sen takia en koskaan pyydä tiettyä huonekaveria

tällaisissa koulutuksissa. Se on ihan sama, kenen kanssa nukun, mutta siinä on se verkostoitumismahdollisuus myös.

**Hannu Jaakola** on Oulun seudun yksityisten ammattiosaston puheenjohtaja.

– Olen tosiaan yksityisessä ammatiosastossa, joten nuo Pia Zaerensin yksityisen puolen tavoitteet olivat tärkeitä. Paljonhan tällä on tuota KVTESSiä ja kuntapuolta. Tietysti saman tuskan molemmilla puolilla te-





Edunvalvontayksikön lakimies Pasi Havio vastasi TES-klinikalla Virpi Lannettan ja Maarit Kivimäen kysymyksiin työehtosopimuksen tulkinnasta.

## KATSE MAAKUNNAN TASOLLE

Paikallisen edunvalvonnan luonne on muuttumassa sote- ja maakuntauudistuksen myötä. SuPerin edunvalvontayksikön johtaja Anne Sainila-Vaarno korosti, että jatkossa alueellisen edunvalvonnan tulee laajeta maakuntatasolle. Se edellyttää verkostojen luomista, yhteisiä tapaamisia, tiedon jakamista ja tiivistä yhdessä tekemistä.

– Meidän täytyy yhdistää voimamme kunta- ja yksityissektorilla niin, että kaikki puhuvat superilaisista, jotka ovat oman maakunnan alueella, ei vain omassa kunnassa, kylässä tai kaupungissa. Maakuntien työryhmissä toimivien neuvottelijoiden pitää muistaa aina myös ottaa huomioon yksityinen puoli. On luotava selkeitä verkostot, että jokainen superilai-

nen on mukana ja ääni tulee kuulluksi.

Sainila-Vaarnon vetämässä keskustelupaneelissa nousi esiin, että maakunnat etenevät uudistuksissa varsin eri tahtiesi. Rakenteilla on myös maakunnan laajuisia kuntayhtymiä. Monen suuren kokonaisuuden samanaikainen valmistelu vie voimaa ja resursseja. Sote-integraatio on jo totta esimerkiksi Pohjois- ja Etelä-Karjalassa ja hyvässä vauhdissa Satakunnassa, mutta maakuntauudistustyö on monin paikoin vielä lähtötelineissä. Poikkeuksiakin silti löytyy.

– Meillä näitä maakuntatyöryhmiä ja kokoontumisia on ollut jo puolitoista vuotta. Ihmettelenkin oikein, että hämäläiset ovat olleet niin nopeita. Nyt on tosin menossa suvantovaihe. Jos jostakin täytyy antaa kiitosta, niin tämä on ollut hyvin läpinäkyvää valmistelua. Meillä on

Oma Häme -sivut, joilta kansalainen näkee kaiken, mitä on käsitelty, kertoi Helena Pimper Kanta-Hämeestä.

Puheenvuoroissa nousi esiin myös huoli yritysten innosta saada voimakas ote hoivamarkkinoista. Anne Sainila-Vaarno totesi, että valtava 5,8 miljardin valinnanvapausmarkkina on saanut yritykset vauhdikkaasti liikkeelle.

– Viesti, jota pitäisi joka paikassa viedä eteenpäin on, että esimerkiksi ulkoistamisia ei nyt kunnissa tehtäisi. Vaikka emme ole päätöksentekijöitä, voimme alueilla lobata voimakkaasti sitä, että julkinen palvelutuotanto pitää pystyä pitämään pystyssä. Sen pitää olla edelleen se ykkönen. ■

kee tämä sote ja yksityistämiset. Meidän alueellamme on ollut työuupumus aika iso asia. Se liittyy siihen, miten työehtosopimuksia noudatetaan. Mänttärhän siitä puhui. Se osuus oli mielenkiintoinen, vaikka hän tietysti puhui työnantajan näkökulmasta.

– Olen vasta toukokuusta ollut puheenjohtajana ja olen nähnyt näissä koulutuksissa paljon samoja ihmisiä. Juuri juttelin parin raahelaisen kanssa ja olen nähnyt posiolaisia. Uusiakin tuttavuuksia on tullut.

**Mona Krekilä** on Raahen seudun hyvinvointikuntayhtymän superilainen pääluottamusmies.

– Erityisen tärkeää minulle on valinnanvapauslain tulinta ja juuri se, mitä siitä on tulossa ja mitä se aivan oikeasti tarkoittaa. Vielä se ei ole meillä aiheuttanut huolta,



meillä on ollut enemmän yksityistämisiä.

– Jussi Salon esitys oli hyvä. Siinä tuli selkokielellä lain pykälä, ja hyvin esimerkkien kautta, että ne oikeasti myös ymmärtää.

– Jonkin verran olen ehtinyt myös verkostoitua. Tuttujakin olen nähnyt ja vaihtanut kuulumisia, mutta olen tutustunut myös uusiin ihmisiin. Meillä on siellä omalla alueella myös omia aktiivien tapaamisia, mutta ei luottamusmiesten omia vielä. Sekin varmaan piakkoin on ajankohtaista. ■

# TaskuTurva – Turva aina mukanasasi

**UUSI**  
TaskuTurva-  
sovellus nyt  
ladattavissa!



Kotona, matkalla, tien päällä... Vakuutusturva kulkee kätevästi aina mukanasasi, kun lataat uuden TaskuTurva-sovelluksen. Sen kautta voit asioida kanssamme vaivattomasti missä ja milloin vain. Elä täysillä, Turva turvaa.

Lataa ilmainen TaskuTurva-sovellus Google Play Kaupasta tai App Storesta. Lue lisää osoitteesta [turva.fi/taskuturva](http://turva.fi/taskuturva)



# Liikkeen luovutus ja sen vaikutus työsuhteen ehtoihin

**Mikä on liikkeen luovutus?** Liikkeen luovutusta koskevan lainsäädännön tarkoituksena on suojata työntekijän asemaa yritystoiminnan muutostilanteissa.

Liikkeen luovutuksesta on säännökset työsuhteisia koskien työsopimuslaisa, TSL 1. luku 10. pykälä, ja virkasopimussuhteisia koskien laissa kunnallisesta viranhaltijasta, 25. pykälä. Työehtosopimuslaisa säädetään työehtosopimuksen sitovuudesta liikkeen luovutuksen jälkeen, Tehtol 5. pykälä. Myös EU:n liikkeen luovutusta koskevat oikeuslähteet ovat olennaisessa osassa.

Työsopimuslain liikkeen luovuttamisella tarkoitetaan yrityksen, liikkeen tai säätiön tai niiden toiminnallisen osan luovuttamista toiselle työnantajalle esimerkiksi yrityskaupalla. Lisäksi edellytetään, että luovutettava liike tai sen osa säilyy luovutuksen jälkeen samana tai samankaltaisena.

Kunnan viranhaltijoita koskevan kunnallisen viranhaltijalain mukaan liikkeen luovutuksella tarkoitetaan kunnan tai kuntayhtymän toiminnallisen osan luovuttamista toiselle työnantajalle, jos luovutettava osa pysyy luovutuksen jälkeen samana tai samankaltaisena.

Lopulta se, onko kysymyksessä liikkeen luovutus vai ei, ratkaistaan aina tapauskohtaisella kokonaisharkinnalla. Eri arviointikriteereille annettavan painoarvon on katsottu vaihtelevan sen mukaan, millaisesta toiminnasta on kyse.

Keskeistä liikkeen luovutuksessa on, että työnantajan oikeudet ja velvollisuudet siirtyvät kokonaisuudessaan luovutuksen saajalle eli uudelle työnantajalle. Työntekijät siirtyvät niin sanottuina vanhoina työntekijöinä uuden työnantajan palvelukseen, jolloin työsuhteen

ehdot pysyvät entisellään.

Merkittävimpiä liikkeen luovutuksen tunnusmerkkejä ovat työnantajan vaihtuminen, osapuolten välinen oikeudellinen yhteys ja toiminnallisen kokonaisuuden säilyminen. Henkilöstövaltaisella hoitoalalla toiminnan luonne ja uuden toiminnan samankaltaisuus voivat säilyä tilanteissa, joissa esimerkiksi hoivakodin toimintaa jatketaan toimivana kokonaisuutena entisenkaltaisena ja uusi työnantaja ottaa palvelukseensa olennaisen osan henkilökunnasta. Kokonaisarvioon vaikuttaa myös hoidettavien potilaiden ja asiakkaiden siirtyminen, toiminnan jatkuminen keskeytyksettä sekä työtilojen ja työvälineiden säilyminen entisellään.

Keskeistä on tilanteen kokonaisarviointi. Kaikkia liikkeen luovutuksen tunnusmerkkejä tulee arvioida osana kokonaisuutta eikä irrallisina tekijöinä. Osapuolet eivät voi sopia, että kyseessä ei ole liikkeen luovutus.

**Henkilöstön asema liikkeen luovutuksessa.** Työsuhteet ja työnanta-



jan oikeudet ja velvollisuudet siirtyvät liikkeen luovutuspäivänä luovutuksen saajalle. Tällöin työnantaja vaihtuu ja uudeksi työnantajaksi tulee luovutuksensaaja. Työntekijät siirtyvät uudelle työnantajalle niin sanottuina vanhoina työntekijöinä siten, että työsuhteen ehdot säilyvät ennallaan eikä työsuhde katkea.

Myös sellaiset työsuhteet, joissa palkanmaksu tai työnteko on keskeytynyt muun muassa lomautuksen ja perhetai opintovapaan vuoksi, siirtyvät liikkeen luovutuksessa. Luovuttaja ei saa irtisanoa työntekijöitä pelkästään luovutuksen perusteella.

Työntekijällä ei ole oikeutta vastustaa siirtymistä ja jäädä luovuttajan palvelukseen. Jos työntekijä ei halua siirtyä luovutuksensaajan palvelukseen, hän voi irtisanoa työsuhteen normaalia lyhyemmällä irtisanomisajalla tai määräaikaisen työsuhteen sen kestosta riippumatta.

**Siirtyvien työntekijöiden työsuhteen ehdot.** Työsuhteen ehdot määräytyvät sekä työsuhteen ehdot määrittävien työehtosopimuksen perusteella. Työsuhteen ehdot kirjattuja olennaisia ehtoja ei ole oikeutta muuttaa liikkeen luovutuksen johdosta. Työehtosopimuksen perustuvat ehdot, kuten tietyt paremmat etuudet, saattavat kuitenkin joissakin tapauksissa muuttua sen jälkeen, kun työehtosopimuksen voimassaolo päättyy. Tämä riippuu siitä mitä työehtosopimusta luovutuksensaajan eli uuden työnantajan tulee soveltaa.

Uusi työnantaja vastaa työntekijöiden palkkasaatavien maksamisesta luovutushetkestä alkaen. Luovuttaja ja luovutuksensaaja vastaavat ennen luovu-

tusta eräänntyneestä palkkasaatavasta yhteisvastuullisesti, elleivät ole muuta sopineet.

Toisinaan uudella työnantajalla on tarve yhtenäistää siirtyneiden työntekijöiden työsuhteen ehtoja vastaamaan yrityksessä sovellettavaa tasoa. Perusteena ehtojen yhtenäistämislle voivat olla yrityksen omat käytännöt – esimerkiksi lomamökkietu ja joululahjat eivät siirry uuden työnantajan vastuulle.

Uusi työnantaja saattaa tarjota henkilöstölle kertakorvausta parempien etujen sijaan. Tällöin henkilöstön edustajan on syytä pohtia työntekijöiden kanssa millä ehdoilla työnantajan ehdotukseen kannattaa suostua. Työnantaja ei voi muuttaa ehtoja yksipuolisesti.

Muutokset työsuhteen ehtoihin on mahdollista tehdä vain työntekijän suostumuksella tai jos työnantajalla on irtisanomisperuste. Tällöin työnantajalla on oltava työsopimuslain mukainen taloudellisesti tuotannollinen peruste sekä asiallinen ja painava syy. Mikäli työsuhteen ehtoja muutetaan, on noudatettava myös irtisanomisaikaa. Mahdolliset uudet työsuhteet kannattaa tarkistaa luottamusmiehen kanssa, jotta ehtoihin ei tehdä heikennyksiä.

Uusi työnantaja on sidottu siihen työehtosopimukseen, johon entinen työnantaja on ollut sidottu. Pääsääntö on, että luovutuksensaaja on velvollinen noudattamaan entistä työnantajaa sitonutta työehtosopimusta siihen saakka, kunnes työehtosopimuksen voimassaolo päättyy. Uusi työnantaja saattaa esittää allekirjoitettavaksi uusia työsuhteita, joihin on sisällytetty työehtosopimuksen välitön vaihtuminen. Tähän ei tarvitse suostua eikä uusien työsuhteiden allekirjoittamista suositella. Asia kannattaa tarkistaa liitosta.

**Irtisanominen.** Työnantaja ei voi irtisanoa työntekijän työsuhdetta liikkeen

luovutuksen perusteella.

Työnantajan katsotaan olevan vastuussa työsuhteen päättymisestä, jos työntekijä irtisanoa itse työsuhteen sen vuoksi, että työsuhteen ehdot ovat heikentyneet olennaisesti. Tällä seikalla on vaikutus esimerkiksi työtömyysturvaan, koska työsuhteen katsotaan päättyneen työnantajasta johtuvasta syystä.

Työntekijä voi irtisanoa työsuhteen ilman irtisanomisaikaa siten, että työsuhte päättyy luovutuspäivänä tai viimeistään kuukauden kuluttua siitä, kun työntekijä on saanut tiedon luovutuksesta. Ennen irtisanoutumista työntekijän kannattaa varmistaa asia liitosta.

**Yhteistoimintamenettely liikkeen luovutuksessa.** Sekä liikkeen luovuttajalla että luovutuksensaajalla on lain mukaan velvollisuus tiedottaa henkilöstölle liikkeen luovutuksesta. Luovuttajan ja luovutuksensaajan on selvitettävä niiden henkilöstöryhmien edustajille, joita luovutus koskee: luovutuksen ajankohta tai suunniteltu ajankohta, luovutuksen syyt, työntekijöille aiheutuvat seuraukset sekä suunnitellut, työntekijöitä koskevat toimenpiteet. Luovuttajan tulee antaa tiedot henkilöstöryhmien edustajille hyvissä ajoin ennen luovutuksen toteutumista. Luovutuksensaajan on annettava tiedot viimeistään viikon kuluttua luovutuksen toteutumisesta.

Luottamusmiehen tehtävänä on selvittää heti aluksi, onko kyseessä liikkeen luovutus. Tämän jälkeen selvittää mitkä työsuhteen ehdoille tapahtuu. Niissä tilanteissa, joissa esimerkiksi kunnan säästötoimenpiteistä johtuen palvelutoimintoja organisoidaan uudelleen ulkoistamalla, tulee luottamusmiehen kiinnittää jo varhaisessa vaiheessa huomiota henkilöstön asemaan ja perehtyä tarkasti asiaan liittyviin suunnit-

telmiin ja asiakirjoihin.

Luottamusmiehen kannattaa olla yhteydessä liittoon, mikäli tiedossa on henkilöstön asemaan vaikuttavia seikkoja. ■

KAROLIINA HUUSKONEN  
LAKIMIES



## TYÖNANTAJAN SUUSTA

”Palkkasi selvittäminen  
ei kiinnosta  
pätäkääkään.”

### 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](mailto:edu@superliitto.fi).  
Henkilökohtaiset sähköpostit muotoa  
[etunimi.sukunimi@superliitto.fi](mailto:etunimi.sukunimi@superliitto.fi)

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

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

# SUPERRISTIKKO

Tuuli Rauvola

|                                 |   |  |  |   |  |  |  |                                                      |  |  |  |
|---------------------------------|---|--|--|---|--|--|--|------------------------------------------------------|--|--|--|
| <b>KÄRSII</b> <b>MUSI-KAALI</b> |   |  |  |   |  |  |  | <b>KYLÄ KURIKASSA</b> <b>HAN-KITTU</b> <b>-JUHLA</b> |  |  |  |
| <b>SAN-KARI</b>                 |   |  |  |   |  |  |  |                                                      |  |  |  |
|                                 |   |  |  |   |  |  |  |                                                      |  |  |  |
|                                 |   |  |  | 1 |  |  |  |                                                      |  |  |  |
| <b>LÄS-KIÄ</b>                  |   |  |  |   |  |  |  |                                                      |  |  |  |
|                                 |   |  |  |   |  |  |  |                                                      |  |  |  |
|                                 | 2 |  |  |   |  |  |  |                                                      |  |  |  |
| <b>ILOI-NEN</b>                 |   |  |  |   |  |  |  |                                                      |  |  |  |
|                                 |   |  |  |   |  |  |  |                                                      |  |  |  |
|                                 |   |  |  |   |  |  |  |                                                      |  |  |  |
|                                 |   |  |  |   |  |  |  |                                                      |  |  |  |
| <b>KEMISSÄ</b>                  |   |  |  |   |  |  |  |                                                      |  |  |  |
| <b>POSI-TIIVI-NEN</b>           |   |  |  |   |  |  |  |                                                      |  |  |  |
|                                 |   |  |  |   |  |  |  |                                                      |  |  |  |
|                                 |   |  |  |   |  |  |  |                                                      |  |  |  |
| <b>4x25</b>                     |   |  |  |   |  |  |  |                                                      |  |  |  |
|                                 |   |  |  |   |  |  |  |                                                      |  |  |  |
| <b>KÄHÄRI</b>                   |   |  |  |   |  |  |  |                                                      |  |  |  |
|                                 |   |  |  |   |  |  |  |                                                      |  |  |  |
| <b>"HOTEL-LISSA"</b>            |   |  |  |   |  |  |  |                                                      |  |  |  |
| <b>KUUTSAN KAIMAT</b>           |   |  |  |   |  |  |  |                                                      |  |  |  |
| <b>TULOJA LAINAA-JALLE</b>      |   |  |  |   |  |  |  |                                                      |  |  |  |

Voit osallistua ristikkokisaan 15. joulukuuta mennessä joko lähettämällä koko ristikkosivun kuoressa 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



## Köyhyys kosketti

Marraskuun lehden parhaaksi jutuksi äänestettiin Elina Kujalan artikkeli *Uupuneelle äidille avun hakeminen on ponnistus*, jossa käsiteltiin äitien uupumusta ja köyhyyttä. Jaetulle kakkosijalle tulivat Elina Kujalan juttu *Empatia asuu meissä kaikissa* ja Marjo Sajantolan kirjoittama työpäiväraportti *Perushoitaja vastuutehtävissä*. SuPer-lehden termsmukin voitti Anna-Liisa Nevalainen Nurmeksesta. Onnittelut!

### Lapsiperheiden hätä koskettaa sydäntäni.

UUPUNEELLE ÄIDILLE AVUN HAKEMINEN ON PONNISTUS S. 42

### Hyvä, kun tuotte esille näin pahoja epäkohtia.

UUPUNEELLE ÄIDILLE AVUN HAKEMINEN ON PONNISTUS S. 42

### Tästä on kokemusta omassa perhepiirissä.

UUPUNEELLE ÄIDILLE AVUN HAKEMINEN ON PONNISTUS S. 42

### Erilaiset empatian muodot ovat mielenkiintoisia.

EMPATIA ASUU MEISSÄ KAIKISSA S. 40

### Täällä maalla se on totta jo nyt!

IKÄIHMISTEN MUUTTOAALTO ON TOTTA LÄHIVUOSINA S. 22

### On hienoa, että perushoitaja koulutetaan vaatimaan tehtävään.

PERUSHOITAJA VASTUUTEHTÄVISSÄ S. 16

### Hoitajien sitkeä taistelu kannatti. Saivat lisää hoitajia.

HOITOKODIN TYÖTAISTELUSTA ENNAKKOTAPAUS RANSKASSA S. 35

### Tätä piirrettä tarvitaan työelämässä ja myös vapaalla.

EMPATIA ASUU MEISSÄ KAIKISSA S. 40

### Antoi hyvän kuvan työn moninaisuudesta.

PERUSHOITAJA VASTUUTEHTÄVISSÄ S. 16

### Ketään ei saisi irtisanoa sen takia, että on raskaana tai perhevapaalla.

NOLLATOLERANSSI RASKAUSRYJINNÄLLE S. 28

### Rakastan ruokaa ja uusien reseptien kokeilua.

LÄHI- JA PERUSRUOKAA, PUOLUKKA-KOOKOSPIIRAKKA S. 14

### Muistuttaa kuuntelemisen tärkeydestä ja läsnäolosta.

SIRKKA-LIISA KIVELÄ: KUUNTELE MINUA! S. 34

### Merkittävä vaikutus opiskelumotivaatioon.

MAKEE OPE S. 58

### Miten käy, kun sote ulkoistetaan? Kuka hoitaa vanhukset ja millä rahalla?

SOTE-YKSITYISTÄMINEN KASVAA RÄJÄHDYSMÄISESTI S. 8

### Koskee kaikkia alalla olevia.

SUPER TEKI PÄÄTÖKSET NEUVOTTELUTAVOITTEISTAAN S. 6

### Odotetaan liikaa, että työtunnit ja palkka on laskettu oikein. Aina kannattaa tarkistaa.

TYÖAIKAKIRJANPITO S. 54

## Paras juttu?

Kerro meille, mikä mielestäsi on paras juttu tässä SuPer-lehdessä. Lähetä vastauksesi **15. joulukuuta mennessä**. Kaikkien määräaikaan mennessä vastanneiden kesken arvotaan SuPer-lehden termosmuki.

LEHDEN 12/2017 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](mailto:super-lehti@superliitto.fi). Kirjoita sähköpostin aihekenttään "Paras juttu?" ja tekstikenttään mielipiteesi perusteluineen.



Vastaanottaja maksaa postimaksun

SUPER-LEHTI  
Tunnus 5005172  
00003 Vastauslähetys

Kun budjetti ei riittänyt koko vuoden menoihin

# KUNTAPÄÄTTÄJÄ LÄHTI KOTIHOIDON KYYYTIIN

TEKSTI HENRIKKA HAKKALA KUVA JUSSI PARTANEN

Rauman kaupungin sosiaali- ja terveystoimikunnan puheenjohtaja Mirja Ylijoki matkusti kahden kuukauden ajan kotihoidon hoitajien mukana asiakaskäynneille. Nyt päätöksenteon tukena ovat omakohtaiset havainnot kotihoidon arjesta.

– Kotihoidon käyntimäärä tulee seuraavina vuosina kasvamaan noin 2 000 käynnillä kuukaudessa. Se on aivan valtava lisäys, etenkin, kun meillä Raumalla 75 vuotta täyttäneistä vain 13 prosenttia on toistaiseksi kotihoidon piirissä, Mirja Ylijoki kertoo.

Ylijoki on toiminut Rauman poliitikassa vuodesta 2000. Koko tämän ajan hän on tehnyt työtä sosiaali- ja terveystoimikunnassa, nyttemmin valiokunnassa.

Jatkuvasti alijäämäisiksi osoittautuneet budjetit ja lisärahoituksen tarve vuoden aikana sysäsivät liikkeelle ajatuksen siitä, että jossakin täytyy olla vikaa. Jossakin on todellinen tarve, joka nostaa kustannukset yli arvioidun.

– Halusin lähteä kentälle katsemaan, mitä se kotihoito meillä oikein on. Kysyin, voinko näin poliitikkona ilman mitään koulutusta lähteä katsemaan tilannetta. Sain esimiehiltä ja hoitajilta luvan seurata mukana, mutta en tietenkään saanut osallistua itse hoitotyöhön.

Kahden kuukauden ajan Ylijoki

matkusti kotihoidon työntekijöiden mukana aamu- ja iltavuorossa arkena ja viikonloppuna. Asiakaskäynneillä hoitaja kysyi jokaiselta asukkaalta, saako käyntiä tulla seuraamaan. Vastaus oli yksimielisen myönteinen. Tämä yllätti poliitikon, joka oli varautunut siihenkin, että joku voisi haluta antaa kriittistäkin palautetta.

– Muutama omainenkin soitti, ja kysyi, mikä tämän tarkoitus oli. Kun kerroin, niin he sanoivat, että on mahtava asia, että on lähdetty kuuntelemaan ja katsomaan asioiden todellista tilaa.

## MITÄ OVEN TAKANA ON?

Kotihoidon hoitajien työvuorot rytmittävät jokaiselle asiakkaalle laaditun yksilöllisen palvelusopimuksen mukaan. Arkitodellisuus ei kuitenkaan aina pysy sille suunnitelluissa kehyksissä. Vuosia sosiaali- ja terveystoimikunnan päätöksiä tehneelle Mirja Ylijokelle työvuoroissa mukana seuraaminen oli silmät avava kokemus. Hoitajia kuormittavat te-

kijät oli helppo tunnistaa.

– Asiakkaat odottavat, että voitaisiin olla pidempään, mutta aika ei riitä. Ja se, että mitä tahansa siellä oven takana on, hoitaja kohtaa sen yksin. Olipa se sitten alle tulleet tarpeet, huonovointisuus, aggressiivinen asukas, kaatumisen tai jopa vainaja.

Kun odottamattomaan tilanteeseen on reagoitava, turvallisuudesta ja hygieniasta huolehdittava tai ambulanssia odotettava, liukuu koko loppuvuoro pois aikataulustaan. Myös hoitajien käytössä olleissa autoissa oli toivomisen varaa.

– Stressaavia tekijöitä on tosiaan paljon. Nyt näihin tekijöihin on saatu parannusta. Autoja on saatu lisää, ja budjettiin haimme, ja saimme, lisää hoitohenkilökuntaa. Tarve kuitenkin kasvaa täällä Raumalla edelleen, koko ajan täytyisi saada lisää.

## KOTIHOITO ON KASVAVA SEKTORI

Rauman kotihoito huolehtii tällä hetkellä noin 600 asiakkaasta. Sekä asiak-

Mirja Ylijoki nauttii siitä, kun saa perehtyä kunnolla asioihin päätösten taustalla.



kaiden määrä että hoitoisuus on kuitenkin vahvassa kasvussa väestön ikääntyessä. Valtakunnallisen kärkihankkeen mukaisesti asiakkaita hoidetaan mahdollisimman paljon kotona.

Kotihoidon kustannukset ovat Rauhalla vajaan kolmanneksen ympärivuorokautisen hoidon kustannuksista. Kotona hoitaminen niin kauan kuin se on mahdollista, on siis taloudellisesti järkevintä. Tämän tavoitteen mukaisesti tehostetun palveluasumisen paikkoja on vähennetty, mutta se edellyttää, että kotihoidon resurssien riittävydestä huolehditaan.

– Olen kuullut sellaistakin kommenttia, että eikö kotihoidosta voisi vähentää palvelujen tarjontaa, kun ei ole sesonki. Mutta eihän kotihoidossa ole mitään sesonkiaikoja. Sinne mennään 365 päivää vuodessa, oli joulukuu tai juhannus, Mirja Ylijoki toteaa.

Vuosi 2016 oli kotihoidossa Ylijoen sanoin hurja. Säästöjä haettiin työntekijöiden palkattomista talkoovapaista. Se tarkoitti, että kotihoidon sadasta hoitajasta kaksi oli aina talkoovapailla.

Tällaisten vapaiden ajaksi ei rekrytoida sijaisia. Lisäksi sairauslomia oli paljon, ja niistä oli osa sijaisten sairauslomia.

– Se, että sijaisillekin tarvittiin sairausloman tuuraajaa, kertoo siitä, että työ on raskasta ja vaativaa. Näen ehdottomasti, että tarvitsemme kotihoitoon lisää käsipareja ja apua.

## TIETO PARANTAA PÄÄTÖKSIÄ

Mirja Ylijoki on viime ajat keskittynyt sosiaali- ja terveystieteiden työsken- telyyn vielä entistäkin tiiviimmin. Päi- vätyönsä kokkina ja esimiehenä hän lopetti sen käytyä liian kuormittavaksi koko ajan kiihtyvän tehostamistar- peen takia.

Mahdollisuus selvittää kaikkien so- siaali- ja terveystieteiden käsitle- mien asioiden taustat huolellisesti tu- kee omaa työtä valiokunnan puhe- johtajana. Ylijoki on myös vienyt tar- kat tiedot ja omakohtaiset havaintonsa kotihoidon tilanteesta ja avun tarpeesta kentällä eteenpäin kaupunginhallituk- selle ja kaupunginjohtajalle. Vuodelle

2018 sosiaali- ja terveystieteiden esit- tääkin yksimielisesti 20 hoitajan lisäys- tä sosiaali- ja terveystieteisiin. Myös kaupunginhallitus otti tähän myönteis- en kannan pienillä vähennyksillä ja te- ki asiassa yksimielisen päätöksen.

– Hienoa oli se, että kaikki puolueet asettuivat esitykseni taakse. Kukaan ei lähtenyt rönkyilemään, etteikö hoita- jia tarvittaisi.

Kahden kuukauden tutustuminen kotihoidon toimintaan osoitti kentän kohtaamien haasteiden lisäksi sen, että asiakkaat ovat erittäin tyytyväisiä Rau- man kotihoitoon. Hoitajat saivat paljon kiitosta ja heidän toivottiin aina tulevan pian uudelleen.

– Olisi voinut ajatella, että kun täl- lainen päättäjä tulee kotiin, niin alkaisi tulla oikein kriittistäkin tekstiä, mutta en kohdannut sellaista ollenkaan.

Hoitohenkilöstöä Mirja Ylijoki tah- too kiittää hyvästä työstä ja siitä, että he tekevät omasta aloitteestaan paljon sel- laistakin, mitä ei edes pyydetä.

– Omaisten toivoisin löytävän enem- män aikaa ikäihmisille. ■



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:

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## YHTEYDENOTTOPYyntö:

Haluan, että minuun otetaan yhteyttä.

- ☐ Sähköpostitse. Sähköpostiosoite: \_\_\_\_\_

- ☐ Puhelimitse. Puhelinnumero: \_\_\_\_\_

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

Allekirjoitus: \_\_\_\_\_ Päiväys: \_\_\_\_ . \_\_\_\_ 20\_\_\_\_



## VAIN VARTTI



**T**örmäsin kaverini Facebook-päivitykseen jokin aika sitten. Tämä upea, tunnollinen, sydämellään hoitotyötä tekevä tyyppi kertoi aloittavansa usein työvuoronsa jo parikymmentä minuuttia etukäteen, jotta voi rauhassa lukea raportit koneelta ennen varsinaisen työvuoron alkua. Muuten ei ennätä hektisessä työilmapiiirissä

perehtyä hoidettavien asioihin. Missään työaikakirjanpidossa ei kuitenkaan näy näitä parikymmenminuuttisia.

Ihana ajatus ja kertoo henkilön motivoituneisuudesta työtään kohtaan. Halu hoitaa hyvin ja tahto perehtyä hoidettavansa tilanteeseen kokonaisvaltaisesti on kova. Tästä innosta ja sitoutumisesta hatun nosto, mutta...

Me hoitajat helposti teemme pieniä ja joskus isompiakin uhrauksia asiakkaidemme ja potilaidemme hyväksi. Kiire, liian pienet resurssit ja paine saada hommat hoidettua, ovat ihan liian tuttuja varmastikin jokaiselle meistä. Usein mennään vuoro ja päivä kerrallaan, jotenkin vaan sinnitellen ja selvitellen. Vessaan ei meinaa ennättää ja ruokataut jäävät pitämättä.

Esitän kuitenkin vetoomuksen meilte kaikille, kollegat. Älkää antako periksi tuumaakaan, tai varttiakaan.

Oletteko ajatelleet, mitä ne parikymmenminuuttiset, jolloin teette työtä omalla ajallanne, teille tulevat maksamaan? 20 minuuttia päivässä yli työtä tai ennen työvuoron alkua tehty työ tarkoittaa kuukaudessa yhteensä melkein seitsemää tuntia ilmaista työtä. Voisi siis hyvinkin ajatella tekevän työtä palkatta kokonaisen työpäivän verran.

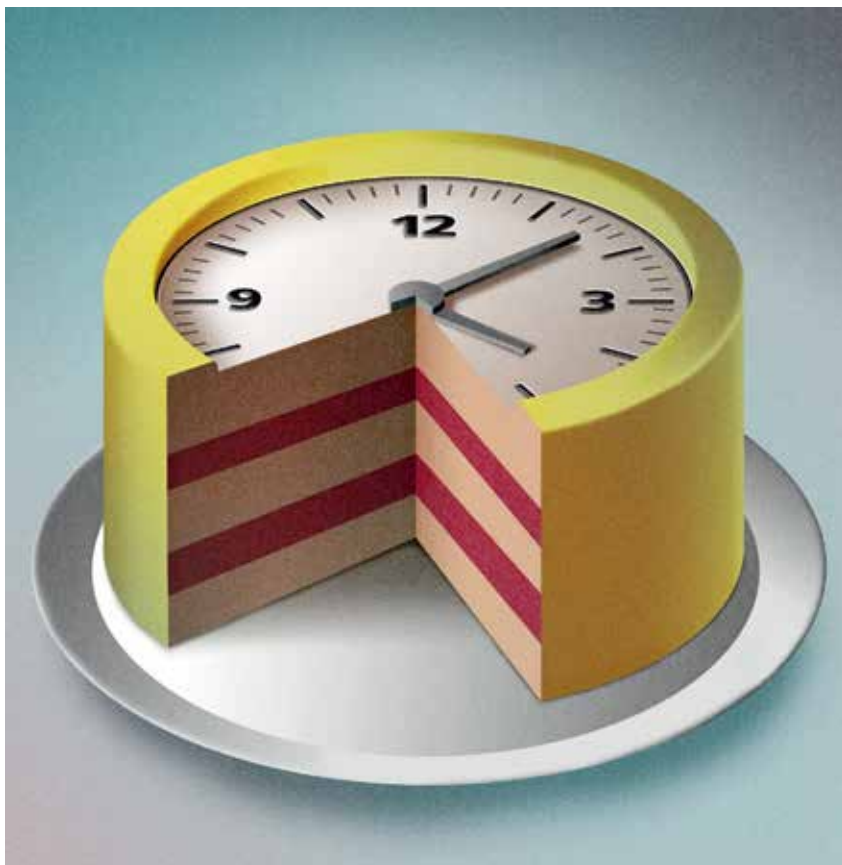
Vuodessa puhumme siis 11 ilmaista työpäivästä, olettaen, että työntekijällä on normaalin mittainen loma. Jos kyseessä on keikkailija, jolla lomia ei juurikaan ole, niin ilmaista työtä tulisi tehtyä jopa 12 päivää.

Kun tehdään työtä ennen tai jälkeen työvuoron merkitsemättä sitä listaan, ei koskaan tule näkyväksi sekään, että yksikössä on liian kiire. Usein liika kiire kertoo joko todella huonosti organisoitua työnteosta, tai siitä, ettei ole tarpeeksi henkilökuntaa. Useammin on selvästikin nykyään kyse jälkimmäisestä vaihtoehdosta.

Tekemällä ilmaista työtä tulee tahdomattaan tehneeksi karhunpalveluksen itselleen ja työkavereille. Työvuorolistoja kun jälkeenpäin tutkaillaan, ei mistään voi päätellä olleen niin kiire, ettei hommia saanut työajan puitteissa tehtyä. Ulospäin näyttää siltä, että porukkaa oli riittävästi ja kaikki pääsivät ajallaan kotiin. Eikä kenenkään tarvinnut myöskään työvuoron toisessa päässä uhrata omaa aikaansa.

Jos haluamme parannusta hoitoalan arkeen ja hoitajamitoituksiin, tulee meidän jokaisen pitää kiinni omista oikeuksistaamme. Jos itse poljemme omaa etuamme sen minkä ehdimme, kuinka meitä voi silloin kukaan muukaan auttaa?

Kiky nostatti karvat pystyyn ympäri Suomen, miksi siis tekisimme omaaloitteisesti mukisematta 20 minuuttia päivässä ylimääräistä? ■



JOONAS VÄNÄNEN



LISÄÄ HANNAN AJATUKSIA LÖYDÄT HÄNEN BLOGISTAAN

WWW.LILY.FI/BLOGIT/RUN-BABE-RUN

# Aktiivimalli voi lisätä menoja

TEKSTI SIRKKA RYTINKI KUVA JANNE HARJU

Työttömille kaavailtu aktiivimalli saattaa lisätä asumis- tukimenoja neljällä miljoonalla ja toimeentulotukimenoja kymmenellä miljoonalla, kirjoittaa Kari Hirvasnoro Kansan Uutisissa 15.11.2017. Myös hallituspuolueiden kansanedustajat näkevät mallissa monia epäkohtia.

Mallin olisi tarkoitus astua voimaan vuoden 2018 alusta. Ehdotetun mallin ulkopuolelle jäisivät työkyvyttömyyden tai vamman perusteella etuutta saavat työttömät sekä omais- ja perhehoitajat. Malli koskisi siis myös niin sanotussa eläkeputkessa olevia, eli henkilöitä, jotka ovat työttömyysturvan lisäpäivillä.

Aktiivimallissa työttömien toimia tarkasteltaisiin kolmen kuukauden välein. Elleivät aktiivisuuden ehdot täytyisi, etuus heikkenisi 4,65 prosentilla, joka vastaisi yhtä omavastuupäivää kuukaudessa. Aktiivisuusvaatimusten täyttäminen olisi mahdollista työskentelemällä palkkatyössä tai yritystoiminnassa tai osallistumisella teipalveluihin kuten työvoimakoulutukseen, omaehtoiseen opiskeluun ja työkokeiluun.

Aktiivimalliin voit tutustua osoitteessa [www.tyj.fi](http://www.tyj.fi). Työttömyyskassa tiedottaa aktiivimallista myöhemmin, jos se astuu voimaan. Voit seurata mallia koskevaa uutisointia myös valtakunnallisessa mediassa.

## TYÖTTÖMÄN OIKEUS SAIRAUSPÄIVÄRAHAAN

Jos sairastut päivärahan hakijana ollessasi ja saat sairauslomaa, oikeus työttömyyspäivärahaan päättyy sairausvakuutuslain mukaisen omavastuuajan jälkeen. Sairausvakuutuslain mukainen omavastuu aika on sairastumispäivä plus yhdeksän si-

tä välittömästi seuraavaa arkipäivää, lauantait mukaan lukien. Työttömyyskassa maksaa työttömyyspäivärahaa sairausvakuutuslain mukaiselta omavastuuajalta, jos sinulla on oikeus työttömyyspäivärahaan sairauslomaa edeltävältä päivältä.

Merkitse työttömyyspäivarahahakemukseen sairauspäivien kohtaan ”sairas”. Jos teet osa-aikatyötä tai keikkaillet, ja sinulle on merkitty työvuoroja sairauspäiville, merkitse päivarahahakemukseen myös työvuoron pituus. Lähetä kopio lääkärintodistuksesta. Jätä Kelaan sairauspäivarahahakemus ja lääkärintodistus koko sairausloman ajalta.

Työ- ja elinkeinotoimistoon on hyvä ilmoittaa ne sairauslomat, jotka kestävät pidempään kuin sairausvakuutuslain mukainen omavastuu aika, jotta työ- ja elinkeinotoimisto voi antaa työttömyyskassalle lausunnon päivärahoikeuden päättymisestä. Sairausloman päätyttyä on hyvä tehdä uusi ilmoitus, jotta työ- ja elinkeinotoimisto voi antaa työttömyyskassalle lausunnon päivärahoikeuden uudelleen alkamisesta. Työnhaku kannattaa pitää voimassa myös sairausloman aikana.



## PÄIVÄRAHAA JOULUKSI

Kokonaan työttömien hakemukset, jotka on täytetty sunnuntaihin 17.12.2017 asti, ovat maksussa perjantaina 22.12.2017, jos hakemukset saapuvat kassalle viimeistään keskiviikkona 20.12.2017.

Joulun ja vuodenvaihteen palveluajat ovat sivulla 4 tässä lehdessä sekä osoitteessa [www.supertk.fi](http://www.supertk.fi).

Toivotamme kaikille hyviä juhlapyhien aikoja ja onnittelemme satavuotiasta Suomea. ■

## Hakemuksen liitteitä

- palkkatiedot vähintään puolen vuoden ajalta ennen työttömyyden alkamista, jos haet päivärahaa ensimmäistä kertaa sekä ajalta, jolta haet päivärahaa, jos olet ollut töissä
- työtodistus ja työsopimus
- lomautusilmoitus, jos olet lomautettu
- irtisanomisilmoitus, jos sinut on irtisanottu tai työsuhteesi on osa-aikaistettu
- päätös sosiaalietuudesta, jos saat esimerkiksi kotihoidontukea tai eläkettä



### HAKEMUSTEN POSTITUSOSOITE:

Super työttömyyskassa, PL 117, 00521 HELSINKI  
 Käyntiosoite Kelloilta 3  
 Fax 09 278 6531, [www.supertk.fi](http://www.supertk.fi)  
 Toimisto avoinna arkin klo 8.30–16.00  
 Palvelunumero arkin klo 9.00–13.00  
 09 2727 9377  
 Sähköinen asiointi: [nettikassa.supertk.fi](http://nettikassa.supertk.fi)





## *Hyödynnä* **JÄSENETUSI HENKIVAKUUTUKSESSA**

Henkivakuutus turvaa perheesi toimeentulon, jos pahin sattuisi. Tiesithän, että SuPerin jäsenenä sinä ja puolisisi olette oikeutettuja Suomen edullisimpaan henkivakuutukseen.\* Esimerkiksi 30-vuotiaalle SuPerin jäsenelle henkivakuutus 100 000 euron turvalla maksaa vain 7 euroa kuussa. Alennus on peräti 62 %, mikä merkitsee 128 euron säästöä vuodessa. Katso hinta vakuutuksellesi ja hyödynnä jäsenetusi osoitteessa

*Jäsenille*  
**62 %**  
EDULLISEMPI

**henkivakuutuskuntoon.fi**

\*Primus on tutkitusti Suomen edullisin henkivakuutus (Vakuutus- ja rahoitusneuvonta FINEn tekemä hintavertailu 9/2016). Vakuutuksen myöntää Keskinäinen Vakuutusyhtiö Kaleva, jonka asiamiehenä toimii If Vahinkovakuutusyhtiö Oyj.





# AMMATILLISET KOULUTUSPÄIVÄT

## 12.–13.4.2018 Oulussa

Radisson Blu, Hallituskatu 1, Oulu

### TORSTAI 12.4.2018

- 8.00–9.00 Ilmoittautuminen ja kahvi  
9.00–9.30 Koulutuspäivien avaus, Johanna Niemi-Raittinen, yhdistuksen puheenjohtaja  
9.30–10.45 Istu ja pala! Runsas istuminen uusi terveystilanne Harri Helajärvi, LT, vt. erikoislääkäri Paavo Nurmi -keskus, Turku  
10.45–11.00 Taukojumbppa  
11.00–11.45 EU:n tietosuojalainsäädäntö muuttuu – miten? Sakari Hulkkonen, IT-päällikkö, SuPer  
11.45–12.45 Lounas  
12.45–14.00 Päihdepotilas asiakkaana Hannamari Linna, päihdelääkäri, Oulun kaupunki, päihdepalvelut  
14.00–14.30 Kahvi  
19.00– Verkostoitumista ja yhdessäoloa, yhdistyksen vuosijuhla ja illallinen

### PERJANTAI 13.4.2018

- 8.30–8.45 Viritys toisen päivän opintoihin  
8.45–9.45 Maahanmuuttaja terveydenhuollon asiakkaana Paula Kyllönen, ODL keho ja mieli -tiimivastaava Kidutettujen kuntoutus  
9.45–10.00 Taukojumbppa  
10.00–11.15 Terveysteknologian uusimmat visiot, digitalisaatio/virtuaalisairaala Riikka Hirvasniemi, kehittämiskoordinaattori, Oulun hyvinvointipalvelut ja Jaana Kokko, teknologia-asiantuntija, Oulun hyvinvointipalvelut, Marja Ylilehto, projekti- ja kehittäjä, kansallinen päivystystalo, virtuaalisairaalan hanke PPSHP, OYS  
11.15–12.30 Ruokailu ja huoneiden luovutus  
12.30–13.15 Rajat ylittävä terveydenhuolto Reetta Kyrö, suunnittelija, KELA  
13.15–15.15 Työn ja perhe-elämän yhdistäminen Anna Perho, toimittaja, ratkaisukeskeinen valmentaja  
15.15 Koulutuspäivien päätös ja kahvit

### ILMOITTAUTUMISLOMAKE

Vastaanottohoitajat ja osastonsihteerit ry:n koulutuspäivät  
12.–13.4.2018  
Oulu, Radisson Blu

Nimi:

Lähiosoite:

Postinumero ja -toimipaikka:

Puhelin työ/koti:

Osallistun koulutuspäiville:

- ☐ molempina päivinä  
☐ torstaina ☐ osallistun torstain iltajuhlaan  
☐ perjantaina

Osallistumismaksun maksaa:

- ☐ Työnantaja, laskutusosoite:

☐ Ammattiosasto:

☐ Maksan itse

Erityisruokavalio:

Lähetä lomake 29.3.2018 mennessä osoitteella Johanna Niemi-Raittinen, Hakkarintie 39, 37550 Lempäälä tai sähköpostilla vaopj@superliitto.fi Lisätietoja [www.superliitto.fi](http://www.superliitto.fi). Vastaanottohoitajat-sivulta pääset sähköiseen ilmoittautumiskaavakkeeseen.

Koulutuspäivien kohderyhmänä ovat terveys- ja sosiaalialan asiakas- palvelutyötä tekevät henkilöt, terveyskeskusavustajat, lähi- ja perushoitajat, sairaaloiden osastonsihteerit, avosektorin vastaanottohoitajat, työterveys- sihteerit jne.



### Ilmoittautuminen ja lisätiedot:

Ilmoittaudu kirjallisesti 29.3.2018 mennessä Johanna Niemi-Raittinen Hakkarintie 39, 37550 Lempäälä tai sähköpostilla [vaopj@superliitto.fi](mailto:vaopj@superliitto.fi) Puhelintiedustelut: Toini Koistinen puh 0400 983 100. Emme lähetä erillistä vahvistuskirjettä osallistumisesta.

### Osallistumismaksu:

240 €/2pv, 150 €/1pv. Maksu sisältää opetuksen ja kaikki ohjelman mukaiset ruokailut ja kahvit sekä torstai-illan illallisen ja vuosijuhla-ohjelman. (Alv 0 %)  
29.3.2018 jälkeen tehdyistä perumisista perimme 50 € toimisto- kuluina. Maksulomakkeen lähettää tilitoimisto suoraan laskutus- osoitteeseen.

### Majoittuminen:

Opintopäiville saapuvat varaavat majoituksen itse. Olemme varanneet koulutuspäiviä varten huoneita hotellista Radisson Blu, Hallituskatu 1, Oulu. Huonevaraukset myyntipalvelusta puh: 020 1234 730 tai [sales oulu@radissonblu.com](mailto:sales oulu@radissonblu.com).

1 hengen huone 99 €, 2 hengen huone 119 €, eli 59,50 €/henkilö. Kahden hengen huoneen varaajan tulee ilmoittaa toisen yöpyjän nimi. Lisävuode mahdollinen, 20 €/henkilö.

Majoitushintaan sisältyy buffetaamiainen, aamu- ja iltasauna sekä kuntosalin käyttömahdollisuus.

Hotellin toivomuksesta huonevaraukset on tehtävä viimeistään 29.3.2018. Mainitse varausta tehdessäsi varauskoodi: VAO18.

# SUPERIN JÄRJESTÖ-, OPO-, NUORTEN JA OPISKELIJAJÄSENKOULUTUS 2018

**Tilaisuuksienhallintaohjelman vaihtumisen vuoksi ilmoittautuminen syksyn 2018 kursseille avataan huhtikuussa.**

**Muutokset vuoden 2018 koulutusohjelmaan ovat mahdollisia. Ajantasaiset tiedot koulutuksista ja ilmoittautumisohjeet löytyvät osoitteesta: [www.superliitto.fi](http://www.superliitto.fi) ► kurssit ja koulutukset.**

## Järjestökoulutus

SuPer järjestää perus- ja jatkokoulutusta uusille ammattiosasto- toimijoille. Koulutukset tarjoavat runsaasti tietoa ja työkaluja toimintaan sekä mahdollisuuden mukavaan yhdessäoloon ja kokemusten vaihtoon. Tervetuloa innolla mukaan!

### Aktiivinen ammattiosasto I

|                  |        |                        |
|------------------|--------|------------------------|
| 7.-8.2.2018      | Vantaa | viim.ilm.pv. 7.1.2018  |
| 14.-15.3.2018    | Vantaa | viim.ilm.pv. 11.2.2018 |
| 18.-19.9.2018    | Vantaa | viim.ilm.pv. 12.8.2018 |
| 31.10.-1.11.2018 | Vantaa | viim.ilm.pv. 23.9.2018 |

Peruskoulutusta uusille ammattiosastotoimijoille. Koulutukseen voivat osallistua ammattiosastojen puheenjohtajat, varapuheenjohtajat, sihteerit, jäsenrekisterinhoitajat, taloudenhoitajat, yhdysjäsenet, hallituksen jäsenet ja opiskelijavastaavat (myös hallituksen varajäsenet, jos kurssille mahtuu).

Kurssilla käsitellään liiton ja ammattiosaston toimintaa sekä ammattiosaston hallituksen roolia ja tehtäviä. Lisäksi perehdytään ammatilliseen ja sopimusedunvalvontaan ammattiosaston näkökulmasta, jäsenasioihin sekä opiskelija- ja nuorisotoimintaan.

### Aktiivinen ammattiosasto II

|                |          |                        |
|----------------|----------|------------------------|
| 11.-12.4.2018  | Helsinki | viim.ilm.pv. 4.3.2018  |
| 17.-18.10.2018 | Helsinki | viim.ilm.pv. 9.9.2018  |
| 14.-15.11.2018 | Helsinki | viim.ilm.pv. 7.10.2018 |

Jatkokoulutusta uusille ammattiosastotoimijoille, jotka ovat osallistuneet Aktiivinen ammattiosasto I -koulutukseen.

Päivillä keskitytään ammatillisen edunvalvonnan ja sopimusedunvalvonnan erityiskysymyksiin. Lisäksi syvennetään ammattiosaston roolia paikallisena toimijana ja jäsenten edunvalvojana.

### Pätevä puheenjohtaja I

|             |          |                        |
|-------------|----------|------------------------|
| 6.-7.3.2018 | Helsinki | viim. ilm.pv. 4.2.2018 |
|-------------|----------|------------------------|

### Pätevä puheenjohtaja II

|               |          |                        |
|---------------|----------|------------------------|
| 16.-17.5.2018 | Helsinki | osallistujat kutsutaan |
|---------------|----------|------------------------|

### Pätevä puheenjohtaja III

|                |          |                        |
|----------------|----------|------------------------|
| 10.-11.10.2018 | Helsinki | osallistujat kutsutaan |
|----------------|----------|------------------------|

Pätevä puheenjohtaja -valmennus on tarkoitettu ammattiosastojen puheenjohtajille, jotka ovat osallistuneet Aktiivinen ammattiosasto I -koulutukseen.

Koulutuksessa paneudutaan puheenjohtajan rooliin ja tehtäviin ammattiosastossa. Jaksojen aikana perehdytään hallitustyöskentelyyn, hallituksen vastuisiin ja velvollisuuksiin, ammattiosaston johtamiseen ja toiminnan suunnitteluun, kokouskäytäntöihin ja neuvotteluvalmiuksien kehittämiseen.

Valmennus suoritetaan jaksojärjestyksessä. I jaksolle osallistuneet kutsutaan II ja III jaksolle.

### Puheenjohtajien neuvottelupäivät

|               |          |                        |
|---------------|----------|------------------------|
| 26.-27.9.2018 | Helsinki | osallistujat kutsutaan |
|---------------|----------|------------------------|

Ammattiosastojen puheenjohtajat ja muut kohderyhmään kuuluvat kutsutaan neuvottelupäiville. Neuvottelupäivät ovat palkalliset kuntasektorilla työskenteleville puheenjohtajille.

Päivillä käsitellään ajankohtaisia aiheita.

### Osaava sihteeri

|                |          |                        |
|----------------|----------|------------------------|
| 28.2.-1.3.2018 | Helsinki | viim.ilm.pv. 28.1.2018 |
|----------------|----------|------------------------|

Kurssi on tarkoitettu ammattiosastojen sihteeille, jotka ovat osallistuneet Aktiivinen ammattiosasto I -koulutukseen.

Kurssin aiheita ovat kokousten käytännön valmistelut ja sihteerinä toimiminen, toimintasuunnitelma ja -kertomus, toiminnantarkastuskertomus, asiakirjamallit ja arkistointi.

### Toimiva jäsenrekisteri

|            |          |                         |
|------------|----------|-------------------------|
| Aika avoin | Helsinki | viim.ilm.pv. aika avoin |
| 11.9.2018  | Helsinki | viim.ilm.pv. 12.8.2018  |

Kurssille voivat osallistua ammattiosastojen jäsenrekisterinhoitajat, jotka ovat osallistuneet Aktiivinen ammattiosasto I -koulutukseen.

Kurssin aiheita ovat muun muassa jäsenrekisterinhoitajan tehtävät ammattiosastossa, jäsenyysasiat, uudet sähköiset jäsenpalvelut ja tietojen salassapito sekä luovutus.

### Yhdysjäsen on ykkönen

|            |         |                        |
|------------|---------|------------------------|
| 20.3.2018  | Kokkola | viim.ilm.pv. 18.2.2018 |
| 26.10.2018 | Kuopio  | viim.ilm.pv. 23.9.2018 |

Kurssi on tarkoitettu yksityis- ja kuntasektorin yhdysjäsenille, jotka eivät ole aikaisemmin osallistuneet yhdysjäsenkoulutukseen, sekä uusiksi yhdysjäseniksi haluaville.

Kurssilla tutustutaan yhdysjäsenen tehtäviin, joita ovat esimerkiksi tiedotustoiminta liiton, ammattiosaston ja jäsenten välillä, uusien ja vanhojen jäsenten neuvonta ja innostaminen mukaan ammattiosaston toimintaan sekä jäsenhankinta yhdessä ammattiosaston kanssa.

### Yhdysjäsen on ykkönen -jatkot

|            |           |                         |
|------------|-----------|-------------------------|
| 24.4.2018  | Seinäjoki | viim.ilm.pv. 18.3.2018  |
| 20.11.2018 | Oulu      | viim.ilm.pv. 21.10.2018 |

Kurssille voivat osallistua Yhdysjäsen on ykkönen -kurssin käyneet yhdysjäsenet.

Päivien aikana syvennetään ensimmäisellä jaksolla opittua tietoa ja sovelletaan sitä käytäntöön esimerkein. Tilaisuudessa käsitellään myös yhdysjäsenen toiminnan kannalta tärkeitä ajankohtaisia asioita.

### Etevä esiintyjä

|                |          |                         |
|----------------|----------|-------------------------|
| 21.-22.11.2018 | Helsinki | viim.ilm.pv. 14.10.2018 |
|----------------|----------|-------------------------|

Koulutukseen voivat osallistua ammattiosastojen puheenjohtajat, pääluottamusmiehet ja luottamusmiehet. Jos paikkoja jää, myös muilla ammattiosastotoimijoilla on mahdollisuus päästä mukaan.

Koulutuksen aikana tutustutaan henkilökohtaisiin viestintävahvuuksiin, opiskellaan yleisön huomioon ottamista, jännityksen hallitsemista, kokonais- ja ryhmäviestintää sekä tehdään harjoituksia.



# SUPERIN JÄRJESTÖ-, OPO-, NUORTEN JA OPISKELIJAJÄSENKOULUTUS 2018

## Onnistunut kokous

17.4.2018 Helsinki viim.ilm.pv. 14.3.2018

Kurssi on suunnattu ammattiosastojen puheenjohtajille ja hallituksen jäsenille, jotka ovat osallistuneet joko Aktiivinen ammattiosasto I -koulutukseen.

Kurssin tavoitteena on tarjota osallistujille kokoustekniikan perustaitoja.

## Tehoa taloudenhoitoon

21.3.2018 Helsinki viim.ilm.pv. 18.2.2018  
3.10.2018 Helsinki viim.ilm.pv. 2.9.2018

Kurssille voivat osallistua ensisijaisesti ammattiosastojen taloudenhoitajat ja puheenjohtajat. Jos paikkoja jää, myös muilla hallituksen jäsenillä on mahdollisuus päästä mukaan.

Kurssilla tutustutaan ammattiosaston taloudenhoiton perusteisiin ja sitä ohjaaviin lakeihin, sääntöihin ja käytäntöihin. Kurssi perehdyttää myös taloudenhoitoon liittyviin vastuisiin ja opettaa tulkitsemaan ammattiosaston taloudenhoitoon liittyvää informaatiota.

## Kohti aktiivista ammattiosastoa

Tampereen seudun ammattiosastoille  
13.3.2018 Tampere viim.ilm.pv. 13.2.2018

Seinäjoen seudun ammattiosastoille  
16.10.2018 Seinäjoki viim.ilm.pv. 16.9.2018

Kurssi on tarkoitettu ensisijaisesti sellaisille ammattiosastotoimijoille, jotka eivät ole osallistuneet Aktiivinen ammattiosasto -koulutukseen (tai Ammattiosastojen toimihenkilökurssille) lainkaan tai kurssin käymisestä on vähintään viisi vuotta.

Kurssilla tutustutaan muun muassa ammattiosaston perustehtäviin, sen hallituksen toimintaan ja eri toimijoiden rooleihin ammattiosastossa.

## Aktiivinen ammattiosasto tulevaisuuden toimijana

Kemijärven seudun ammattiosastoille  
3.5.2018 Kemijärvi viim.ilm.pv. 2.4.2018

Lieksan seudun ammattiosastoille  
5.9.2018 Lieksa viim.ilm.pv. 5.8.2018

Kurssille voivat osallistua ammattiosastojen hallitusten jäsenet, yhdysjäsenet, opiskelijavastaavat ja muut ammattiosastotoimijat.

Tavoitteena on verkostoitua ja lisätä yhteistyötä ammattiosastojen kesken, pohtia ammattiosastojen roolia muuttuvassa yhteiskunnassa ja löytää keinoja uusien toimien hankkimiseksi ja innostamiseksi.

## Menestyvä yrittäjä

27.1.2018 Helsinki viim.ilm.pv. 4.1.2018

Oletko SuPerin yrittäjajäsen tai kiinnostaako yrittäjyys palkkatyön vaihtoehtona? Tule verkostoitumaan ja oppimaan muun muassa Kanta-palveluista, omavalvonnasta ja budjetoinnista.

SuPer maksaa matkat ja koulutuksen. Mahdollisista majoitusvarauksista ja -kuluista osallistujat vastaavat itse. Lisätietoja yrittäjyyteen liittyvistä asioista saat järjestöasiantuntija Paula Soiviolta, paula.soivio@superliitto.fi

## Vaihda vapaalle

7.11.2018 Helsinki viim.ilm.pv. 7.10.2018

Tilaisuuteen voivat osallistua noin vuoden sisällä eläkkeelle jäävät superilaiset. Seminaaripäivän aikana käsitellään tärkeitä eläkkeelle siirtymiseen liittyviä asioita, muun muassa Suomen eläkejärjestelmää, eläkkeen karttumista ja eläkkeen hakemista. Lisäksi ohjelmassa on hyvään terveyteen ja terveyttä tukeviin valintoihin liittyviä asioita.

## Järjestökoulutuksen kustannukset

SuPer maksaa opetuksen, ohjelman mukaiset ruokailut, majoituksen kaksipäiväisten kurssien osalta kahden hengen huoneessa ja matkakulut matkustusohjeen mukaan. Koulutukseen osallistumista varten voi hakea palkatonta vapaata ja liitto maksaa ansionmenetyksen työnantajalta saatua ansionmenetystodistusta vastaan. Vapaapäivänä koulutukseen osallistumisesta ei makseta erillistä korvausta. Tarkemmat ohjeet kustannusten korvaamisesta lähetetään kurssivahvistuksen mukana.

## Ilmoittautuminen

Ilmoittaudu osoitteessa [www.superliitto.fi](http://www.superliitto.fi) ► kirjaudu jäsensivuille.

## Lisätiedot

Lisätietoja järjestökoulutuksesta saat koulutuskoordinaattori Marianne Ronkaiselta, marianne.ronkainen@superliitto.fi tai puh. 09 2727 9124.

## SuPer-Opo -koulutus

### SuPer-Opojen peruskurssi

25.-26.1.2018 Helsinki viim.ilm.pv. 17.12.2017  
21.-22.8.2018 Helsinki viim.ilm.pv. 22.7.2018

SuPer-Opojen peruskurssi on tarkoitettu ammattiosastojen uusille opiskelijavastaaville, jotka eivät ole aikaisemmin osallistuneet peruskurssille tai starttikurssille. Kurssilla käsitellään SuPer-Opon tehtävät, jäsenyysasiat ja ajankohtaiset asiat sekä tutustutaan Opo-toimintaan liittyviin materiaaleihin ja työvälineisiin.

### SuPer-Opojen jatkokurssi

4.-5.10.2018 Helsinki viim.ilm.pv. 2.9.2018

SuPer-Opojen jatkokurssi on tarkoitettu ammattiosastojen opiskelijavastaaville, jotka eivät ole aikaisemmin osallistuneet jatkokurssille. Kurssin aikana syvennyttään jäsenyysasioihin, opiskelijoille tarkoitettujen tuntien pitoon ja esiintymistaitoihin.

### SuPer-Opojen kehittämisspäivät

27.-28.11.2018 Vantaa viim.ilm.pv. 21.10.2018

Kehittämisspäiville ovat tervetulleita kaikki aktiivisesti toimivat SuPer-Opot. Päivien aikana kehitetään alueellista opiskelijatointia ja saadaan tietoa ajankohtaisista asioista.

### SuPer-Opo-koulutuksen kustannukset

SuPer maksaa opetuksen, ohjelman mukaiset ruokailut, majoituksen kaksipäiväisten kurssien osalta kahden hengen huoneessa ja matkakulut matkustusohjeen mukaan. Koulutukseen osallistumista varten voit hakea palkatonta vapaata saatua kurssivahvistuksen. SuPer maksaa ansionmenetyksen työnantajalta saatua ansionmenetystodistusta vastaan. Ohjelma ja tarkemmat ohjeet kustannus-

# SUPERIN JÄRJESTÖ-, OPO-, NUORTEN JA OPISKELIJAJÄSENKOULUTUS 2018

ten korvaamisesta lähetetään kurssivahvistuksen mukana ilmoittautumisajan päättymisen jälkeen.

## Ilmoittautuminen

Kursseille voi ilmoittautua osoitteessa [www.superliitto.fi](http://www.superliitto.fi) ► kirjautu jäsensivuille. Viimeisen ilmoittautumispäivän jälkeen kurssi poistuu kurssitarjonnasta.

## Lisätiedot

Lisätietoja SuPer-Opo-koulutuksesta saat osoitteesta [opiskelijat@superliitto.fi](mailto:opiskelijat@superliitto.fi).

## SuPer-Nuorille suunnattu koulutus

### Sukella SuPeriin

1.–2.12.2018 Lappi viim.ilm.pv. 4.11.2018

Koulutuksessa saadaan perustietoa SuPerin toiminnasta, jäsenyydestä, työelämän koukeroista ja ajankohtaisista aiheista yhteistä hauskanpitoa unohtamatta.

Koulutus on ensisijaisesti tarkoitettu 18–35-vuotiaille Lapin alueen uusille SuPerilaisille, jotka ovat juuri valmistuneet tai eivät ole aikaisemmin osallistuneet SuPerin koulutuksiin.

### Sukella SuPeriin -koulutuksen kustannukset

SuPer maksaa opetuksen, ohjelman mukaiset ruokailut, majoituksen kahden hengen huoneessa sekä matkakulut matkustusohjeen mukaan. Koulutukseen osallistumista varten voi hakea palkatonta vapaata, ja liitto maksaa ansionmenetyksen työnantajalta saatua ansionmenetystodistusta vastaan. Ohjelma ja tarkemmat ohjeet kustannusten korvaamisesta lähetetään kurssivahvistuksen mukana ilmoittautumisajan päättymisen jälkeen.

### SuPerRaksa-päivät

1.–2.9.2018 paikka avoin viim.ilm.pv. 31.7.2018

SuPerRaksa-päivät järjestetään yhteistyössä Rakennusliiton nuorten kanssa. Tapahtumassa käsitellään muun muassa järjestäytymistä, nuorten kohtaamia haasteita työelämässä rentoa meininkiä unohtamatta. SuPerRaksa-päivät on tarkoitettu SuPerin ja Rakennusliiton 18–35-vuotiaille varsinaisille jäsenille. Tapahtuma on osallistujalle maksuton. SuPer maksaa opetuksen, ohjelman mukaiset ruokailut, majoituksen kaksipäiväisten kurssien osalta kahden hengen huoneessa sekä matkakulut matkustusohjeen mukaan.

## Ilmoittautuminen

Tilaisuuksiin ilmoittaudutaan osoitteessa [www.superliitto.fi](http://www.superliitto.fi) ► kirjautu jäsensivuille. Jos tilaisuus täyttyy ennen ilmoittautumisajan päättymistä, ilmoittautuminen sulkeutuu. Ohjelma ja tarkemmat ohjeet lähetetään osallistujille noin kuukausi ennen tilaisuutta.

## SuPer-Nuoret Laineilla ja valmistuvien varaslähtö -koulutusristeily

20.–22.4.2018 Hki-Tukholma-Hki viim.ilm.pv. 11.3.2018

SuPer-suosittelee SuPer-Nuoret Laineilla -koulutusristeilyä järjestetään nyt kymmenettä kertaa! Lähde mukaan keskustelemaan ajankohtaisista aiheista SuPer-Nuorten näkökulmasta, hauskanpitoa unohtamatta. Risteily on tarkoitettu SuPerin alle 35-vuotiaille varsinaisille täysi-ikäisille jäsenille, ja ensisijaisesti niille, jotka eivät ole aikaisemmin osallistuneet SuPer-Nuorten koulutuksiin.

Omapastuu hinta SuPer-Nuorille on 70 €, joka sisältää opetuksen, ohjelman mukaiset ruokailut ja majoituksen kahden hengen hytissä.

## Ilmoittautuminen

Risteilylle ilmoittaudutaan osoitteessa [www.superliitto.fi](http://www.superliitto.fi) ► kirjautu jäsensivuille. Jos risteily täyttyy ennen ilmoittautumisajan päättymistä, ilmoittautuminen sulkeutuu. Ohjelma ja tarkemmat ohjeet lähetetään osallistujille noin kuukausi ennen tilaisuutta.

## Lisätiedot

Lisätietoja SuPer-Nuorten koulutuksista saat opiskelija-asiamies Tanja Oksaselta, [tanja.oksanen@superliitto.fi](mailto:tanja.oksanen@superliitto.fi) tai puh. 09 2727 9192.

## SuPerin opiskelijajäsenille suunnattu koulutus

## SuPer-Nuoret Laineilla ja valmistuvien varaslähtö -koulutusristeily

20.–22.4.2018 Hki-Tukholma-Hki viim.ilm.pv. 11.3.2018

Koulutusristeily on tarkoitettu ensisijaisesti kevään 2018 aikana valmistuville opiskelijajäsenille. Koulutuksessa saa tietoa SuPeristä ja omista oikeuksista työelämässä hauskanpitoa unohtamatta.

Omapastuu hinta opiskelijajäsenille on 50 €, joka sisältää opetuksen, ohjelman mukaiset ruokailut ja majoituksen kahden hengen hytissä.

## Ilmoittautuminen

Risteilylle ilmoittaudutaan osoitteessa [www.superliitto.fi](http://www.superliitto.fi) ► kirjautu jäsensivuille. Jos risteily täyttyy ennen ilmoittautumisajan päättymistä, ilmoittautuminen sulkeutuu. Ohjelma ja tarkemmat ohjeet lähetetään osallistujille noin kuukausi ennen tilaisuutta.

## Lisätiedot

Lisätietoja opiskelijajäsenille suunnatusta koulutuksesta saat opiskelija-asiamies Tanja Oksaselta, [tanja.oksanen@superliitto.fi](mailto:tanja.oksanen@superliitto.fi) tai puh. 09 2727 9192.

## TJS Opintokeskuksen koulutustarjonta ja taloudellinen tuki koulutuksen järjestämiseksi

TJS Opintokeskus on Akavan ja STTK:n yhteinen koulutus- ja kehittämisorganisaatio. TJS Opintokeskusta ylläpitää Toimihenkilöjärjestöjen Sivistysliitto ry, jonka jäseniä ovat Akava ja STTK.

### Koulutustarjonta

TJS Opintokeskuksen koulutustarjonta sisältää runsaasti kursseja eri puolilla maata muun muassa seuraavilta aloilta: yhdistystoiminta, työelämä ja hyvinvointi, viestintä ja tietotekniikka. Kurssit ovat maksullisia.

Lisätietoja verkossa: [www.tjs-opintokeskus.fi/koulutukset](http://www.tjs-opintokeskus.fi/koulutukset).

### Taloudellinen tuki koulutuksen järjestämiseksi

Ammattiosastot voivat hakea oman koulutuksen järjestämisestä aiheutuviin menoihin TJS:n tukea. TJS-tuki on opetus- ja kulttuuriministeriön myöntämä valtion taloudellista tukea. Tukea myönnetään esimerkiksi luentoihin, seminaareihin, ohjattuun ryhmätyöskentelyyn, verkkokoulutukseen, jäseninfoihin, yritysvierailuihin ja opintomatkoille. Tuki määräytyy opetustuntien, menojen ja osallistujamäärän mukaan. Lisätietoja TJS:n verkkosivuilla [www.tjs-opintokeskus.fi/TJS-tuki](http://www.tjs-opintokeskus.fi/TJS-tuki)

# SUPERIN AMMATILLINEN TÄYDENNYSKOULUTUS 2018

SuPerin kehittämisyksikön maksullinen ammatillinen koulutus tarjoaa jäsenille erinomaisen mahdollisuuden kehittää omaa ammatillista osaamistaan. Ajankohtaisia teemoja käsittelevät koulutukset ovat ammatillista täydennyskoulutusta. Keskustele osallistumisestasi ja koulutuksen kustannuksista esimiehesi kanssa.

SuPerin ammatillisen täydennyskoulutuksen tarkemmat ajantasaiset tiedot ja ilmoittautumishjeet löydät liiton verkkosivuilta [www.superliitto.fi](http://www.superliitto.fi) tai SuPer-lehdestä.

Koulutusten hinnat vahvistetaan tammikuussa 2018. Seuraa ilmoittelua SuPer-lehdessä ja verkossa: [www.superliitto.fi](http://www.superliitto.fi) ► jäsenyys ► koulutukset ► ammatillinen koulutus

## Koulutuspäivät

### Ammatilliset opintopäivät, 13.–14.2.2018, Tampere

SuPerin ammatillisten opintopäivien teemana on tulevaisuuden hoitotyö. Luentojen aiheina ovat muun muassa tietosuojaa sosiaali- ja terveyspalveluissa, valvonnan läpinäkyvyys, iäkkäiden lääkehoidon riskien arviointi, kosketuksen merkitys hoitotyössä ja kehittyvän teknologian vaikutukset hoitotyöhön.

Jäsenille opintopäivien hinta on 220 € kahdelta päivältä. Osallistuminen yhtenä päivänä maksaa 150 €. Maksu sisältää luennot, jaettavan materiaalin, lounaat ja kahvit.

### Kotihoidon koulutuspäivät, 15.–16.5.2018, Tampere

Koulutuspäivät on suunnattu kotihoidossa, kotisairaanhoidossa ja kotipalvelussa työskenteleville. Päivillä käsitellään aiheita juuri kotihoidon näkökulmasta.

Koulutuspäivät ovat ammatillista täydennyskoulutusta.

### Erikoissairaanhoidon päivät, 22.–23.5.2018, Tampere

Koulutuspäivät on tarkoitettu kaikille erikoissairaanhoidossa työskenteleville. Ohjelmassa on kumpanakin päivänä paljon ajankohtaisia luentoja.

Koulutuspäivät ovat ammatillista täydennyskoulutusta.

### Vanhustyön koulutus, 22.–23.10.2018, Tampere

Koulutus on tarkoitettu vanhuspalveluissa hoito- ja hoivatyötä tekeville lähi- ja perushoitajille. Koulutuksessa paneudutaan hyvän hoidon toteutumiseen ja oman työn kehittämiseen. Koulutuksen tavoitteena on vahvistaa hoitajien ammatillista osaamista vanhuslähtöisesti.

### Itsemääräämisoikeuskoulutus, 11/2018, Tampere ja Oulu

Itsemääräämisoikeuskoulutus on tarkoitettu kaikille, jotka työssään kohtaavat itsemääräämisoikeuden tukemiseen ja rajoittamiseen liittyviä tilanteita. Koulutuksessa kuulet lainsäädännön ajankohtaisen tilanteen ja löydät keinoja tukea asiakkaiden itsemääräämisoikeutta. Koulutukset ovat samansisältöiset.

## Opintomatkat

### Opintomatka Szolnokiin, Unkariin, 21.–24.8.2018

Matkan hinta on 890 euroa.

Matka on täynnä. Peruutuspaikkoja voi tiedustella sähköpostitse [kera@superliitto.fi](mailto:kera@superliitto.fi).

Hinta sisältää matkat ja majoituksen puolihoidolla sekä vierailut ja käynnit sosiaali- ja terveysalan yksiköissä, sairaalassa, vanhusten palvelutaloissa, käynnin Budapestissa sekä luennot ja tulkkaukset. Mukana kaksi matkanjohtajaa SuPerista.

### SuPer-Voimaa – Aktiivinen SuPer -koulutusristeily 12.–14.10.2018

SuPer Voimaa – Aktiivinen SuPer -koulutusristeilyllä tapaavat muita superilaisia, koulutusta unohtamatta. Koulutuksessa käsitellään jäsenistöä puhuttavia ammatillisia ja edunvalvonnallisia aiheita.

Koulutuksen aikataulu on suunniteltu siten, että osallistujilla on aikaa tutustua myös Tukholmaan.

Huom! Seuraa ilmoittelua SuPer-lehdessä.

## Svenskspråkig utbildning

### Yrkesrelaterade studiedagar, 13.–14.2.2018, Tammerfors

Studiedagarnas tema är framtidens vård. På programmet står bland annat värdteknologi, dataskydd inom social- och hälsovården, beröringens betydelse i vården, känslor och språk i klientarbetet, interkulturellt vårdarbete samt självbestämmande. Christoffer Strandberg står för hälsofrämjande skrattnuskelvård och studiedagarna avslutas med Signmark.

Deltagaravgiften för medlemmar är 220 € för två dagar och 150 € för en dag. I avgiften ingår föreläsningar, föreläsningmaterial, lunch och kaffe.

## SuPer mukana messuilla 2018

|                |                           |
|----------------|---------------------------|
| 20.–22.4.2018  | Lapsimessut, Helsinki     |
| 8.–9.5.2018    | Terve-Sos, Helsinki       |
| 3.–4.10.2018   | Hyvä Ikä, Helsinki        |
| 12.10.2018     | Varhaiskasvatus, Helsinki |
| 26.–28.10.2018 | Osaava Nainen, Turku      |



# SUPERIN VIESTINTÄ- KOULUTUS 2018

SuPer kehittää ammattiosastojen viestintäosaamista tarjoamalla jäsenilleen ajankohtaista viestintäkoulutusta.

Viestintävalmiudet ja niiden kehittäminen ovat keskeisiä edunvalvonnassa. Myös internetin ja sosiaalisen median tarjoamat mahdollisuudet ammattiosastojen viestinnässä kannattaa ottaa haltuun. Ammattiosastojen webmastereille järjestetään sitä varten erikseen räätälöityä koulutusta.

## Ammattiosaston kotisivut kuntoon

| Aika      | Paikka   | Viimeinen ilm.pv. |
|-----------|----------|-------------------|
| 4.4.2018  | Helsinki | 7.3.2018          |
| 9.10.2018 | Helsinki | 11.9.2018         |

Kurssi on tarkoitettu ammattiosastojen omia kotisivuja ylläpitäville webmastereille.

Kurssilla käydään läpi taidot, joita tarvitaan ammattiosaston kotisivujen ylläpitoon, päivittämiseen ja kehittämiseen. Kurssilla opetellaan käyttämään verkkosivujen julkaisujärjestelmää sekä tutustutaan SuPerin uudistuvaan sähköiseen jäsenpalveluun Oma SuPeriin.

Kummallekin kurssille mahtuu 18 osallistujaa.

## Vaikuta viestinnällä

| Aika          | Paikka   | Viimeinen ilm.pv. |
|---------------|----------|-------------------|
| 22.–23.5.2018 | Helsinki | 17.4.2018         |

Kurssin kohderyhmä ovat ammattiosastojen puheenjohtajat ja muut ammattiosaston viestinnästä vastaavat sekä luottamusmiehet.

Kurssin aiheina ovat muun muassa viestintä vaikuttamisen välineinä sekä viestinnän suunnittelu ja toteutus. Kurssilla laaditaan pienryhmissä tiedote tai mielipidekirjoitus ja suunnitellaan viestintää verkossa ja sosiaalisessa mediassa.

Kurssille mahtuu 25 osallistujaa.

## Viestintäkoulutuksen kustannukset

SuPer maksaa opetuksen, ruokailut, majoituksen kaksipäiväisten kurssien osalta ja matkakulut. Koulutukseen osallistumista varten voi hakea palkatonta vapaata ja liitto maksaa ansionmenetyksen työnantajalta saatua ansionmenetystodistusta vastaan. Vapaapäivänä koulutukseen osallistumisesta ei makseta erillistä korvausta. Tarkemmat ohjeet kustannusten korvaamisesta lähetetään kurssikutsun mukana.

## Ilmoittautuminen ja lisätiedot

Ilmoittaudu osoitteessa [www.superliitto.fi](http://www.superliitto.fi) ► kirjautu jäseni-  
vuille. Ilmoittautuneille lähetetään ohjelma ja kutsu ohjeineen ilmoittautumisajan päättymisen jälkeen.

## Lisätietoja viestintäkoulutuksesta:

sihteeri Mona Mikkola, [mona.mikkola@superliitto.fi](mailto:mona.mikkola@superliitto.fi)  
(30.3.2018 asti)  
sihteeri Tiia Kahri-Tuononen, [tiia.kahri-tuononen@superliitto.fi](mailto:tiia.kahri-tuononen@superliitto.fi)  
(3.4.2018 alkaen)

# Happy weekend



Norm. 2,1 snt/l

Korotettu bensiinin ja dieselöljyn jäsenkorttietu on voimassa Teboil-huoltamoilla ja automaattiasemilla (lukuun ottamatta Express –automaattiasemia) seuraavasti:

- Pe 1.12. klo 15.00 – su 3.12. klo 21.00
- Pe 8.12. klo 15.00 – su 10.12. klo 21.00
- Pe 15.12. klo 15.00 – su 17.12. klo 21.00
- Pe 22.12. klo 15.00 – su 24.12. klo 21.00
- Pe 29.12. klo 15.00 – su 31.12. klo 21.00

Lisätiedot [www.teboil.fi/super](http://www.teboil.fi/super)

**TEBOIL**

## SITÄ TYÖPÄIVÄÄ EN UNOHDA IKINÄ!

**Oletko kokenut unohtumattoman  
työpäivän tai työvuoron?**

Kerro siitä lehdelle. Kerro myös millä tavalla päivä jäi unohtumattomaksi: menikö kaikki kerrankin ihmeellisesti nap-piin, sattuiiko jotain harmil-lisen ikävää vai oliko päivä muuten poikkeuksellinen tai unohtumaton?

[super-lehti@superliitto.fi](mailto:super-lehti@superliitto.fi)

Aihekenttään teksti:  
Unohtumaton työpäivä



superlehti



@superlehti



# Suosittelen SuPeria

#supertekeehyvaa  
#suosittelesuperia



...ja kerro samalla SuPerin upeista jäseneduista. Jäsenkorttia näyttämällä ja jäsenedut.fi-sivulle rekisteröitymällä hankit joulun mieluimmat lahjat edullisesti ja helposti.

**Huom!** Suositteleva saa uudesta varsinaisesta jäsenestä kiitokseksi 30 euron arvoisen lahjakortin!

## KATSO OHJEET SUOSITTELUUN:

[www.superliitto.fi](http://www.superliitto.fi) > Jäsenyys  
Suosittelemme SuPeria 2017  
tai skannaa koodi.



**SuPer-  
ammattilainen  
tekee  
hyvää!**

Uusi varsinainen jäsen saa tervetuliaislahjaksi monitoimikaulanauhan sekä arvokkaan ammattimerkin.



## ONNEA LÄHIHOITAJAKSI VALMISTUVA! Olet yksi meistä. Tervetuloa joukkoon.

Olet valinnut ammatin, jossa teet työtä lähellä ihmistä. SuPer on ainoa liitto, joka on keskittynyt lähihoitajien edunvalvontaan.



Vain superilaisena lähihoitajana sinulla on oikeus kantaa aitoa, hopeista lähihoitajien ammattimerkkiä. Varmista merkin saaminen liittymällä SuPerin varsinaiseksi jäseneksi. Saat merkin maksutta liittymislahjaksi.

Lisäksi saat käytännöllisen monitoimikaulanauhan.

[www.superliitto.fi](http://www.superliitto.fi)



superliitto



**SUPER**



# ***SuPer toivottaa lämmintä ja rauhallista joulua***

SuPer tukee tänä vuonna joulukorttivaroin nuorten syrjäytymistä ehkäisevää **Diakonissalaitoksen valtakunnallista Vamos-hanketta** ja **Omaishoitajat ja läheiset -liittoa**, joka tukee omaisiaan ja läheisiään hoitavia kaikkialla Suomessa.

[www.superliitto.fi](http://www.superliitto.fi)



**superliitto**



SuPer palvelee juhlapyhien aikaan

Liiton toimisto on suljettu 27.-29.12.2017.  
Tänä aikana toimisto päivystää puhelimesta kello 9-13.

Päivystysnumerot ovat:

- Edunvalvontayksikkö, kuntasektori 09 2727 9160
- Edunvalvontayksikkö, yksityissektori 09 2727 9171
- Kehittämissyksikkö 09 2727 9170
- Jäsenyksikkö 09 27279140

Super työttömyyskassa on arkisin auki kello 8.30-16.

Puhelinpalvelu on auki 27. ja 29.12.2017 sekä 2. ja 4.1.2018 kello 9-13.

Puhelinpalvelun numero on 09 2727 9377.



## Ikäihmisten ulkoilupäivä Lahdessa



Siskojen ja Simojen haastamana Lahden ammattiosastot 403 ja 406 osallistuivat 14. syyskuuta järjestettyyn Suomi 100 ikäihmisten ulkoilupäivä -tapahtumaan Lahden Pikku-Vesijärven rannalla. Syksyisestä sadesäästä huolimatta paikalle tuli noin 150 ulkoilijaa saattajineen. Erilaista liikunnallista ohjelmaa piisasi toimintapisteillä ja kartanlukutaitojaan pääsi testaamaan pisteille suunnistaessa. Sateen tauotessa pääsimme nauttimaan auringon paisteesta. Silloin maistuivat kahvit ja

pullat ja makkarat saatiin tulille. Saimme nauttia myös musiikista, kun Mailis ja Lasse Könönen esiintyivät meille. Tuolloin moni yhtyi laulamaan tuttuja ikivihreitä kappaleita ja jalallakin pistettiin koreasti, kun alkoi tanssijalkaa vipattamaan. Todella mukava päivä! Toivottavasti tällaisia tapahtumia järjestetään ikäihmisille jatkossakin!

SARI HYVÖNEN

## Syyskokoukset

- **HYVINKÄÄN SAIRAANHOITOALUEEN AO 817** syyskokous to 14.12. klo 18 ravintola Medicin Man, Uudenmaankatu 1, Hyvinkää. Ruokailun vuoksi sitovat ilmoittautumiset ja erityisruokavaliot 5.12. mennessä minna.lindstrom@hus.fi. Syyskokouksessa käsitellään ammattiosaston sääntöjen 10. pykälän asiat. Tervetuloa!

## Muut kutsut

- **TURUN APUHOITAJA-KURSSIT 10 JA 11!** Meidän valmistumisesta on 50 vuotta helmikuussa 2018. Olisi kiva tavata juhlan merkeissä. Suunnitellaan yhdessä ajankohta ja olisiko mukavampi laivareissu vai ravintolaruokailu Turussa. Ilmoittele meille ajatuksistasi: Leena Leskinen (Lahdenranta) 041 506 6912 tai Pirkko Lönnqvist (Lammi) 040 703 6028. Anna sanan kiertää, että saataisiin porukkaa yhteen.
- **KERAVAN AO 805** juhlii SuPerin 70-vuotispäiviä 27.1.2018 klo 18 alkaen Flamingossa hohtokeilauksen ja ruokailun merkeissä. Jäsenhintaa vain 20 €/henkilö, hinta sisältää myös ruoan. Sitovat ilmoittautumiset 5.1.2018 mennessä txt 046 665 6316 tai kati.ritvanen@suomi24.fi. Saat paluuviestinä tilinumeron maksua varten. Tervetuloa juhlimaan!

## Kortteja ystäville



Oripään palvelutalon asukkaat askartelivat Suomi 100 vuotta -hengessä kortteja, jotka he lähettivät ilahduttamaan ikätovereitaan eri puolille Suomea. Korteissa oli ajatuksia Suomesta ja suomalaisuudesta. Vanhusten viikolla asukkaat ja henkilökunta vierailivat Säkylän sotilaskodissa.

TERVEISIN ORIPÄÄN PALVELUTALON ASUKKAAT JA HENKILÖKUNTA





JAANA DALÉN

Asta Riitta  
VENÄLÄINEN  
o.s. Rantalainen

s. 1.9.1946 Puumalassa  
k. 16.8.2017 Puumalassa

*Aamuruskosta iltaruskoon  
kulkija elämän taivaltaa.  
Määränpäähän saapuessaan  
uneen rauhaisaan vaipua saa.*

Työkaverin muistoa kunnioittaen  
Puumalan ao 427

Lähetä kutsut ja kuulumiset:  
*super-lehti@superliitto.fi.*  
 Tammikuun lehteen 15.12. mennessä.  
 Kuvan koko vähintään 300 kt.



Lempäälän-Vesilahden ao 627 syyskokouksessa, Vesilahdes-  
sa, hopeisen ansiomerkin saaneet ladyt. Paikalla oli mukavaa  
ja aktiivista porukkaa. Kokouksen lomassa söimme hyvin, ja  
muutama onnekas voitti arvonnassa Känken repun. Iloista  
loppuvuotta kaikille jäsenille!

SANNA RANNIKKO

**TÄLLÄ HETKELLÄ SUOMEN TALOUS KASVAA KUULEMMA KOHISTEN. VIENTI VETÄÄ JA ENNUSTEET KASVUSSA OVAT JOPA 3 PROSENTTIA. KÄHÖNEN SITÄ MIETTII...**

**KUMMALLISTA TÄMÄ TALOUS. KUN MENEEE HUONOSTI, EI OLE VARAA PALKANKOROTUKSIIN.**

**JA NYT KUN JOKAIPAIKASSA HEHKUTETAAN ETTÄ MENEEE HYVIN - NIIN EI OLE VARAA PALKANKOROTUKSIIN!**

[illegible]

VUTUHMPLR

Marraskuun ristikkokisan voitti  
Liisa Palenius Tervajoelta.  
Lämpimät onnittelut!



## Urteilla on tarina

Jokainen meistä haluaa olla oman elämänsä päähenkilö, vaikka askel olisi hidas ja arki vaatisi paljon apua. Vanhustyössä puhutaan paljon yksilöllisestä hoidosta, henkilöhistoriasta ja elämäntaustasta. Kuinka ne näkyvät palvelutalon arjessa?

Valokuvaaja Tiina Salminen valokuvasi kaksi päivää tamperelaisen Kontukodin elämää. Pääosaan pääsivät mummot, ja kuvista välittyvät persoonat, ystävyys, läheisyys ja naiseus, joka ei katoa minnekään ikävuosien karttuessa. Nyt kuvista on koostettu näyttely, joka puhuttelee niin vanhustyön ammattilaisia ja opiskelijoita kuin vanhusten läheisiäkkin.

– Olen pitkään harmitellut tapaa, millä tavalla ikäihmiset kuvataan, varsinkin sen jälkeen, kun he siirtyvät kodeistaan ympärivuorokautiseen hoivapaikkaan. Vanhus esineellistetään helposti osaksi laitoksen tiloja. Hän on usein kuvassa passiivinen ja persoonaton. Minusta kuvan tärkein viesti on ihminen ja hänen laadukas, yksilöllinen elämänsä.

Salminen halusi painottaa näyttelyn kuvissa yksilön näkemistä ja naisellisuuden olemassaoloa, arjen hyvää ja laadukasta elämää.

– Elämä jatkuu myös sen jälkeen, kun ihminen on ympärivuorokautisessa hoidossa. Kuvattaessa päällimmäisenä korostui, kuinka tärkeää on katse ja toisen näkeminen

– hymy. Tästä syntyi valokuvanäyttelyn nimikin ”Näe minut”. Vaikka hoitajan ja hoidettavan yhteinen kommunikaatio ei ole aina sanallista, katsekontakti kertoo paljon, jos vain löytyy aikaa vastaanottaa se.

Tiina Salminen on ensimmäiseltä koulutukseltaan lähihoitaja. Tällä hetkellä hän täydentää valokuvaajan opintojaan Visuaalisen viestinnän instituutissa.

*Näe minut -valokuvanäyttely on avoinna vuoden loppuun asti Kontukodissa Koukkuniemen alueella Tampereella. ■*

Valokuvanäyttely  
esittelee Kontukodin  
asukkaiden hyviä  
arkihetkiä.



## Kirjauutuudet



VUOKKO HURME JA SANNA PELLICCIONI  
PEUKALON KÄSIKIRJA  
AULA & CO 2017

On oikeastaan ihme, ettei lapsille ole aiemmin kirjoitettu ikääntymisestä, vaikka niin monessa suomalaisessa perheessä tälläkin hetkellä keskustellaan isovanhemmuksesta, vanhuksista ja vanhustenhoidosta. Vuokko Hurmeen kirjoittaman ja Sanna Pellic-

cionin kuvittaman *Peukalon käsikirjan* sivuilla seikkailee Harmalan perhe, johon kuuluu mummi, Kalle-vaari ja 100-vuotias isomummeli Lyyti. Lasten tietokirja auttaa vastaamaan esimerkiksi siihen, mikä vanhenemisessä on kivaa ja mikä kurttaa, mitä eläke ja dementia tarkoittavat tai miksi jotkut vanhat ihmiset kävelevät kumarassa tai tuoksuvat vähän kummalliselta. Kirjassa on myös kiinnostavia lukuja ja knoppitietoja iästä sekä pieniä tehtäviä lapsilukijoille.

Peukalon käsikirja sopii yhtä hyvin ammattikasvattajille kuin luettavaksi itsenäisesti tai yhdessä omien vanhempien tai isovanhempien kanssa. ■



## OLEMME YHDENVERTAISIA



Lähihoitaja Heidi Ojala haluaa antaa kiitoksen kaikille työkavereilleen Hoivakoti Pihlajassa ja Jurvan kuntoutusyksikössä.

### HEIDI OJALA TYÖYHTEISÖSTÄÄN:

Olen töissä Hoivakoti Pihlajassa, jolla on yhteiset tilat Jurvan kuntoutusyksikön kanssa. Ensi vuonna yhdistymme vuorohoitoyksiköksi. Kun aloitin työt noin kymmenen vuotta sitten

► **EMMA ELO, KOUVOLA:** Iso kiitos Kouvolan kotihoidon Eskolanmäen tiimille! Teemme töitä yhdessä, oikealla asenteella ja ennen kaikkea asiakkaiden takia, heidän toiveita kuunnellen. Jokainen meistä tekee tätä työtä sydämeästään ja antaa joka päivä itsestään sata prosenttia. Tukea saa tiukkoihin tilanteisiin, eikä kaveria jätetä. Mahtava tiimi, jossa nauretaan joka vuorossa, välillä ihan vedet silmissä.

työpaikassani, yksiköni oli vuodeosasto. Olemme siis käyneet muutoksia läpi aiemminkin. Selviydymme muutoksista yhteen hiileen puhaltamalla ja loistavalla huumorintajulla. Painamme eteenpäin ja pyrimme olemaan yhtä.

Työyhteisössämme on noin kolme-

kymmentä työntekijää. Olemme eri-ikäisiä, erilaisia persoonia, mutta tulemme hyvin toimeen. Useat meistä ovat olleet jo pitkään talossa, joten tunnemme toisemme hyvin. Jos joku vaikka sanoo tokevammin jotakin, niin usein se vain naurattaa, kun tiedetään, että se on vain hänen tyyliään, eikä hän tarkoita sillä mitään pahaa.

Olemme yhdenvertaisia riippumatta iästä ja ammattinimikkeestä. Kaikki kunnioittavat toisiaan ja auttavat tarvittaessa.

Puhumme asioista reilusti suoraan, emme selän takana. Sanomme usein ääneen myös sen, jos kotona on huolia. Silloin muiden ei tarvitse arvaila, miksi on hiljaisempi kuin tavallisesti, eikä synny epäilyä siitä, että olisi vihainen jostakin työkavereille.

Yhteishenkeämme kohottaa myös vapaa-ajan tapaamisemme. Olimme juuri ravintolassa syömässä ja nyt suunnitteilla on pikkujoulut. Järjestämme omakustanteisia tapaamisia muutaman kerran vuodessa.

Mikään työyhteisö ei ole täydellinen, mutta on pakko sanoa, että me olemme kyllä aika hyviä. Välillä tulee pientä kränää jostakin, mutta kaikesta on aina päästy yli. Moni työkaveri on sanonut, ettei selviäisi kaikista muutoksista näin hyvin ilman meidän mukavaa työporukkaa. ■

► **MARIANNE LESKELÄ, MUHOS:** Haluan kehua työkaveriani Pirita Piiparista, joka työskentelee Muhoksen yöpartiossa. Pirita on asukkaalle lempeä hoitaja. Hän ei koskaan puhu asukkaiden yli, vaan keskittyy aina siihen, mitä olemme tekemässä ja juttelee samalla asukkaalle mieluisista asioista. Vaikka yövuorot saattavat olla raskaita valvoo, Piritan kanssa tietää selviävänsä mistä vain.

► **TARU LINDROOS, YLÖJÄRVI:** Kollegani Emma Majalahti on reilu työstävä, joka hoitaa työnsä hyvin ja kantaa vastuun kaikesta tekemästään. Vaikka taivas olisi putoamassa niskaan, häneltä riittää aina ymmärrystä ja hymyä jokaiselle. Hänen kanssaan työnteko sujuu mukavasti ja vaivattomasti.

► **ELINA PELTONEN, JANAKKALA:** Minulla on aivan mahtavia työkavereita vammaistyön yksikössä Pihlajakodissa. Erityisen kiitoksen haluan antaa Merja Latvalle, jolla on sopiva, työhön tarvittava auktoriteetti, hyvät ongelmanratkaisutaidot ja sinnikäs luonne. Kun on Merjan kanssa työvuorossa, tiedän, että hommat tulee hoidettua hyvin.



## LAULUJOUTSEN

*"On meidän rannoillamme rauhallista ja turvaista on rinne tunturin"* runoili Eino Leino aikoinaan. Kansallislintumme, laulujoutsenen laulut olivat kuitenkin vaieta 1950-luvulla. Joutsen metsästettiin lähes sukupuuttoon. Niitä arveltiin tuolloin pesivän Lapin ja Kuusamon erämaissa vain viitisentoista paria. Tänä päivänä, pesivän kannan ollessa kymmenentuhannen parin tienoilla on vaikea kuvitella, kuinka lähellä sukupuuttoon ne ovat olleet.

Laulujoutsenet pariutuvat loppuiäkseen, eikä siitä ole epäilystäkään niiden elämää seurattessa. Liikkeet, eleet ja jälleennäkemisen riemu vain muutaman minuutin eron jälkeen ovat liikuttavaa seurattavaa. Uskallan väittää vanhan laulujoutsenparin rakastavan toisiaan.

Linnut rakentavat suuren pesäke-konsa yleensä veden ympäröimään paikkaan, johon pedot eivät mielellään mene. Pienet saarekkeet järvissä ja lammissa sekä pohjoisen rimpisuot lienevät yleisimmät pesimäpaikat. Emot puolustavat pesäänsä aggressiivisesti ja ke-

tullakin munarosvout jää lähes poikkeuksetta haaveeksi. Repolainen näyttää heiveröiseltä siipensä levittäneen joutsenen rinnalla.

Vain naaras hautoo koiraan pitäessä vahtia. Juhannuksen tienoilla valkoisia untuvikkoja kuoriutuu tavallisesti neljästä seitsemään. Suuremmat poikueet ovat harvinaisempia. Syksyllä poikaset erottaa aikuisesta linnusta niiden vaaleanharmaasta väristä. Sukukypsäksi laulujoutsenet tulevat vasta 4–5 vuoden iässä. Ennen sitä ne kuitenkin etsivät pesimäreviiriä ja ovat "kihloissa" tulevan puolison kanssa.

Laulujoutsenen syysmuutto suuntautuu Pohjanmeren ympäristöön, mutta leutoina talvina ne saattavat jäädä talvehtimaan meillemkin. Niillä ei ole hätää, kunhan sulaa vettä ja ravintoa riittää.

Istun maaliskuun lopun kuulaassa aamussa pilkillä. Kalaa ei tule, mutta tärkeintä minulle onkin se rauha ja hiljaisuus. Niemen takaa, auringon kul-  
taamien, kuuraisten puiden takaa kuu-

len tutun toivotuksen ja siipien havinan. Joko ne tulivat vanhalle pesäpaikalleen – rakastavaiset!

*"Havisten balke ilman lentäkäätte! Tekoja luokaa, maita valaiskaa! Mut talven poistuneen kun täältä näätte, ma rukoilen, ma pyydän: palatkaa!"* ■



WWW.PIRTTIMAA.FI





SUPERIN AMMATTIOSASTOJEN PUHEENJOHTAJAT ERI PUOLILTA MAATA KOMMENTOIVAT LEHDEN AIHEITA.

## 21-VUOTIAS PUHEENJOHTAJA!

### **Puhutaanko hoitajien kesken palkka-asioista? ► s. 6**

Jos on joku ajankohtainen muutos tulossa, niin silloin. Muuten ei kovin paljon minun korviini ainakaan ole kuulunut palkkapuhetta.

### **Onko sinulla mitään ruoka-aineallergiaa? ► s. 12**

Kananmuna- ja kala-allergia, tosi pahat. Lapsesta saakka olen ollut moni-allerginen. Tuoteselostukset pitää lukea todella tarkkaan. Kanamunaa löytyy sellaisista paikoista, ettei uskoisikaan.

### **Miten juhlit satavuotiaista Suomea? ► s. 13**

Näillä näkymin minulla on 14 tunnin päivävuoro itsenäisyyspäivänä. Siinä pääsee hyvin tunnelmaan asukkaiden kanssa.

### **Onko työnkuvasi tarkasti rajattu, eli mitä saat tehdä vuorossa ja mitä et? ► s. 14**

Yövuoroissa on se hyvä puoli, että silloin riittää, että pysyy pakka kasassa. Potilasturvallisuus tietysti tulee ensisijaisena. Muuten saadaan aika vapaasti toimia yksikön omien toimintaperiaatteiden mukaisesti.

### **Onko sinulla hyvä muisti? ► s. 30**

Haluan ajatella, että on. Mutta, en kyllä selviäisi ilman puhelimen kalenterin muistutuksia.

### **Mitä seikkaa arvostat vuosikymmeniä hoitotyötä tehneissä hoitajissa? ► s. 36**

Tämä on sikahyvä kysymys! Kunnioitan sitä, miten he pystyvät sopeutumaan jatkuvasti eteen tuleviin muutoksiin. Itsekin joskus tuskastuu, että taas-ko tämä asia muuttuu. Tietotekniikassa tulee jatkuvasti uusia kirjaussysteemejä, mutta kokeneet käyttävät niitä yhtä hy-

Joulukuussa 22-vuotta täyttävä Laura Hirvi on toiminut keväästä alkaen Järvenpään ammattiosaston puheenjohtajana. Lauralla on asenne kohdallaan.

– Kiinnostusta ja innostusta liittotoimintaa kohtaan minulla riittää. Tahdon todella olla tässä mukana ja oppia koko ajan lisää.

– Isoitini on ollut kaikenlaisessa toiminnassa kirkkovaltuustosta poliitiikkaan. Ehkä innostukseni periytyy sieltä?

Vuonna 2014 lähihoitajaksi valmistunut Laura valittiin osastonsa hallitukseen vuosi sitten. Hän on toiminut SuNu-vastaavanakin.

Laura ei ole kaveripiirissä mikään outolintu, vaikka moni nuori ei tarkan tiedä, mikä ammattiliitto on ja miksi siihen kannattaa liittyä.

– Ei ammattiyhdistystoiminta mitenkään epämuodikasta ole nuorten mielestä. Moni vaan ei ole kartalla siitä, mitä se on. Tekemisen kautta nuoria lähtee katsomaan toimintaa. Kaikkia ei kiinnosta se perinteinen teatteri. Houkuttimina voivat olla vaikka Megazone-lasertais-  
telupeli, keilaus tai risteilyt, joihin nuoria saa mukaan.

Some on Lauran mukaan yksi ammattiosastotoiminnan kehittämisen valttikortteja. Hän perusti osastolleen Facebook-sivun, jotta tiedottaminen saisi uutta vauhtia.

Järvenpään osastossa on 340 jäsentä. Lauran havaintojen mukaan ilmapiiri alueen työpaikoilla on pääasiassa hyvä ja työssä viihdytään.

– Sotet ja kiky tietenkin puhuttavat, mutta kyllä me yhteen hiileen puhallamme.

Laura haluaa olla positiivisuuden lähettiläs. Myönteisyys auttaa monen ongelman ratkaisussa.

– Haluan toivottaa kaikille hoitoalan ihmisille voimaa ja tsemppiä pimeään talveen. Pidetään itsestämme huoli, että meillä on voimia pitää muista ihmisistä ja asiakkaista huolta. ■



Laura Hirvi tekee seitsemän yövuoron putkia muistisairaiden asumispalveluysikössä.

vin kuin me nuoret.

### **Mihin hoitoalan lisäkoulutukseen haluaisit osallistua? ► s. 63**

Saattohoitoon. Yöhoidossa sitä tarvitsee. Verinäytekoulutuksen myötä helpottaisiin päivävuorolaisten ja sai-

raanhoitajien työtaakkaa.

### **Oletko saanut ketään liittymään SuPer-liittoon? ► s. 68**

Muutamia nuoria opiskelijoita ja vastavalmistuneita olen kentältä bongannut mukaan työn ohessa.

JUKKA JÄRVELÄ



## SUPERIN TOIMISTO

Ratamestarinkatu 12

00520 Helsinki

Puhelinvaihte 09 2727 910, telefax 09 2727 9120w

- 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
- sihteeri Mona Mikkola p. 09 2727 9191
- visuaalinen suunnittelija Antti Oksanen p. 09 2727 9137
- mediakouluttaja Timo Väkimies p. 09 2727 9141

### SUPER-LEHTI:

- päätoimittaja Leena Lindroos p. 09 2727 9174
- 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
- tiedottaja Hanna-Mari Kuivalainen p. p. 09 2727 9203
- 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 Valtonen p. 09 2727 9206
- sihteeri Mona Mikkola p. 09 2727 9191
- 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 Anne Villman p. 09 2727 9196
- sopimusasiantuntija Teemu Hiilinen p. 09 2727 9201
- sopimusasiantuntija Jarkko Koivisto p. 09 2727 9139
- edunvalvontasihteeri Sari Kaartoaho p. 09 2727 9179
- lakimies Eeva-Sofia Anttonen p. 09 2727 9128
- lakimies Pasi Havio p. 09 2727 9132
- lakimies Merja Hyvärinen p. 09 2727 9166
- lakimies Juho Kasanen p. 09 2727 9161
- lakimies Sanna Rantala p. 09 2727 9190
- lakimies Riitta Saarikoski p. 09 2727 9114
- koulutuskoordinaattori Tarja Sundqvist p. 09 2727 9164
- sihteeri Sirpa Lahtiluoma p. 09 2727 9182

### YKSITYISSEKTORI:

- puhelinpalvelu 09 2727 9171 ma-pe klo 9-13
- neuvottelupäällikkö Pia Zaerens p. 09 2727 9163
- sopimusneuvottelija Jukka Parkkola p. 09 2727 9117
- sopimusasiantuntija Marketta Vuorinen p. 09 2727 9116
- lakimies Mari Leisti p. 09 2727 9133
- lakimies Sini Siikström p. 09 2727 9136
- 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
- jäsensihteerit 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: Kelloilta 3
- internet: nettikassa.supertk.fi
- puhelinpalvelu: 09 2727 9377 ma-pe klo 9-13
- telefax 09 278 6531
- johtaja Stefan Högnabba 09 2727 9310



# SUPER

SUPER MYÖS INTERNETISSÄ: [WWW.SUPERLIITTO.FI](http://WWW.SUPERLIITTO.FI)

Sähköpostit: etunimi.sukunimi@superliitto.fi

# Varthän nu?

## På SuPers arbetslista står vårdreformen och i förhandlingarna lönehöjningar

ORDFÖRANDE SILJA PAAVOLA

**M**ånga av superiterna arbetar med äldre och därför går jag igen in på vårdreformen. Utan att glömma de superiter som arbetar på annat håll – de glöms inte heller annars i intressebevakningen. Men eftersom vårdreformen nu mest berör de vårdare för vilkas patienter man planerar både personliga budgetar och kundsedlar är de kommande förändringarna i många saker störst inom äldreomsorgen, större än i exempelvis de sjukhus som stannar i landskapet. Också där har de förstås egna bekymmer med befattningsändringar med mera.

Vi måste utgå från det faktum att flera kommuner har privatiserat äldre vården. Och vad har det lett till? SuPer har i många utlåtanden fört fram att räkningen för ”sotesoppa” inte får skrivas på arbetstagarna. Det är ett absolut nej till att shoppa kollektivavtal, dvs. sänka lönerna, minska personaldimensioneringen och ändra på arbetsbeskrivningen. Många frågar kanske hur så? Sanningen är att när kommunen privatiserar en funktion gör den det med budgetar från två år tillbaka. Och när man ännu lägger till företagets strävan efter vinst börjar samarbetsförhandlingar kring en minskning av personalen redan ett par veckor senare.

Av det här följer att superiternas arbetsbeskrivning breddas ut över nya områden, köks-, tvätt- och städningsuppgifter, och det som dras av tas av det viktigaste – vården. Det här har på vissa platser lett till en inskränkning av det professionella arbetet. Sådana planer godkänner vi inte. Det måste fin-

nas en förnuftig arbetsfördelning mellan yrkesgrupperna, så att man garanterar patienterna vård av god kvalitet och inte bara resultat för företaget. Det är fråga om att erkänna vårdarnas yrkeskompetens och deras möjlighet att få utnyttja sin kompetens utan att organisationen förbjuder det. Här ska inte finnas någon schism för alla vill vi ju nå goda resultat.

Som jag konstaterade i början ska vi lösa de här problemen överallt, inte bara inom äldreomsorgen. I kommunerna privatiseras många funktioner, småbarnsfostran, hälsostationer och nu allra senast hela sjukvårdsdistriktets verksamhet. I alla dessa sker alltid den här ändringen i kollektivavtalen. AKTA går ut den 31 januari 2018, och ändrade kollektivavtal träder snabbt i kraft.

För oss är det viktigaste i förhandlingarna att superiternas intressebevakning är ekonomisk och professionell. Under den här omgången är det verkligen viktigt att få lönehöjningarna och de övriga kraven i mål. De viktigaste frågorna i intressebevakningen i framtiden är bevarandet av superiternas arbetsplatser och bredbasiga arbete. De här berör alla superiter, oberoende av om de arbetar för en privat aktör eller inom det kommunala. Med de här sakerna fortsätter vi superarbetet tillsammans.

Även om tankarna här mest gäller förhandlingarna måste vi också ge rum för julen, som ju står för dörren. Jag funderar då på SuPer och superiterna. SuPer är redan som ord starkt och överlägset, liksom medlemmarna och deras arbete. Superiternas känsla för sitt eget värde är stark och orättvi-

sor tolereras inte. Samma tanke ingår i julens budskap. ■

*Jag önskar dig och dina nära och kära en varm och avkopplande jul samt ett lyckat nytt år 2018.*

*Silja*



## Sanningen i vitögat

**M**irja Ylijoki, som är ordförande för social- och hälsovårdsutskottet i Raumo, följde under två månader med hemvårdspersonal på deras arbetsplatser, både vardag och helg, morgon och kväll. Orsaken var att hon som långvarig kommunal beslutsfattare ville ta reda på vad det ständigt ökade behovet av tilläggsfinansiering beror på. Erfarenheten öppnade ögonen. Man vet aldrig vad som väntar den ensamarbetande vårdaren när dörren till en klients hem öppnas. Och är det något oväntat spårar hela arbetspasset ur. Under de här två månaderna öppnade verkligheten inom hemvården ögonen. Genom erfarenheten har Raumo nu fått mer personal och deras resande har också underlättats. Det är klart att behovet fortfarande växer, men läget har konstaterats och utvecklingen följs upp. Det vore önskvärt att beslutsfattarna visade samma intresse för läget inom deras förvaltningsområde mer allmänt: När man själv upplever arbetet framstår det så som det är i verkligheten.

I det här numret publicerar vi sista delen av två artikelserier. Vi som har skrivit lämnar med vemod i sinnet både serien *Meidän juttu* och *Anna kiitos kollegalle*. Det har varit trevligt att arbeta med båda två. Det blev ändå ganska jobbigt att leta efter nya berättelser, även om det säkert finns underlag på varje superits arbetsplats. Kanske det att många av oss redan är herre i sitt eget offentliga liv på sociala medier skapar glädje och tillfredsställelse både för oss själva och vår närkrets. Då innebär den offentlighet som tidningen ger inte längre något mer värde för goda personrelationer eller för fiffiga tips och knep, även om de kan inspirera människor utanför det egna reviret.

Vi övergår till festligheterna. Först går vi in på Finlands 100-årsjubileum och sedan på julstämningarna. Specialartikeln i det här numret samlar fem kvinnors tankar om livet i det här landet just idag. Var och en av dem avslöjar också sina planer för självständighetsdagen och vilken betydelse dagen har för dem. Vi följer Elsa Vasilopoulous arbetsdag på en vetteransjukhusavdelning.

Fridfull högtid till alla. ■



## Användning av egen bil i hemvården

SuPer tycker att det är viktigt att arbetsgivarna skaffar kommunikationsmedel i tillräckligt gott skick för hemvårdspersonalen och att de inte förutsätts använda egen bil som arbetsredskap.

När man betraktar frågan ur juridisk synvinkel måste man emellertid beakta följande omständigheter:

Kan arbetsgivaren kräva att arbetstagaren använder sin egen bil i arbetet? Svaret är ja, i sådana fall att det har meddelats i platsannonsen eller i samband med att arbetsavtalet ingåtts. Arbetstagaren kan alltid vägra ingå ett arbetsavtal där användning av egen bil krävs för arbetskörningar. Det är inte fråga om oskäliga villkor i arbetsavtalet enligt 10 kap. 2 § i arbetsavtalslagen, för arbetstagaren får en ersättning för användning av egen bil skattefritt som kilometerersättning.

Om skattefria kilometerersättningar finns det bestämmelser i skatteförvaltningens årliga beslut och i vissa kollektivavtal. Kilometerersättningarna är inte någon del av arbetstagarens lön, utan är en ersättning för de kostnader som användningen av egen bil orsakar. Dit hör utöver bränslet också bland annat service, slitage, tvätt och försäkringar.

Exempel: 100 kilometer körning, skattefri kilometerersättning 41 euro, av vilken summa 16 euro går till bränsle med en förbrukning av 10 l/100 kilometer, och 25 euro per 100 kilometer till de övriga kostnaderna för bilen. Vid körningar på femtusen kilometer blir det efter bränslet 1 250 euro kvar för övriga kostnader. Enligt AKTA sjunker kilometerersättningen från 41 till 37 cent per kilometer efter 5 000 kilometer. En sådan gräns finns inte i skatteförvaltningens beslut, det här är alltså en av de frågor som SuPer kommer att fästa uppmärksamhet på i de kommande kollektivavtalsförhandlingarna.

Arbetsgivaren har inte skadeståndsansvar för eventuella skador på arbetsgivarens bil, för parkeringsböter eller för motsvarande kostnader. För det här ändamålet finns trafik- och kaskoförsäkringarna. Enbart om arbetsgivaren avsiktligt eller av oaksamhet har orsakat skada på arbetstagarens bil är arbetsgivaren skadeståndsansvarig gentemot arbetstagaren. Arbetstagaren ansvarar på basis av det så kallade husbondeansvaret för skador som arbetstagaren i sitt arbete har åsamkat tredje person. ■





# ERSÄTTNING TILL UPPSAGD PÅ GRUND AV FACKLIG VERKSAMHET I RÄTTEN

En SuPervårdare har fått 26 000 euro i ersättning för olaglig uppsägning. SuPer anser att orsaken till uppsägningen var att vårdaren drev sina rättigheter via fackföreningsverksamhet.

Tingsrätten i Birkaland dömde Pihlajalinna Terveys oy att betala 26 000 euro till den SuPeranslutna närvårdaren eftersom hennes arbetsavtal hade avslutats utan grund och eftersom hon hade diskriminerats.

Tingsrätten ansåg att SuPermedlemmen inte hade gjort sig skyldig till de försummelser som bolaget påstod. Tingsrätten ansåg också att den verkliga orsaken till uppsägningen sannolikt var en annan än den som antecknats i meddelandet om uppsägning.

## ALLTFÖR FÅ NATTSKÖTARE

Nattskötaren som arbetat på Pappilanpuisto vårdhem sades upp 2015. Det vad SuPer tidigare tagit upp i offentligheten om nattskötarnas ställning fick nu belägg i och med domen. Den verkliga orsaken till uppsägningen av närvårdaren var hennes fackliga verksamhet, verksamheten inom fackföreningen och att hon drivit sina egna intressen.

Tingsrätten i Birkaland ansåg i sin dom att det inte fanns belägg för den begränsning eller de försummelser av de äldres självbestämmanderätt som arbetstagaren anklagats för. Enligt tingsrätten fanns det ingen saklig och vägande grund för uppsägningen. Bolaget ålades att betala nattskötaren en ersättning

som motsvarar 10 månaders lön, från vilken emellertid en diskrimineringsgottgörelse drogs av.

Rätten fäste uppmärksamhet på att nattskötaren hade sagts upp strax efter att bolaget hade varit tvunget att anställa en tredje nattskötare på grund av att nattskötarna hade anmält till regionförvaltningsverket om underdimensioneringen av nattskötare. Uppsägningen hade gjorts brådslande utan förvarning. Tingsrätten ansåg att nattskötaren hade diskriminerats olagligt och dömde bolaget att betala en gottgörelse på 10 000 euro.

## ORÄTTVIST ERSÄTTNINGSAVDRAG

SuPers jurist Juho Kasanen förundrar sig över den fullständiga sammanjämkning av diskrimineringsgottgörelsen som tingsrätten fastställde i sin dom med den ersättning som ådömdes för grundlöst avslutande av anställning. Därför minskade ersättningsbeloppet med 10 000 euro.

– Enligt mitt synsätt bör gottgörelsen enligt diskrimineringslagen vara en ersättning för diskriminering och ersättningen för ogrundad uppsägning enligt arbetsavtalslagen vara en ersättning för den kränkning själva uppsägningen innebär.

– Jag tycker att den olagliga och kränkande uppsägningen bör ersättas separat och den diskriminerande uppsägningen på grund av facklig verksamhet för sig. Den tolkning som tingsrätten nu lägger fram leder i värsta fall till att man med den gottgörelse som ådöms enligt diskrimineringslagen inte uppnår det mål som lagen bestämmer om den, nämligen att främja likvärdighet och motverka diskriminering. ■

## Rättelse av uppgifterna om vaccinationsskydd

Bestämmelsen om obligatoriskt vaccinationsskydd i 48 paragrafen i lagen om smittsamma sjukdomar gäller också serviceboende. Den gäller också de anställda inom hemvården, om de på grund av sitt arbete utöver klienternas hem har ärende till eller arbetar i sådana klient- eller patientrum i social- hälso- och sjukvårdsenheter där klienter eller patienter som är mottagliga för skadliga följder av smittsamma sjukdomar vårdas.

Här blev det alltså fel i artikeln i augustinumret av SuPer-tidningen där den nya lagen om smittsamma sjukdomar behandlades, där det konstaterades att det obligatoriska vaccinationsskyddet i 48 paragrafen i lagen inte gäller hemvården och serviceboendet.

Vi fick bekräftelse av THL och SHM först i slutet av sep-

tember. Vi beklagar den felaktiga anvisningen.

Det har under hela hösten kommit så enorma mängder frågor och kommentarer till förbundet om vaccinationsskyddet att svaren tyvärr dröjer.

Vi uppmanar superiterna att först läsa vaccinationsanvisningarna på förbundets webbplats. Om det fortfarande finns oklarheter lönar det sig att ta kontakt med förtroendemanen eller med en medlem av förbundsstyrelsen som representerar det egna området.

Anvisningarna finns här <https://www.superliitto.fi/pa-svenska/supers-kommunikation/aktuellt/en-ny-lag-om-smittsamma-sjukdomar-tradde-i-kraft-supers-anvisningar/>



ANVISNINGAR OM VACCINATIONER

# SuPer går in för lönehöjningar

Köpkraften måste tryggas i januariförhandlingarna

TEXTI JUKKA JÄRVELÄ

SuPer har klara mål när tjänste- och arbetskollektivavtalsförhandlingarna inleds i full skala: köpkraften måste garanteras och de försämringar som kokr har åstadkommit på kommunsidan måste ersättas med en kompensation för skärningarna i semesterpengen.

SuPer går in för tydliga lönehöjningar och ett eget avtal för vårdbranschen. Ett eget avtal för vårdarna förbättrar möjligheterna att rätta till de missförhållanden inom vårdbranschen som gäller löner, arbetstider och andra arbetsvillkor.

– Ett eget avtal är bara möjligt på den offentliga sidan. Tiden visar hur många superiter som arbetar i landskapet när vårdreformen genomförs, säger SuPers ordförande Silja Paavola.

– Under den här omgången är det viktigaste målet att få ordentliga lönehöjningar för alla, eftersom lönerna är låga. Förhandlingarna framskrider nu så att sonderingarna och mötena ökar i december och januari är tiden för de egentliga förhandlingarna.

## LÖNEN OCH SKÄRNINGEN I SEMESTERPENGEN

Inom kommunsektorn har KoHo ställt allmänna mål. KoHo är den gemensamma förhandlingsorganisationen för SuPer, Tehy och brandmannaförbundet SPAL vid kommunbordet.

– Målet är en avtalsperiod på 1–2 år. Listan toppas av lönehöjningar som garanterar köpkraften och där den allmänna linjen på basis av de avtal som ingicks i november på den privata industrisidan



tycks vara 3,2 procent på två år. I de här avgörandena finns det betoningar på lokala avtal. Det här går inte för SuPer, förbundet är ute efter en allmän lönehöjning, berättar intressebevakningsdirektören Anne Sainila-Vaarno.

Paavola påpekar att SuPer tar upp kompensationen för kokr-skärningarna i semesterpengen på kommunsidan på ett synligt sätt vid förhandlingsbordet.

– Nedsänkningen syntes på riksnivå i form av en svacka i bruttonationalprodukten förra sommaren. Det bör vara självklart att rätta till den här nedgången.

På grund av kokr kommer det att skäras ytterligare 30 procent i de kommunalt anställdas semesterpengar under de följande två åren. Produktionen inom Finlands samhällsekonomi mins-

kade i juni med 0,5 procent från året innan. Före juni hade produktionen ökat 18 månader i sträck i jämförelse med föregående år.

## FÖRTROENDEMÄN

SuPer vill i det nuvarande vårdreforms-läget få ökad verksamhetstid för de lokala förhandlarna, alltså förtroendemännen.

– Som det ser ut nu blir vårdområdena stora. Om det ska ingås lokala avtal inom vart och ett av de 18 vårdområdena måste förtroendemännen ha mera tid än idag för att kunna sköta ärendena.

– Vi måste se till att de anställda behandlas likvärdigt: samma lön för samma arbete, poängterar Paavola.

Bland KoHos förhandlingsmål finns



Vård- och landskapsreformen medför stora utmaningar för social- och hälsovårdsbranschen. Syftet med reformen är att trygga tillgängligheten till service. I praktiken är det den utbildade vårdpersonalen som svarar för att reformen ska lyckas. Om missförhållandena inom branschen inte rättas till läcker arbetskraften alltmer ut i andra sektorer. Bland de största missförhållandena är lönerna, de belastande arbetsförhållandena och den otillräckliga personalmängden. Lönen måste garantera utkomsten i alla situationer och den ska motsvara arbetets kravnivå."

SUPERS MOTIVERING FÖR VÅRDARNAS GEMENSAMMA AVTAL

## DE FÖRSTA AVTALEN INOM INDUSTRIEN

De första tjänste- och arbetskollektivavtalen inom industrin förhandlades fram i november.

Industriförbundet, före detta Metallförbundet, öppnade med ett avtal som erbjuder 3,2 procent lönehöjning under två år.

Inom pappersindustrin var lönehöjningen 3,5 procent.

Också andra avtal ingicks med en lönehöjning av 3,2 procent på två år.

också arbetstidsformen inom hemvården. Periodarbetstid ska tillämpas inom hemvården så att en snabb måltid ingår. På listan finns också andra mål som gäller lönerna, semestern, familjeledigheterna och förtroendemanna- verksamheten.

– Allt det här gäller, men undantag av kompensationen för skärningarna i semesterpengen och periodarbetstiden, både den privata och den offentliga sidan. På den privata sidan är frågan om huruvida man kan betala två olika stora löner för samma arbete hos samma arbetsgivare en stor sak för sig, säger Paavola.

I slutet av november, när det här numret har gått i tryck, har det kommunala AKTA sannolikt sagts upp, och SuPers mål har getts till arbetsgivaren.

## VÅRDARBETETS STÄLLNING

Silja Paavola tar också upp andra viktiga frågor vid förhandlingsbordet.

– Vi måste hela tiden hålla i minnet att vårdreformen inte kan genomföras på bekostnad av personalens väl.

– Likaså ska vi i det här läget se till att kvaliteten på närvårdarutbildningen som nu reformeras hålls på en god ni-

vå. Människorna på arbetsplatserna får inte överbelastas av den utbildningsreformen som är på väg.

Den offentliga sidans betydelse för hela samhällsekonomin måste enligt Paavola föras fram.

– Den offentliga sidan kan inte jämt betala för att den utför lagstadgade obligatoriska funktioner som alla inte vill betala för. Alldeles som om det hörde till kontraktet att vara beredd att göra det ena eller det andra för halva lönen. Det här missförhållandet får inte heller glömmas vid förhandlingsbordet.

## SAMMA HUVUDMÅL

SuPers förhandlingschef inom den privata sektorn Pia Zaerens anser att målen delvis är desamma inom den privata sektorn som inom kommunsektorn.

– Inom den privata sektorn är lönehöjningarna det primära målet, likaså är det viktigt att förbättra förtroendemännens ställning.

Zaerens betonar också en precisering av lönesystemet och behovet av utveckling i alla avtalsbranscher inom den privata sektorn. ■

## SuPers öppettider under julen

Förbundets kansli håller stängt 27–29 december. Kansliet har under den här tiden telefonjour klockan 9–13. Journumren är: Intressebevakningsenheten, kommunsektorn 09 2727 9160; Intressebevakningsenheten, privata sektorn 09 2727 9171; Utvecklingsenheten 09 2727 9170; Medlemsenheten 09 2727 9140. SuPers arbetslöshetskassa är normalt öppen vardagar klockan 8.30–16. Telefontjänsten är öppen 27 och 29 december, 2 och 4 januari. Då står kassan till tjänst per telefon klockan 9–13 på numret 09 2727 9377.

## Millariikka Rytönen ny ordförande för Tehy

Millariikka Rytönen valdes till nya ordförande för fackförbundet för social- och hälsovårdsbranschen Tehy. Rytönen är en 42-årig barnmorska från Borgå. Hon har tidigare verkat som ordförande för Tehys fackliga samsamarbetsorganisation, Finlands barnmorskeförbund, och före det arbetat bland annat som avdelningsskötare på Borgå sjukhus. Den nya ordförandens verksamhetsperiod är 2017–2021.

## Tillgängligheten till mentalvård måste tryggas

Mentalvårds- och psykoterapitjänsterna måste garanteras bättre i vårdreformen, kräver fullmäktige för Centralförbundet för mental hälsa. Idag är upp till hälften av dem som drabbats av mentala problem utan vård. Tillräcklig och behovsrelaterad service hör likvärdigt till alla, och det är den offentliga sektorns uppgift att se till den. För närvarande finns det inte tillräckligt tillgänglig tillgång på mentalvård med tanke på hur vanliga störningarna är. Enligt Institutet för hälsa och välfärd är bara en femtedel av dem som lider av någon psykisk störning i tillräcklig och god psykiatrisk vård. Upp till hälften har ingen vård alls.



Minnessjukdomar kan förebyggas

# LIVSSTILSHANDLEDNING FÖR RISKGRUPPER

TEXT MINNA LYHTY

Livsstilshandledning ingår i vårdarbetet. Utöver risken för diabetes samt för hjärt- och kärlsjukdomar bör vi tala om förebyggande av minnessjukdomar.

I den finska undersökningen FINGER utredde man om man med hjälp av ett mångsidigt livsstilsprogram kan förhindra att minnes- och tankefunktionerna försvagas hos äldre. Till livsstilsprogrammet hörde näringshandledning, motion, minnesträning samt kontroll av riskerna för hjärt- och kärlsjukdomar.

I studien deltog 1 260 finländare med konstaterad höjd risk att insjukna i minnessjukdomar. De var i åldern 60–77 år.

FINGER är den första och enda livsstilsinterventionen som har visat att man kan stöda bevarandet av minnes- och tankefunktionerna med förändrade levnadsvanor. Också de som har ärftlig benägenhet för minnessjukdomar drar nytta av sunda levnadsvanor. Om man inte helt kan hindra att en sjukdom bryter ut kan man i varje fall sannolikt fördröja den med flera år. Det har uppskattats att om tidpunkten när sjukdomen bryter ut kan skjutas upp med fem år halveras antalet sjukdomar.

– Det som gör FINGER speciell är att man tidigare bara undersökt hur en riskfaktor i taget, exempelvis motionen, påverkar förebyggandet av minnessjukdomar. Resultaten har varit anspråkslösa i den här typens studier. FINGER visade att man i förebyggandet av minnessjukdomar måste beakta levnadsvanorna i sin helhet, säger Jenni Kulmala, specialforskare vid Institutet för hälsa och välfärd.

## SKRÄMMANDE MINNESSJUKDOM

I södra Österbotten går man in för att förankra resultaten av FINGER-studien. I projektet Muistikko, som startade för ett



ISTOCKPHOTO

år sedan, är syftet att öka medvetenheten om hur levnadsvanorna påverkar uppkomsten av minnessjukdomar.

– Människor, till och med professionell hälsovårdspersonal, har fortfarande en uppfattning att bara åldern och generationen påverkar hur och när minnessjukdomar bryter ut. Man har uppskattat att upp till 30 procent av minnessjukdomarna kan förebyggas helt ifall man avlägsnar de riskfaktorer som hör ihop med levnadsvanorna, berättar Jenni Kulmala.

I projektet utreder man också hur en helhetsmässig livsstilshandledning kan införlivas i hälso- och sjukvården.

– Målet är en verktygsback med vilken man kan identifiera de människor som har en risk att insjukna i någon minnessjukdom. Det är kostnadseffektivt att rikta interventionen till den rätta gruppen.

En klar målgrupp har redan identifierats, och det är de medelålders som kommer med en minnessjuk förälder till vårdarens eller läkarens mottagning. Den här målgruppen lönar det sig att ge livsstilshandledning åt.

Enligt Kulmala vet människor hur man ska förebygga hjärt- och kärlsjukdomar samt diabetes, men de är också medvetna om att det finns medicinering och behandlingar mot dem.

– För många är det en ögonöppnare när de inser att levnadsvanorna också påverkar uppkomsten av minnessjukdomar. Det motiverar folk att ta hand om sig själva på alla sätt, i synnerhet om de har sett hur en minnessjukdom påverkar en närståendes liv.

## RISKTEST I RUTINBRUK

Muistikko pågår till slutet av september nästa år. Målet är att det då ska finnas en modell för tidigt ingripande, som man avser att senare sprida vidare. Dessutom utvecklas anvisningar och redskap till personalen inom hälso- och sjukvård för att främja hjärnhälsan.

Jenni Kulmala hoppas att risktestet för minnessjukdomar fås i mer omfattande bruk.

– Risktestet för diabetes är redan i rutin användning inom hälso- och sjukvården. På samma sätt bör man kartlägga riskfaktorerna när det gäller minnessjukdomar.

I Muistikko-projektet deltar utöver Södra Österbottens sjukvårdsdistrikt och hälso- och sjukvård också Södra Österbottens Minnesförening (Etelä-Pohjanmaan Muistiyhdistys). Kulmala anser att organisationernas arbete har en avgörande betydelse i förebyggandet av minnessjukdomar.

– Hälso- och sjukvården har inte nödvändigtvis resurser att erbjuda kognitiv träning och stöda social aktivitet, vilka är viktiga för hjärnverksamheten. Organisationerna kan ordna just sådan verksamhet.

FINGER-studien håller på att få efterföljare i USA, Singapur, Australien och Kina, när forskarna letar efter möjligheter att förebygga minnessjukdomar i nätverket World Wide Fingers. Under kommande år kan vi vänta oss mer kunskap om effekterna av livsstilsinterventionen. ■

**MAN HAR UPPSKATTAT ATT  
UPP TILL 30 PROCENT AV  
MINNESSJUKDOMARNA KAN  
FÖREBYGGAS HELT.**

## TIO TIPS FÖR ATT SKÖTA OM HJÄRNAN

Förut trodde man att minnessjukdomar hör till åldrandet. Idag vet vi att hjärnhälsan märkbart kan påverkas av levnadsvanorna. Tio väsentliga omständigheter att beakta i skötseln av hjärnhälsan:

1. Högt blodtryck, högt kolesterol och höjda blodsockervärden ökar risken att insjukna i minnessjukdomar.
2. Tobaksrökning höjer blodtrycket och påverkar fettvärdena i blodet negativt. Risken för störningar i hjärnans blodcirkulation ökar och kan leda till blodkärlsdemens (vaskulär demens). Enligt Världshälsoorganisationen kan 14 procent av Alzheimerfallen anses orsakade av rökning.
3. Övervikt ökar risken att insjukna i hjärt- och kärlsjukdomar, och de påverkar i sin tur utvecklingen av minnessjukdomar.
4. Hjärnan behöver mångsidigt näringsämnen, så en hälsosam diet minskar risken för minnessjukdomar.
5. Rikligt och långvarigt alkoholbruk påverkar minnet och informationshanteringen, koncentrationsförmågan, uppmärksamheten och koordinationsförmågan. Tio procent av storförbrukarna har symtom på demensnivå.
6. Hjärnan njuter av motion. När man motionerar blir blodcirkulationen livligare och hjärnan får rikligt med syre och näringsämnen.
7. Tillräcklig sömn är en förutsättning för hjärnverksamheten. Sömnbrist leder till minnesstörningar, och när sömnbristen pågår länge är den en riskfaktor för minnessjukdom.
8. Hög stress försämrar arbetsminnets funktion. Arbetsrelaterad stress i medelåldern är en riskfaktor som predisponerar för minnessjukdomar.
9. Intellectuella utmaningar skapar nya kopplingar mellan hjärncellerna. En hjärna med ett omfattande nätverk påverkar minnet positivt.
10. Ett aktivt socialt liv och nära vänskapsrelationer är bra för hjärnverksamheten. Ensamhet predisponerar för minnessjukdomar.



GÖR RISKTESTET FÖR MINNESSJUKDOMAR

# VALFRIHETSLAGEN GARANTERAR INTE MEDBORGARNAS LIKVÄRDIGHET

TEXT SONJA KÄHKÖNEN

Ifall förslaget till valfrihetslag går igenom stiger kostnaderna för hälso- och sjukvården märkbart. Det åtstramade ekonomiska läget kommer att gallra i socialservicen, och hemtjänsterna lider mest.

Utkastet till valfrihetslag gick vidare till remiss i oktober. Finlands närvårdar- och primärskötarförbund har tagit ställning till flera missförhållanden som vi ser i lagförslaget.

SuPers utvecklingsdirektör Jussi Salo ser ett avsevärt problem i det alltför omfattande uppgiftsfält som planerats för landskapen och i att landskapet själv får bestämma över hur finansieringen riktas.

– I praktiken betyder det att man först finansierar förvaltningen och sedan den specialiserade sjukvården. Socialservicen har stått som sist på listan, vilket innebär att pengarna inte kommer att räcka för äldrearbetet och hemvården.

Enligt Salo lider det förebyggande arbetet och i synnerhet hemtjänsterna mest. Till följd av det här tillspejtas klienternas situationer och de vårdas slutligen på sjukhus.

– Vi tappar kontrollen över kostnaderna. Målet för vård- och landskapsreformen var ursprungligen besparingar på tre miljarder. Statens revisionsverk uppskattade i november att det här sparmålet inte är realistiskt.

## EXTRA TJÄNSTER BEKOSTAS MED EGNA PENGAR

Vårdreformen har sålts med valfrihet: var och en har frihet att välja de tjänster den önskar, och betalar bara en klientavgift. På grund av penningbristen måste landskapen emellertid sänka ni-

våerna på kundsedlarna och den personliga budgeten. Klienterna erbjuds alltså ordentligt nedbantad service.

– I lagförslaget konstateras det att klienten har möjlighet att köpa extra tjänster utöver kundsedeln. I praktiken betyder det här att samhället bjuder klienten på knäckebrödet, men smöret och pålägget får klienten betala själv. Samma gäller den personliga budgeten. En del har råd med extra tjänster, andra inte.

Salo påpekar att lagförslaget på den här punkten kolliderar med grundlagen. Enligt den ska det allmänna garantera alla tillräckliga social-, hälsovårds- och sjukvårdstjänster.

– Medborgarna är inte i likvärdig ställning om det blir viktigt att bekosta extra tjänster med egna pengar.

## DE OFFENTLIGA SERVICELEVERANTÖRERNA KLARAR SIG DÅLIGT

Den starkt ökande mängd serviceleverantörer som vårdreformen för med sig leder till en osund konkurrens om arbetskraften. Om det inte finns tillräckligt med arbetstagare äventyras underhållet av jourer. Hur ska vi då garantera nivån inom den offentliga hälso- och sjukvården när företagen köper toppexperter till sin egen service?

– Experterna kan visserligen köpas tillbaka till sjukhusen för stora summor. Hjuln rullar, men kostnaderna kommer att vara enorma.

Enligt Salo klarar sig den offentliga sektorn dåligt också när klienterna väl-

jer mellan olika serviceleverantörer. Klienterna kan välja en vårdcentral som har stationer inom landskapet, eller en privat serviceleverantör som verkar inom hela landet.

– Det är mänskligt att välja den som har sina tentakler över hela landet. Den privata sektorn väljer också som klienter sådana som behöver mindre vård. Då räcker inte landskapens pengar till för att producera de tjänster som faller på deras ansvar.

## VEM SER TILL ATT VÅRDEN FUNGERAR?

Genom vårdreformen splittras serviceproducentfältet. Landskapen kommer inte i fortsättningen att ha möjlighet att styra och övervaka de kommande serviceproducenterna och deras talrika underleverantörskedjor.

– Tillsynen fokuserar allt mer på serviceproducenternas egenkontroll. Det kommande tillsynsverket LUOVA kommer att som viktigaste uppgift ha att stöda systemet med egenkontroll. Det här systemet kommer inte att fungera, påpekar Jussi Salo.

Enligt Salo är valfrihetslagen på det hela mycket kaotisk och svårtolkad. Lagförslaget återvänder från remissbehandlingen den 15 december och regeringen ska ge riksdagen det nya förslaget till valfrihetslag i mars 2018.

– Det råder fortfarande osäkerhet om huruvida vård- och landskapsreformen blir av. Dess öde klarnar under vårens lopp. ■